

# Kontribusi Bentuk *Perceived Social Support* terhadap *Parenting Stress* pada Ibu yang Memiliki Anak Batita di Kota Bandung

Hannah Win Hutabarat, Marissa Chitra Sulastra

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Maranatha, Bandung, Indonesia

e-mail: marissachitra@gmail.com

## Abstract

*This study aims to identify the contribution of the type of perceived social support to parenting stress in mother with a child under three-year-old in Bandung. Total participants are 145 persons. This research uses accidental type of sampling. Perceived social support instrument is the adapted from Brigitta Louise (2017), consist of 26 items, validity ranging from 0.330–0.799 and reliability of 0.903. Parenting stress instrument is the adaptation from PSI-SF from Abidin (1995), consist of 34 items, validity ranging from 0.370–0.733 and reliability of 0.928. This study was tested using simple regression analysis. Based on the result, all types of perceived social support contribute to parenting stress. Perceived emotional support ( $R^2= 0,203$ ;  $p= 0,000$ ), perceived instrumental support ( $R^2= 0,041$ ;  $p= 0,014$ ), perceived informational support ( $R^2= 0,040$ ;  $p= 0,016$ ), and perceived companionship support ( $R^2= 0,164$ ;  $p= 0,000$ ). From this study, mothers with a child under three-year-old are advised to be active in seeking the type of social support.*

**Keywords:** *Mother with batita, Parenting stress, Perceived social support, Batita*

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi bentuk *perceived social support* terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak batita di Bandung. Terdapat 145 responden dengan rentang usia 19 hingga 45 tahun. Responden paling banyak bekerja sebagai ibu rumah tangga. Pemilihan sampel menggunakan bentuk *sampling accidental*. Penelitian ini menggunakan alat ukur *perceived social support*, hasil adaptasi alat ukur Brigitta Louise (2017), terdiri dari 27 item dengan validitas berkisar 0.330–0.799 dan reliabilitas sebesar 0.903. Alat ukur *parenting stress* merupakan adaptasi alat ukur PSI-SF dari Abidin (1995), terdiri dari 34 item dengan validitas berkisar 0.370–0.733 dan reliabilitas sebesar 0.928. Penelitian ini diuji menggunakan analisis regresi sederhana. Berdasarkan pengolahan data, seluruh bentuk *perceived social support* berkontribusi terhadap *parenting stress*. *Perceived emotional support* ( $R^2= 0,203$ ;  $p= 0,000$ ), *perceived instrumental support* ( $R^2= 0,041$ ;  $p= 0,014$ ), *perceived informational support* ( $R^2= 0,040$ ;  $p= 0,016$ ), dan *perceived companionship support* ( $R^2= 0,164$ ;  $p= 0,000$ ). Dari hasil penelitian ini, ibu yang memiliki anak batita di Bandung disarankan untuk lebih aktif dalam mencari bentuk dukungan sosial yang dibutuhkan.

**Kata kunci:** Batita, Ibu yang memiliki anak batita, Parenting stress, Perceived social support

## I. Pendahuluan

Setiap orangtua harus memahami bahwa memberi pengasuhan terhadap anak merupakan peristiwa jangka panjang, intensif, dan merupakan komitmen seumur hidup (Anderson & Sabtelli, 2011). Pemahaman akan perkembangan anak juga merupakan hal yang penting dalam rangka mengoptimalkan potensi anak (Papalia, 2021). Masa perkembangan anak yang penting sebagai dasar perkembangan adalah masa batita, yaitu anak usia 1 – 3 tahun. Terdapat aspek perkembangan anak batita yang perlu diperhatikan orangtua, yaitu aspek kognitif, fisik, motorik, dan psikososial (Papalia, 2021).

Pada aspek kognitif, tugas orangtua adalah melatih, menjelaskan, mengoreksi perilaku, menunjukkan sesuatu kepada anak, atau melibatkan dan mendorong anak untuk mencoba serta mengalami (Papalia, 2021). Kemudian, pada aspek fisik, orangtua memiliki tanggung jawab untuk memerhatikan gizi dan mengimunisasi anak agar terhindar dari penyakit-penyakit ringan hingga berat seperti campak dan polio (Papalia, 2021). Selain itu, orangtua juga memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan motorik anak. Orangtua harus senantiasa aktif dalam memberikan stimulasi seperti menyediakan trampolin atau tempat yang aman lainnya untuk *batita* belajar melompat di tempat (keterampilan motorik kasar) dan menyediakan kertas bergambar untuk diwarnai oleh *batita* (kemampuan motorik halus).

Orangtua juga memiliki banyak peran dalam perkembangan psikososial anak di tiga tahun pertamanya. Orangtua perlu menjadi sensitif, responsif, dan konsisten dalam memberikan pengasuhan agar *batita* dapat membangun *trust* dan *mistrust* yang benar (Erikson, 1950). Jenis perawatan yang diberikan orangtua beserta emosi yang menyertainya memainkan peranan yang penting dalam pertumbuhan *self-concept* anak (Harter, 1998). Orangtua juga perlu mendukung upaya anak untuk mandiri, agar tidak menimbulkan rasa malu atau ragu pada diri anak. Selanjutnya, orangtua harus menghindari hukuman fisik, memberikan *time out*, menyarankan kegiatan lain ketika anak melakukan perbuatan yang tidak menyenangkan, tidak menginterupsi ketika anak sedang beraktivitas (kecuali sangat diperlukan), untuk mendorong perkembangan interaksi sosial yang bisa diterima di masyarakat (Papalia, 2021).

Selain itu, orangtua dituntut untuk memberikan kesempatan eksplorasi pada *batita* agar aspek kognitif anak lebih optimal, memberikan konsumsi makanan yang bergizi dan memperhatikan kesehatan *batita* agar anak tumbuh dengan sehat, memberikan stimulasi gerak agar motorik anak terlatih (Papalia, 2021). Orangtua juga memiliki banyak peran dalam perkembangan psikososial *batita*. Orangtua perlu menjadi sensitif, responsif, dan konsisten dalam memberikan pengasuhan agar *batita* dapat membangun *trust* dan *mistrust* yang benar (Erikson, 1950). Orangtua juga perlu mendukung upaya anak untuk mandiri, agar tidak menimbulkan rasa malu atau ragu pada diri *batita*.

Pada anak usia *batita*, orangtua juga harus bisa menyesuaikan dengan keadaan anak yang masih harus diawasi secara ekstra, semata-mata demi keselamatan mereka. Anak usia *batita* juga masih sering rewel ketika ingin diperhatikan, ditemani, dan diberikan kasih sayang, sehingga orangtua seringkali kekurangan waktu untuk beristirahat dan sekadar memerhatikan dirinya sendiri (Anderson & Sabatelli, 2011). Masa *batita* merupakan masa eksplorasi lingkungan yang intensif karena anak berusaha mencari tahu bagaimana semua terjadi dan bagaimana mengontrol orang lain melalui perilaku tempertantrum, negativisme, dan keras

kepala. Masa ini juga merupakan periode yang sangat penting untuk pencapaian perkembangan dan pertumbuhan intelektual (Wong, 2004). Berbagai tanggung jawab orangtua yang luas dan intens dalam mengasuh batita sangat berpotensi menimbulkan *parenting stress*.

