

BAB V

PENUTUP

5.1 Bahasan

Stres pengasuhan digambarkan sebagai kecemasan dan ketegangan yang sudah melebihi batas dan secara khusus berhubungan dengan peran orangtua dan dapat berinteraksi antara orangtua dan anak (Abidin, dalam Ahern, 2004). Menurut Berry & Jones (1995), stres pengasuhan itu muncul ketika orangtua mulai mengalami kesulitan dalam memenuhi tuntutan menjadi orangtua dan hal tersebut mempengaruhi perilaku, penyesuaian diri, dan kesejahteraan. Stres pengasuhan menurut Deater-Decker (2004, dalam Mawardah dkk., 2012) juga didefinisikan sebagai serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologis orangtua, dan stres pengasuhan juga dapat dipahami sebagai stres maupun situasi penuh tekanan yang terjadi pada pelaksanaan tugas perkembangan anak. Berdasarkan definisi para ahli mengenai stres pengasuhan dapat ditarik kesimpulan bahwa stres pengasuhan muncul disaat orangtua mengalami kesulitan dalam menjalankan perannya sebagai orangtua yang mempengaruhi perilaku, dalam penyesuaian diri, dan kesejahteraan, selain itu orangtua juga selalu melibatkan rasa cemas dan ketegangan saat mengasuh anak.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diperoleh gambaran tentang tingkat stres pengasuhan yang dialami oleh para partisipan penelitian ini, yaitu ibu bekerja yang memiliki anak usia dini. Berdasarkan Tabel 4.4 dapat diketahui bahwa tingkat stres pengasuhan presentase tertinggi pada kategori rendah dengan jumlah skor (38,2%), diikuti dengan kategori sangat rendah dengan jumlah skor (31,6%), dan pada kategori sedang (27,6%). Adapun tingkat stres pengasuhan yang sangat tinggi dilaporkan oleh 2 orang responden dengan jumlah skor (2,6%). Jadi dapat dikatakan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum para partisipan penelitian mengalami stres pengasuhan tingkat sedang, rendah, dan sangat rendah. Atau dengan kata lain, tingkat stres yang dialami para ibu bekerja dalam mengasuh anak dalam penelitian ini tergolong tidak terlalu berat.

Tingkat stres pengasuhan para partisipan dapat digambarkan lebih rinci dengan melihat aspek-aspek yang tercakup dalam stres pengasuhan, yaitu aspek *pleasure* (komponen positif dari pengasuhan) dan aspek *strain* (komponen negatif dari pengasuhan). Pada aspek *pleasure*, berdasarkan Tabel 4.5 dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi terbanyak terdapat pada kategori sangat tinggi dengan jumlah 47 orang (61,8%), pada kategori tinggi sebanyak 26 orang (34,2%), sedangkan pada kategori sedang, rendah, dan sangat rendah memiliki frekuensi dan prosentase yang sama yaitu sebanyak 1 orang (1,3%). Dapat dikatakan bahwa mayoritas partisipan memiliki *pleasure* pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Artinya bagi sebagian besar partisipan mengasuh anak menimbulkan hal yang positif secara emosional, seperti adanya cinta, kegembiraan, kebahagiaan, kesenangan, dan *self-enrichment* dan pengembangan diri, serta sangat sedikit partisipan yang tidak merasakan hal-hal positif saat mengasuh anaknya, sehingga dapat dikatakan bahwa hal ini menunjukkan kecenderungan stres pengasuhan pada ibu yang rendah.

Sementara itu, pada aspek *strain*, berdasarkan Tabel 4.6 dapat dilihat bahwa nilai presentase tertinggi pada kategori rendah sebanyak 38 orang (50%). Kemudian diikuti sebanyak 16 orang (21,1%) dalam penelitian ini masuk dalam kategorisasi sedang. Selanjutnya, pada kategorisasi tinggi terdapat 12 orang (15,8%). Lalu pada kategorisasi sangat rendah sebanyak 8 orang (10,5%), dan terdapat 2 orang (2,6%) masuk dalam kategorisasi sangat tinggi. Jadi, sebagian partisipan (50%) memiliki tingkat *strain* pada kategori rendah, sedangkan sebagian sisanya tersebar pada kategori sangat tinggi, tinggi, sedang dan rendah. Artinya sebagian responden merasakan pengasuhan anak sebagai hal yang menyita waktu, tenaga, dan finansial, sedangkan sebagian lagi tidak menganggap pengasuhan anak sebagai beban atau tekanan, sehingga mengarah pada tingginya stres pengasuhan yang dialami ibu bekerja pada aspek *strain*.

Adapun hasil dari tabulasi silang stres pengasuhan ibu bekerja berdasarkan usia anak adalah bahwa tingkat stres pengasuhan pada partisipan terlihat menyebar pada semua usia anak, yaitu 3 tahun, 4 tahun, 5 tahun, dan 6 tahun. Berdasarkan data Tabel 4.7 stres pengasuhan yang sangat tinggi terdapat pada ibu

yang memiliki anak 4 dan 5 tahun dengan prosentase yang sama yaitu (1.3%) dengan jumlah masing-masing 1 orang. Tingkat stres pengasuhan sedang terdapat pada ibu dengan usia anak 3 tahun hingga 6 tahun, yaitu usia anak 4 tahun sebanyak 7 orang (7.9%), disusul usia anak 5 dan 6 masing-masing sebanyak 6 orang (7.9%), dan usia anak 3 tahun sebanyak 2 orang (2.6%). Tingkat stres pengasuhan yang rendah juga tampak pada semua kategori usia, yaitu pada ibu dengan usia anak 5 tahun sebanyak 15 