Menurut Abidin (1995), *parenting stress* dapat didefinisikan sebagai ketegangan psikologis berupa gangguan emosi dan perilaku yang dialami orangtua terkait sistem orangtua-anak. Model *parenting stress* Abidin (1990) tercermin dalam beberapa area. Area pertama adalah *the parent distress* (PD), mengacu pada pengalaman stres yang dialami orangtua terkait perannya dalam mengasuh anak, yang merupakan bentuk pemfungsian diri terkait pengasuhan. Komponen stress area PD diantaranya orangtua merasa kurang memiliki kemampuan dan pengetahuan dalam mengasuh anak, penghayatan bahwa pengasuhan membatasi kebebasan pribadi, adanya konflik dengan pasangan, kurangnya dukungan sosial, dan terdapat riwayat depresi. Area kedua adalah *the difficult child* (DC), mengacu pada karakteristik perilaku anak yang membuat mereka sulit atau mudah untuk dihadapi, seperti pola perilaku nakal, tidak patuh, dan selalu meminta untuk dibantu. Area ketiga ialah *the parent-child dysfunctional interaction* (P-CDI), yang mengacu pada persepsi orangtua bahwa anak mereka tidak sesuai dengan harapan, dan interaksi yang terjalin antara mereka dengan anak tidak menghasilkan penguatan positif.

*Parenting stress* tampaknya lebih banyak dijumpai pada ibu. Skreden, Skari, Malt, Pripp, Bjork, dan Emblem (dalam Daulay, 2016) menemukan bahwa ibu memiliki skor *parenting stress* lebih tinggi, lebih mudah stres, dan kurang sejahtera dibandingkan ayah. Seorang ibu memiliki peranan utama dalam mengasuh anak dan lebih bertanggung jawab terhadap urusan yang berhubungan dengan anak (Pandia, 2011; McKinney & Renk, 2008). Ketika anak berada pada usia batita, ibu biasanya lebih terikat dengan batita dan dituntut untuk dapat mengalokasikan waktu sebanyak mungkin bagi batita, seperti memandikan, mengenakan pakaian, dan menemani anak.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sari, dkk. (2015), ditemukan bahwa sebagian besar ibu menghabiskan waktu selama 4-8 jam untuk mengasuh anaknya yang berada pada usia 2 tahun pertama. Pada penelitian ini, waktu mengasuh anak dinilai dari alokasi waktu ibu untuk memandikan, mengenakan pakaian, menyiapkan makanan dan minuman, menyusui, menyuapi, menemani bermain, menggendong, serta menidurkan anak. Pada ibu yang bekerja, rata-rata waktu yang dialokasikan ibu untuk mengasuh anak adalah 4 jam per hari. Di sisi lain, pada ibu yang tidak bekerja, rata-rata waktu yang dialokasikan ibu untuk mengasuh anak adalah 7,3 jam per hari.

Berdasarkan wawancara awal yang telah dilakukan peneliti kepada 8 orang ibu yang memiliki anak batita, diperoleh hasil seluruh (100%) ibu mengatakan bahwa begitu banyak tanggung jawab yang harus mereka sebagai seorang ibu. Setiap harinya mereka harus mengasuh anak sekaligus mengurus pekerjaan rumah tangga dan/atau pekerjaan. Selain itu, setiap harinya mereka juga dihadapkan dengan tangisan anak, seperti ketika anak mulai lapar atau terjatuh. Anak juga biasanya mengikuti kemanapun mereka pergi. Peran seperti ini tidak pernah mereka jalani sebelum menjadi seorang ibu, dan menimbulkan *stress*, termasuk pada ibu yang tinggal di kawasan urban.

Kota Bandung merupakan salah satu kawasan urban terbesar di Indonesia. Tinggal di sebuah kawasan urban membuat individu harus bersaing dalam segi pengetahuan dan keterampilan untuk dapat memiliki pekerjaan yang layak, mengingat biaya hidup yang cukup tinggi. Tidak dapat dipungkiri, bahwa kini ibu juga turut andil dalam mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan rumah tangga. Kesulitan dalam mendapat pekerjaan, yang pada akhirnya menimbulkan kesulitan dalam memenuhi kebutuhan anak tampaknya dapat membuat seorang ibu mengalami *parenting stress*. Selain itu, kemacetan di kawasan urban juga menjadi isu penting karena para ibu banyak kehilangan waktu bersama keluarganya. Kawasan urban juga tak banyak menawarkan tempat rekreasi yang murah. Keterbatasan waktu dan kebutuhan finansial yang cukup tinggi dapat memperparah *parenting stress* yang dialami ibu dalam mengasuh *batita*.

Penelitian menunjukkan bahwa terdapat banyak faktor yang terlibat dalam *parenting stress*. Salah satu faktor yang mempengaruhi *parenting stress* (Abidin, 1995) ialah *social support*. Dibalik berbagai tuntutan dalam mengasuh batita yang dapat menyebabkan *stress*, ibu membutuhkan dukungan sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Purnomo dan Kristiana (2017) mengungkapkan bahwa *social support* berpengaruh terhadap stres yang sedang dihadapi oleh ibu pada saat mengasuh anak. *Social support* adalah suatu bentuk perhatian, penghargaan, kenyamanan, maupun bantuan dalam bentuk lainnya baik bantuan secara fisik maupun psikologis yang diterima individu dari orang lain ataupun dari kelompok (Sarafino, 2002). Jadi, *social support* mengacu pada tindakan yang dilakukan oleh orang lain, atau disebut dengan *received support*. Di sisi lain, *social support* juga mengacu pada persepsi individu bahwa kenyamanan, perhatian, dan bantuan tersedia bagi mereka jika diperlukan, atau disebut dengan *perceived social support*. *Social support* yang dilihat dalam penelitian ini adalah *perceived support*.

Menurut Sarafino dan Smith (2011), dukungan yang diberikan lingkungan mungkin tidak sejalan dengan yang dibutuhkan. Hal ini menyebabkan terjadinya kegagalan pemenuhan kebutuhan. Maka, persepsi individu adalah hal penting dalam *social support*. Ketika individu mempersepsikan bahwa *social support* yang diberikan lingkungan sesuai dengan kebutuhannya, maka individu akan merasa dirinya didukung penuh oleh lingkungan. Jika seseorang memiliki *perceived social support* yang tinggi, maka ia akan lebih terbuka terhadap saran atau solusi dari lingkungan (Sarafino & Smith, 2011). Saran dan solusi ini dapat membantu individu untuk mengatasi permasalahannya terkait pengasuhan. Selain itu, tingkat *perceived social support* yang tinggi juga dapat membantu individu mengubah perspektif dalam menghadapi masalah, misalnya: mencoba mencari sisi positif dari kesulitan dan merasa lebih yakin menyelesaikan masalahnya (Sarafino & Smith, 2011).

Sarafino (2014) juga membagi *perceived social support* menjadi beberapa bentuk. Bentuk pertama ialah *emotional support*, yang diekspresikan melalui empati, perhatian, kepedulian, *positive regard*, dan dorongan kepada seseorang. Bentuk kedua ialah *instrumental support* berupa bantuan langsung, seperti memberi atau meminjamkan uang dan membantu pekerjaan rumah tangga. Bentuk ketiga ialah *informational support*, yang terdiri dari memberikan nasihat, saran, petunjuk, atau umpan balik. Bentuk keempat ialah *companionship support*, berupa kesediaan untuk meluangkan waktu bersama. Menurut Sarafino (2002) *social support* yang tinggi berpengaruh positif terhadap kesehatan individu. Hal ini disebabkan *social support* dapat meningkatkan konsep diri, harga diri, kepercayaan diri, dan kepuasan terhadap hidup. Penelitian oleh Yi (2007) mengungkapkan bahwa orangtua yang mendapatkan *social support* mengalami *stress* pengasuhan yang lebih rendah daripada orangtua yang kurang mendapatkan *social support*.

Melalui wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada 8 orang ibu yang memiliki anak batita, ditemukan bahwa 7 dari 8 orang (90%) ibu menerima menerima banyak bantuan dari suami dan anggota keluarga lainnya. Bentuk dukungan yang diterima oleh ketujuh ibu tersebut kebanyakan ialah bantuan langsung, berupa bantuan menjaga anak ketika mereka harus bepergian, menemani bermain, dan memberi makan. Ketujuh ibu tersebut mengatakan bahwa dukungan yang mereka terima dapat menurunkan *parenting stress* yang mereka alami. Sedangkan 1 ibu lainnya menghayati bahwa ia kurang mendapatkan bantuan dari lingkungan. Bantuan yang ia terima biasanya hanya berupa penjagaan terhadap anaknya ketika ia sedang melaksanakan ibadah salat atau mandi. Ibu tersebut mengungkapkan bahwa dukungan yang ia terima sama sekali tidak menurunkan *parenting stress* yang ia alami.

Jika dilihat dalam kacamata budaya, nilai yang melekat di kawasan Kota Bandung adalah nilai kebudayaan Sunda. Masyarakat Tatar Sunda sering dikenal dengan masyarakat yang *silih asih, silih asah, dan silih asuh* (saling menyayangi, saling mempertajam kemampuan, dan saling melindungi). Selain itu, masyarakat Sunda juga memiliki nilai lainnya yaitu membantu orang yang membutuhkan dan yang dalam kesusahan (*nulung ka nu butuh nalang ka nu susah*) (Kahmad, Dadang, 2005). Nilai yang melekat ini tampaknya sangat memungkinkan ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung untuk mendapatkan bantuan dari lingkungan sekitarnya selama proses pengasuhan sehingga *perceived social support* menjadi variabel yang relevan sebagai variabel dependen yang akan memberikan peranan terhadap *parenting support* pada ibu dengan batita di Kota Bandung.

Berdasarkan isu-isu, hasil penelitian terdahulu, dan survei awal yang telah dilakukan, peneliti merasa tertarik untuk meneliti kontribusi bentuk *perceived social support* terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung. Secara lebih rinci, penelitian ini akan menguji:

- a) Kontribusi bentuk *perceived emotional support* terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung.
- b) Kontribusi bentuk *perceived instrumental support* terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung.
- c) Kontribusi bentuk *perceived informational support* terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung.
- d) Kontribusi bentuk *perceived companionship support* terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung

## II. Metode Penelitian

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah bentuk *perceived social support*, sedangkan variabel terikatnya adalah *parenting stress*. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Desain penelitiannya adalah desain kontribusi untuk mengetahui kontribusi bentuk *perceived social support* terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung. Karakteristik sampel yang menjadi sasaran dalam penelitian ini adalah ibu dengan anak batita yang tinggal berdampingan dengan keluarga atau kerabat, berada pada rentang usia dewasa awal dan dewasa madya (19 hingga 45 tahun), serta tinggal di Kotamadya Bandung.

Berdasarkan rumus Cochran untuk jumlah populasi yang tidak diketahui, maka setidaknya peneliti harus mengambil data dari sampel sekurang-kurangnya sebanyak 97

reponden (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini, teknik *sampling* yang digunakan adalah *non-probability sampling*, dengan bentuk *sampling accidental*. Menurut, *sampling accidental* adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, jika dinilai sesuai dengan karakteristik sampel. Pada penelitian ini, sampel yang terlibat sejumlah 145 orang.

Peneliti melakukan pengambilan data dengan memberikan kuesioner melalui *google form*, yaitu kuesioner bentuk *perceived social support* dengan nilai validitas berkisar 0.330–0.799 dan reliabilitas sebesar 0.903, serta kuesioner *parenting stress* dengan nilai validitas berkisar 0.370–0.733 dan reliabilitas sebesar 0.928 kepada ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung. Teknik analisis data yang digunakan dengan uji analisis regresi linier sederhana (*simple linear regression*), dimana peneliti bermaksud untuk mengetahui seberapa besar kontribusi bentuk *perceived social support* terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung. Pengujian dilakukan dengan bantuan program SPSS. Sebelum melakukan uji regresi linier, peneliti melakukan uji normalitas dan linearitas. Hasil menunjukkan bahwa data berdistribusi normal dan memiliki hubungan linier.

### III. Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### 3.1 Hasil Penelitian

**Tabel I.** Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase
19 tahun – 40 tahun	137	94,5%
40 tahun – 45 tahun	8	5,5%
Total	145	100%

Berdasarkan tabel I dapat disimpulkan bahwa sampel paling banyak berada pada rentang usia 19 – 40 tahun dengan jumlah ibu sebanyak 137 orang (94,5%), sedangkan sampel yang berada pada rentang usia 40 – 45 tahun berjumlah 8 orang (5,5%).

**Tabel II.** Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Usia Anak

Usia	Frekuensi	Persentase
1 tahun – 2 tahun	57	39,3%
2 tahun – 3 tahun	88	60,7%
Total	145	100%

Berdasarkan tabel II dapat diketahui bahwa sampel paling banyak memiliki anak *batita* berusia 2-3 tahun dengan jumlah ibu sebanyak 88 orang (60,7%), sedangkan sampel yang memiliki anak *batita* berusia 1-2 tahun berjumlah 57 orang (39,3%).

**Tabel III.** Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
Ibu bekerja	41	28,3%
Ibu rumah tangga	104	71,7%
Total	145	100%

Berdasarkan tabel III dapat diketahui bahwa sampel paling banyak bekerja sebagai ibu rumah tangga dengan jumlah ibu sebanyak 104 orang (71,7%), sementara sampe yang berstatus sebagai ibu bekerja sebanyak 41 orang (0,7%).

**Tabel IV.** Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Status Sosial

Status Sosial	Frekuensi	Persentase
Menengah ke bawah	33	22,8%
Menengah	103	71%
Menengah ke atas	9	6,2%
Total	145	100%

Berdasarkan tabel IV dapat diketahui bahwa sampel paling banyak berstatus sosial menengah dengan jumlah ibu sebanyak 103 orang (71%). Sementara sampel paling sedikit berstatus sosial menengah ke atas dengan jumlah ibu sebanyak 9 orang (6,2%).

**Tabel V.** Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Jumlah Anak

Jumlah Anak	Frekuensi	Persentase
1 orang	49	33,8%
2 orang	67	46,2%
3 orang	19	13,1%
4 orang	10	6,9%
Total	145	100%

Berdasarkan tabel V dapat disimpulkan bahwa sampel paling banyak memiliki anak berjumlah 2 orang dengan total ibu sebanyak 67 orang (46,2%). Sementara sampel paling sedikit memiliki anak berjumlah 4 orang dengan total ibu sebanyak 10 orang (6,9%).

**Tabel VI.** Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Bantuan yang Diterima

Yang Membantu Pengasuhan	Frekuensi	Persentase
Keluarga inti (suami atau anak yang lain)	53	37%
Orangtua (kakek atau nenek)	22	15,2%
Asisten rumah tangga	2	1,2%
Keluarga inti dan orangtua	41	28,5%
Keluarga inti, orangtua, dan asisten rumah tangga	3	2,1%
Keluarga inti, orangtua, dan teman	3	2,1%
Keluarga inti dan asisten rumah tangga	6	4%
Keluarga inti, orangtua, dan paman/bibi	3	2,1%
Keluarga inti dan asisten rumah tangga	2	1,2%
Keluarga inti, orangtua, dan <i>daycare</i>	1	0,7%
Keluarga inti dan paman/bibi	1	0,7%
Keluarga inti dan teman	1	0,7%
Keluarga inti, orangtua, asisten rumah tangga, dan teman	2	1,2%
Orangtua dan paman/bibi	1	0,7%
Orangtua dan asisten rumah tangga	2	1,2%
Orangtua dan teman	1	0,7%
Tidak ada	1	0,7%
Total	145	100%

Berdasarkan tabel VI dapat disimpulkan bahwa sampel paling banyak dibantu oleh keluarga inti dengan jumlah ibu sebanyak 53 orang (37%). Sementara sampel paling sedikit merasa tidak menerima bantuan dari orang lain dengan jumlah ibu sebanyak 1 orang (0,7%).

**Tabel VII.** Analisis Deskriptif *Parenting Stress* pada Responden

Kriteria	Skor Median	Frekuensi	Persentase
<i>Parenting Stress</i> Tinggi	$\geq 72$	73	50,4%
<i>Parenting Stress</i> Rendah	$< 72$	72	49,6%
Total		145	100%

Berdasarkan tabel VII dapat disimpulkan bahwa mayoritas dari responden mengalami *parenting stress* yang tinggi, yaitu sebanyak 73 ibu (50,4%).

**Tabel VIII.** Analisis Deskriptif *Perceived Emotional Support*

Kriteria	Skor Median	Frekuensi	Persentase
<i>Perceived Emotional Support</i> Tinggi	$\geq 20$	81	55,9%
<i>Perceived Emotional Support</i> Rendah	$< 20$	64	44,1%
Total		145	100%

Berdasarkan tabel VIII dapat disimpulkan bahwa mayoritas dari responden memiliki *perceived emotional support* yang tinggi, yaitu sebanyak 81 ibu (55,9%).

**Tabel IX.** Analisis Deskriptif *Perceived Instrumental Support*

Kriteria	Skor Median	Frekuensi	Persentase
<i>Perceived Instrumental Support</i> Tinggi	$\geq 14$	89	61,4%
<i>Perceived Instrumental Support</i> Rendah	$< 14$	56	38,6%
Total		145	100%

Berdasarkan tabel IX dapat disimpulkan bahwa mayoritas dari responden memiliki *perceived instrumental support* yang tinggi, yaitu sebanyak 89 ibu (61,4%).

**Tabel X.** Analisis Deskriptif *Perceived Informational Support*

Kriteria	Skor Median	Frekuensi	Persentase
<i>Perceived Informational Support</i> Tinggi	$\geq 16$	79	54,5%
<i>Perceived Informational Support</i> Rendah	$< 16$	66	45,5%
Total		145	100%

Berdasarkan tabel X dapat disimpulkan bahwa mayoritas dari responden memiliki *perceived informational support* yang tinggi, yaitu sebanyak 79 ibu (54,5%).

**Tabel XI.** Analisis Deskriptif *Perceived Companionship Support*

Kriteria	Skor Median	Frekuensi	Persentase
<i>Perceived Companionship Support</i> Tinggi	$\geq 22$	75	51,8%
<i>Perceived Companionship Support</i> Rendah	$< 22$	70	48,2%
Total		145	100%

Berdasarkan tabel XI dapat disimpulkan bahwa mayoritas dari responden memiliki *perceived companionship support* yang tinggi, yaitu sebanyak 75 ibu (51,8%).

**Tabel XII.** Hasil Uji Regresi

Hasil Uji Kontribusi Antara	R <sup>2</sup>	β	p	Simpulan
<i>Perceived Emotional Support</i> terhadap <i>Parenting Stress</i>	0.203	-1.835	0.000	H0 ditolak
<i>Perceived Instrumental Support</i> terhadap <i>Parenting Stress</i>	0.041	-0.858	0.014	H0 ditolak
<i>Perceived Informational Support</i> terhadap <i>Parenting Stress</i>	0.040	-1.022	0.016	H0 ditolak
<i>Perceived Companionship Support</i> terhadap <i>Parenting Stress</i>	0.164	-1.598	0.000	H0 ditolak

Berdasarkan tabel XII seluruh bentuk *perceived social support* memberikan kontribusi signifikan terhadap *parenting stress*. Adapun *perceived emotional support* memberikan kontribusi terbesar terhadap *parenting stress* pada responden ( $R^2 = 0,203$   $\beta = -1.835$  dan  $p = 0,000$ ). Seentara *perceived informational support* memberikan kontribusi terkecil terhadap *parenting stress* pada responden ( $R^2 = 0,040$   $\beta = -1.022$  dan  $p = 0,016$ ).

### 3.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan SPSS mengenai kontribusi *perceived emotional support* terhadap *parenting stress*, diperoleh hasil bahwa terdapat terdapat kontribusi yang signifikan ( $R^2 = 0,203$   $\beta = -1.835$  dan  $p = 0,000$ ), *perceived emotional support* terhadap *parenting stress*, dan arah kontribusinya negatif. Hasil ini membuktikan bahwa ketika ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung sering menghayati bahwa ia menerima empati, kepedulian, dan dorongan dari lingkungan yang membuatnya merasa diperhatikan ketika menghadapi kesulitan dalam mengasuh batita, maka ia akan mengalami *parenting stress* yang rendah, meskipun banyak hal yang memunculkan ketegangan ketika memiliki batita. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Annisa dan Swastiningsih (2015) tentang *dukungan sosial dan dampak yang dirasakan oleh ibu menyusui dan suami*. Dukungan emosional yang didapatkan oleh ibu berupa perhatian dari suami ketika menghadapi masalah dan motivasi untuk semangat menyusui dapat mempengaruhi ibu untuk merasa nyaman dan stres yang dihadapi menjadi berkurang.

Kontribusi sebesar 20,3% yang diberikan *perceived emotional support* terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung mengartikan bahwa *perceived emotional support* memiliki kontribusi paling tinggi terhadap *parenting stress* dibandingkan tiga bentuk lainnya. Hal ini dapat terjadi karena jika dilihat dari kacamata gender, perempuan dianggap lebih banyak menggunakan perasaan dibandingkan laki-laki (Chong, dkk., 2013) dan cenderung berharap untuk diperlakukan baik oleh orang lain (Crawford, dkk., 1992). Berdasarkan hal tersebut, dapat diketahui bahwa perhatian dan *positive*

*regard* dari orang lain yang merupakan komponen dari *emotional support* menjadi salah satu kebutuhan yang sangat diperlukan ibu, dan ketika kebutuhan yang cukup kuat tersebut terpenuhi maka ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung dapat lebih berpikiran jernih ketika menghadapi kesulitan dalam mengasuh anak termasuk dapat menerima ketidaksempurnaan anak, yang pada akhirnya dapat menurunkan *parenting stress* yang dialami. Selain itu, berdasarkan data sosiodemografis diketahui bahwa kebanyakan ibu di Kota Bandung sedang melakukan pengasuhan terhadap batita berusia 2-3 tahun. Saat anak memasuki tahun kedua dan lebih mengeksplorasi lingkungan, orangtua lebih sering mendisiplinkan anak (Holden, Vittrup, & Rosen, 2011). Contohnya, teriakan yang diberikan orangtua meningkat dari 36 persen pada 1 tahun menjadi 81 persen pada usia 2 tahun (Vittrup, Holden, & Buck, 2006). Hal ini dilakukan karena orangtua mengharapkan anaknya untuk memiliki kontrol diri yang lebih besar atas emosi dan impuls mereka (Papalia 2021). Oleh karena itu, *emotional support* seperti dorongan terhadap ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung untuk tetap mengoreksi perilaku anak menjadi penting, agar mereka tidak memandang bahwa taktik pendisiplinan tersebut sebagai hal yang kasar dan meningkatkan *parenting stress*.

Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan SPSS mengenai kontribusi *perceived companionship support* terhadap *parenting stress*, diperoleh hasil bahwa terdapat terdapat kontribusi yang signifikan ( $R^2 = 0,164$   $\beta = -1.598$  dan  $p = 0,000$ ) *perceived companionship support* terhadap *parenting stress*, dan arah kontribusinya negatif. Hasil ini membuktikan bahwa ketika ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung sering merasa bahwa orang-orang terdekatnya dapat meluangkan waktu bersamanya, maka ia cenderung mengalami *parenting stress* yang rendah sebab di masa-masa menekan akan ada orang-orang yang bersedia berbincang dan melakukan kegiatan bersamanya. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Brigitta Louise (2017) tentang *kontribusi dukungan sosial dari suami terhadap derajat stress pada ibu yang baru pertama memiliki anak di Kota Bandung*. Ketersediaan suami untuk menemani ibu menjalani aktivitas, mengajak jalan-jalan, atau menemani belanja bulanan membuat ibu merasa bahwa suami ada untuknya. Pada penelitian tersebut tidak secara langsung dijelaskan bahwa *companionship support* berkontribusi untuk menurunkan *parenting stress*, melainkan hanya dijelaskan bahwa *companionship support* berkontribusi untuk menurunkan *stress*. Namun dikarenakan *parenting stress* masih termasuk kedalam kelompok *stress*, maka hasil yang didapatkan masih relevan dengan penelitian ini.

Kontribusi sebesar 16,4% yang diberikan *perceived companionship support* terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak *batita* di Kota Bandung mengartikan bahwa *perceived companionship support* memiliki kontribusi kedua paling tinggi terhadap *parenting stress* dibandingkan tiga bentuk lainnya. Hal tersebut menjadi sangat mungkin untuk terjadi karena pada dasarnya individu dari budaya manapun memiliki kebutuhan universal untuk membentuk ikatan berarti dengan orang lain, memiliki hubungan akrab, dan termasuk dalam kelompok sosial (Herdiyanto, dkk., 2017). Secara khusus, Kota Bandung juga termasuk dalam budaya kolektivisme yang mana masyarakatnya mengintegrasikan hidup ke dalam kelompok sejak lahir hingga akhir hidupnya (Hofstede, 2011). Dalam kata lain masyarakat kolektivisme tidak bisa dipisahkan dari kelompok. Oleh karena itu, ketika kebutuhan ibu yang memiliki anak *batita* di Kota Bandung untuk menjadi bagian dari kelompok melalui kesediaan keluarga dan kerabat untuk melakukan kegiatan bersama telah terpenuhi, maka *parenting stress* yang dialami ibu akan menjadi lebih rendah karena ia mengetahui bahwa proses pengasuhan tidak membuat dirinya terisolasi dari lingkungan.

Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan SPSS mengenai kontribusi *perceived instrumental support* terhadap *parenting stress*, diperoleh hasil bahwa terdapat terdapat kontribusi yang signifikan ( $R^2 = 0,041$   $\beta = -0.858$  dan  $p = 0,014$ ) *perceived instrumental support* terhadap *parenting stress*, dan arah kontribusinya negatif. Hasil ini membuktikan bahwa ketika ibu yang memiliki anak *batita* di Kota Bandung sering mempersepsi bahwa orang terdekatnya selalu memberikan bantuan dalam menjaga atau mengurus anak, maka ia merasa bahwa ada orang-orang yang dapat diandalkan ketika mengalami kesulitan dalam mengurus anak yang menyebabkan ia mengalami *parenting stress* yang rendah. Hal ini sejalan dengan penjelasan yang diberikan oleh Werdayanti (2013) yaitu bantuan suami berupa menjaga, menemani, memberi pijitan ringan, dan bermain bersama anak yang lebih besar dapat meredakan ketegangan otot dan menenangkan pikiran.

Kontribusi sebesar 4,1% yang diberikan *perceived instrumental support* terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak *batita* di Kota Bandung mengartikan bahwa meskipun *perceived instrumental support* memiliki kontribusi yang signifikan terhadap *parenting stress*, namun kekuatannya lemah. Jika dilihat dari data sosiodemografis sampel, kebanyakan ibu di Kota Bandung memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (71,7%) dibandingkan wanita karir. Hasil ini dapat menjadi dasar dari lemahnya kontribusi *perceived instrumental support* terhadap *parenting stress*. Meskipun pekerjaan ibu rumah tangga tidaklah mudah, namun setidaknya ibu rumah tangga dapat memiliki jarak fisik yang lebih dekat dengan anak dan dapat mengatur jadwal dengan lebih leluasa sehingga bantuan untuk merawat anak

dari orang lain tidak terlalu diperlukan dan tidak terlalu kuat kontribusinya untuk menurunkan *parenting stress* yang dialami ibu. Selain itu, status sosial ekonomi sampel kebanyakan berada pada status menengah (71%). Hal ini menyatakan bahwa ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung memiliki penghasilan yang cukup baik, sehingga bantuan berupa materi dari orang lain bukan merupakan kebutuhan paling utama.

Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan SPSS mengenai kontribusi *perceived informational support* terhadap *parenting stress*, diperoleh hasil bahwa terdapat terdapat kontribusi yang signifikan ( $R^2 = 0,040$   $\beta = -1.022$  dan  $p = 0,016$ ) *perceived informational support* terhadap *parenting stress*, dan arah kontribusinya negatif. Hasil ini membuktikan bahwa ketika ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung sering menganggap bahwa keluarga dan kerabatnya selalu memberikan petunjuk terkait pengasuhan anak batita yang rewel dan cara mengatur emosi ketika kewalahan mengasuh batita, maka ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung cenderung merasa dibimbing dan lebih paham mengenai cara menangani batita yang menyebabkan ia mengalami *parenting stress* yang rendah. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Asni dan Nugraha (2017) tentang *hubungan social support dengan parenting stress pada ibu dengan anak tunagrahita di SLB-C Z Bandung*. Pada penelitian tersebut, didapatkan hasil bahwa *informational support* memiliki hubungan dengan *parenting stress*, yaitu semakin sering ibu menerima *informational support* maka semakin rendah intensitas *parenting stress* yang dialami oleh ibu dengan anak tunagrahita.

Kontribusi sebesar 4% yang diberikan *perceived informational support* terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung mengartikan bahwa meskipun *perceived informational support* memiliki kontribusi terhadap *parenting stress* paling rendah dibandingkan tiga bentuk lainnya. Tidak dapat dipungkiri bahwa mengakses informasi mengenai petunjuk pengasuhan batita atau cara mengatur emosi ketika kewalahan mengasuh batita di era sekarang ini sudah sangat mudah untuk dilakukan. Internet banyak menawarkan informasi yang kredibel dan melimpah, yang dapat diakses oleh semua orang termasuk ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung. Kemudahan ini membuat ibu menjadi tidak terlalu bergantung pada orang lain untuk menemukan informasi. Selain itu, berdasarkan data sosiodemografis sampel diketahui bahwa kebanyakan ibu di Kota Bandung berada pada rentang usia dewasa awal (94,5%). Orang dewasa awal tampaknya lebih skeptis tentang kebenaran dan tidak mau menerima jawaban begitu saja. Jadi, mereka sering mencari kebenaran secara berkala dan mungkin tidak pernah berakhir (Santrock, 2019). Hasil ini dapat menjadi dasar bahwa ibu yang memiliki anak batita di Bandung cenderung lebih memilih untuk

mencari informasi sendiri daripada menerima informasi yang diberikan dari orang lain. Oleh sebab itu, informasi yang diberikan oleh orang lain menjadi lebih sedikit kontribusinya terhadap *parenting stress* karena ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung sendiri memang aktif dalam mencari informasi.

Melalui analisis deskriptif, diketahui bahwa ibu yang memiliki anak *batita* di Kota Bandung mengalami *parenting stress* yang tinggi sejumlah 73 orang (50,4%). Fenomena ini dapat terjadi dikarenakan karakteristik batita yang masih harus diawasi, diberikan kasih sayang, dan dibantu secara ekstra seperti untuk makan, sehingga ibu seringkali kekurangan waktu untuk beristirahat atau memerhatikan dirinya sendiri mengingat waktu yang harus dialokasikan ibu untuk anak cenderung lebih banyak dibandingkan orang dewasa lainnya (Anderson & Sabatelli, 2011). Selain itu, tugas menjadi seorang ibu juga ternyata tidak seindah yang dibayangkan karena terdapat tuntutan untuk memenuhi kebutuhan anak seperti popok, sedangkan biaya hidup di kawasan urban seperti di Kota Bandung sendiri sudah cukup tinggi. Berbagai pengalaman negatif dalam mengasuh batita tersebut menjadi penyebab dari tingginya stres pada ibu.

#### **IV. Simpulan dan Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan mengenai kontribusi bentuk *perceived social support* terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki batita di Kota Bandung, dapat ditarik kesimpulan bahwa seluruh bentuk *perceived social support* memiliki kontribusi yang signifikan terhadap *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak batita di Kota Bandung, meskipun kekuatan kontribusinya lemah. Dengan begitu, orang-orang di sekitar ibu yang memiliki anak batita disarankan untuk dapat lebih peka dalam memenuhi bentuk dukungan sosial yang diperlukan ibu yang sedang mengasuh batita, terutama bagi suami. Selain itu, ibu yang memiliki batita juga disarankan untuk lebih aktif lagi dalam mencari bentuk dukungan sosial yang dibutuhkan kepada lingkungan.

#### **Daftar Pustaka**

- Abidin, Richard R. (1995). *Parenting Stress Index (3<sup>rd</sup> Edition)*. USA: Psychological Assessment Resources, Inc.
- Ahern, S. L. (2004). *Psychometric Properties of The Parenting Stress Index-Short Form*. Thesis. Raleigh: Faculty of Psychology North Carolina State University.

- Ahern, Lisa A., dkk. (2006). Factor Structure validity of the Parenting Stress Index - Short Form. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 35 (2), 302-312. Diakses dari [https://www.researchgate.net/publication/7183086\\_Factor\\_Structure\\_Validity\\_of\\_the\\_Parenting\\_Stress\\_Index-Short\\_Form](https://www.researchgate.net/publication/7183086_Factor_Structure_Validity_of_the_Parenting_Stress_Index-Short_Form).  
[https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3502\\_14](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3502_14)
- Anderson, S. A. & Sabatelli, R.M. (2011). *Family Interaction: A Multigenerational Developmental Perspective (5<sup>th</sup> Edition)*. Boston: Pearson.
- Annisa, L. & Swastiningsih, N. (2015). Dukungan Sosial dan Dampak yang Dirasakan oleh Ibu Menyusui dari Suami. *Jurnal Fakultas Psikologi*, 3(1), 16-22. Diakses dari <https://media.neliti.com/media/publications/242243-dukungan-sosial-dan-dampak-yang-dirasaka-75b76bc0.pdf>.
- Asni & Nugraha. (2017). Hubungan social support dengan parenting stress pada ibu dengan anak tunagrahita di SLB-C Z Bandung. *Prosiding Psikologi*, 3 (1). Diakses dari <https://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/view/5999>.  
<http://dx.doi.org/10.29313/v0i0.5999>
- Berry, J. O., & Jones, W. H. (1995). The parental stress scale: Initial psychometric evidence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(3), 463-472. Diakses dari <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0265407595123009>.  
<https://doi.org/10.1177/0265407595123009>
- Boyd, B. A. (2002). Examining the relationship between stress and lack of social support in mothers of children with autism. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 17(4), 208-215. Diakses dari <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/10883576020170040301>.  
<https://doi.org/10.1177/10883576020170040301>
- Creswell, John W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative & Qualitative Research 4th Edition*. Boston: Pearson Education, Inc.
- Dabrowska & Pisula. (2010). Parenting stress and coping styles in mothers and fathers of pre-school children with autism and Down syndrome. *Journal of Intellectual Disability Research*, 54 (3), 266-280.  
<https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2010.01258.x>

- Deater-Deckard. (2004). *Parenting Stress*. New Haven: Yale University Press.  
<https://doi.org/10.12987/yale/9780300103939.001.0001>
- Dey, B. K., Bairagi, A., Kabir, S. M., & Shahrier, M. A. (2013). Parenting Stress and Depression in Children of Working Mother. The Citagong University. *Journal of Biological Science*, 7, 151-165. Diakses dari [https://www.researchgate.net/publication/322153580\\_Parenting\\_Stress\\_and\\_Children\\_Depression](https://www.researchgate.net/publication/322153580_Parenting_Stress_and_Children_Depression).
- Friedenberg, Lisa. (1995). *Psychological Testing: Design, Appraisals, and Coping*. Boston: Allyn & Bacon.
- Haskett, Mary E., dkk. (2006). Factor Structure and Validity of The Parenting Stress Index-Short Form. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 30 (2), 203-312. Diakses dari [https://sci-hub.se/https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3502\\_14](https://sci-hub.se/https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3502_14).  
[https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3502\\_14](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3502_14)
- Herdianto, dkk. (2017). *Psikologi dalam Silang Budaya: Bahan Ajar Matakuliah Psikologi Lintas Budaya*. Universitas Udayana: Fakultas Kedokteran Program Studi Psikologi. Diakses dari [https://simdos.unud.ac.id/uploads/file\\_pendidikan\\_1\\_dir/8edd73d49d8cde2443e644f43b755549.pdf](https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_pendidikan_1_dir/8edd73d49d8cde2443e644f43b755549.pdf).
- Hidayah, B., dkk. (2020). Apakah emotional intelligence dipengaruhi gender?: Analisis perbedaan kecerdasan emosi kaitannya dengan manajemen konflik suami-istri dalam masa kritis perkawinan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 7 (2), 43-51. Diakses dari <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/download/59003/36934>.  
<https://doi.org/10.24843/JPU.2020.v07.i02.p05>
- Hidayat, A. (2009). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Johnston, C. B. S., dkk. (2003). Factors Associated with Parenting Stress in Mother of Children with Fragile X Syndrome. *Journal of Developmental Behavioral Pediatrics*, 24, 267-275. Diakses dari [https://journals.lww.com/jrnldb/Abstract/2003/08000/Factors\\_Associated\\_with\\_Parenting\\_Stress\\_in.8.aspx](https://journals.lww.com/jrnldb/Abstract/2003/08000/Factors_Associated_with_Parenting_Stress_in.8.aspx).  
<https://doi.org/10.1097/00004703-200308000-00008>

- Kahmad, Dadang. (2005). “Agama Islam dalam Perkembangan Budaya Sunda”, dalam Cik Hasan Bisri, dkk. (Penyunting), *Pergumulan Islam dengan Kebudayaan Lokal di Tatar Sunda*. Bandung: Kaki Langit.
- Karomah, Hidayatul. (2015). *Karya Tulis Ilmiah: Hubungan Pengetahuan Ibu dalam Penerapan Toilet Training pada Usia Batita 18-36 Bulan di paud MPA Daycare Bumi Telukjambe Karawang*. Diakses dari <https://books.google.co.id/books?id=2GNUDgAAQBAJ&pg=PA10&dq=faktor+yang+mempengaruhi+pengetahuan+notoatmodjo+2010&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwig-PrxxpDVAhXEk5QKHRhwAE4Q6AEIJAA#v=onepage&q=faktor%20yang%20mempengaruhi%20pengetahuan%20notoatmodjo%202010&f=false>.
- Kharisma, L. & Cahyanti, I. Y. (2013). Parenting Stress pada Ibu dengan Anak Penderita Duchenne Muscular Dystrophy. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2 (3), 34-40. Diakses dari <http://journal.unair.ac.id/downloadfull/JPKK8764-22d27cf772fullabstract.pdf>.
- Kumalasari, D. (2019). Be Mindful, Less Stress: Studi Tentang Mindful Parenting dan Stres Pengasuhan pada Ibu dari Anak Usia Middle Childhood di Jakarta. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 15 (2), 98-107. Diakses dari [https://www.researchgate.net/publication/337970448\\_Be\\_Mindful\\_Less\\_Stress\\_Studi\\_Tentang\\_Mindful\\_Parenting\\_Dan\\_Stres\\_Pengasuhan\\_Pada\\_Ibu\\_Dari\\_Anak\\_Usia\\_Middle\\_Childhood\\_Di\\_Jakarta](https://www.researchgate.net/publication/337970448_Be_Mindful_Less_Stress_Studi_Tentang_Mindful_Parenting_Dan_Stres_Pengasuhan_Pada_Ibu_Dari_Anak_Usia_Middle_Childhood_Di_Jakarta).  
<https://doi.org/10.24014/jp.v15i2.7744>
- Kumalasari, D. & Gani, I. A. A. (2020). Mengasuh Anak Usia Prasekolah Vs Anak Usia Sekolah Dasar: Manakah yang Lebih Menimbulkan Stres Pengasuhan Pada Ibu? *Personifikasi*, 11 (2). Diakses dari <https://journal.trunojoyo.ac.id/personifikasi/article/view/9102>.  
<https://doi.org/10.21107/personifikasi.v11i2.9102>
- Lestari, Stephanie & Widyawati, Yapina. (2016). Gambaran Parenting Stress dan Coping Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Kembar. *Jurnal Psikogenesis*, 4, 41-57. [https://www.researchgate.net/publication/329623067\\_Gambaran\\_Parenting\\_Stress\\_Dan\\_Coping\\_Stress\\_Pada\\_Ibu\\_Yang\\_Memiliki\\_Anak\\_Kembar](https://www.researchgate.net/publication/329623067_Gambaran_Parenting_Stress_Dan_Coping_Stress_Pada_Ibu_Yang_Memiliki_Anak_Kembar).  
<https://doi.org/10.24854/jps.v4i1.516>

- Martani, Wisjnu. (2012). Metode Simulasi dan Perkembangan Emosi Anak Usia Dini. *Jurnal Psikologi*, 39, 112-120. Diakses dari <https://www.neliti.com/id/publications/131695/metode-stimulasi-dan-perkembangan-emosi-anak-usia-dini>.
- Muscari, Mary E. 2005. *Keperawatan Pediatrik Edisi 3*, Alih bahasa Alfrina. Jakarta: EGC.
- Papalia E. D. & Martorell, G. (2021). *Experience Human Development (14<sup>th</sup> Edition)*. USA: McGraw Hill.
- Purnomo, J. C., & Kristiana, I. F. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami dengan Stres Pengasuhan Istri yang Memiliki Anak Retardasi Mental Ringan dan Sedang. *Jurnal Empati*, 5(3), 507-512. Diakses dari <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/15392>.
- Ratnasari, S. & Suleeman, J. (2017). Perbedaan Regulasi Perempuan dan Laki-laki di Perguruan Tinggi. *Jurnal Psikologi Sosial*, 15 (1), 35-46. Diakses dari <http://journal.ui.ac.id/index.php/jps/article/viewFile/jps.2017.4/3786>  
<https://doi.org/10.7454/jps.2017.4>
- Santrock. (2019). *Life-Span Development (17<sup>th</sup> Edition)*. New York: Mc-Graw Hill.
- Sarafino, P. Edward & Smith, W. Timothy. (2014). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions (8<sup>th</sup> Edition)*. USA: Wiley.
- Sari, dkk. (2015). Stres Ibu dalam Mengasuh Anak pada Keluarga dengan Anak Pertama Berusia Di Bawah Dua Tahun. *Jurnal Ilmu keluarga dan Konsumen*, 8 (2), 80-87. Diakses dari [https://www.researchgate.net/publication/314389277\\_Stres\\_Ibu\\_dalam\\_Mengasuh\\_Anak\\_pada\\_Keluarga\\_dengan\\_Anak\\_Pertama\\_Berusia\\_di\\_Bawah\\_Dua\\_Tahun](https://www.researchgate.net/publication/314389277_Stres_Ibu_dalam_Mengasuh_Anak_pada_Keluarga_dengan_Anak_Pertama_Berusia_di_Bawah_Dua_Tahun)  
<https://doi.org/10.24156/jikk.2015.8.2.80>
- Shin, J., Nhan, N., Crittenden, K., Hong, H., Flory, M., Ladinsky, J. (2006). Parenting Stress of Father and Mother of Young Children with Cognitive Delay in Vietnam. *Journal of Intellect Disabilities Research* 2006, 50, 748. Diakses dari [https://www.researchgate.net/publication/6828293\\_Parenting\\_stress\\_of\\_mothers\\_and\\_fathers\\_of\\_young\\_children\\_with\\_cognitive\\_delays\\_in\\_Vietnam](https://www.researchgate.net/publication/6828293_Parenting_stress_of_mothers_and_fathers_of_young_children_with_cognitive_delays_in_Vietnam)  
<https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2006.00840.x>

- Soetjiningsih dan Gde Ranuh. (2013). *Tumbuh Kembang Anak: Edisi 2*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Srifianti. (2020). Hubungan antara Parenting Stress dengan Strategi Regulasi Emosi Orangtua yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar (Middle Childhood) di Jabodetabek. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah psikologi*, 18 (2), 93-99. Diakses dari <https://jpsikologi.esaunggul.ac.id/index.php/JPSI/article/download/93/63>.
- Sugiyono. (2016). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supriyanto, Soerjoatmodjo, G. W. L., & Prasetyo, T. (2017). Gambaran Pengasuhan Anak pada Keluarga Urban yang Tinggal di Wilayah RPTRA Anggrek Bintaro, Jakarta Selatan. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 4 (1), 30-41. Diakses dari <https://www.readcube.com/articles/10.24912/jmishumsen.v1i1.332>.  
<https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i1.332>
- Taylor, E. S. (2015). *Health Psychology (9<sup>th</sup> Edition)*. New York: McGraw Hill.
- Wong D. L., dkk. (2004). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik (Edisi 6, Volume 1)*, Alih bahasa Sunarno, dkk. Jakarta: EGC.
- Aprianti, I. (2012). "Suatu Penelitian Mengenai Hubungan Antara Perceived Social Support Dan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Perantau Tahun Pertama Di Universitas Indonesia" Jakarta (Skripsi). Diakses dari <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20320186-S-Indah%20Aprianti.pdf>.
- Brahmaputra, Brigitta Louise. (2017). "Suatu Penelitian Kontribusi Dukungan Sosial Dari Suami Terhadap Derajat Stres pada Ibu yang Baru Pertama Memiliki Anak di Kota Bandung" Bandung (Skripsi). Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha: Bandung.
- Harlinda, Winastri. (2018). "Suatu Penelitian Mengenai Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Hardiness dengan Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Autis" (Skripsi). Diakses dari <http://eprints.ums.ac.id/61010/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. Diakses dari <https://kbbi.web.id/ibu>.
- Santoso, Slamet. (2009). Peran Wanita Dalam Menciptakan Ketahanan Keluarga. Diakses dari <http://prov.bkkbn.go.id>.

Thohiroh, A. A. (2020). *Parenting Stress pada Ibu yang Bekerja: Studi Deskriptif pada Ibu yang Bekerja di Bank* (Skripsi). Diakses dari <https://lib.unnes.ac.id/38628/1/1511414158.pdf>.

Yi, Tse Pik. (2007). *Perceived Social Support and Marital Satisfaction: A Moderator Effect on Parental Stress in Hongkong* (Tesis). Diakses dari <http://lbms03.cityu.edu.hk/oaps/ss2007-5790-tpy310.pdf>.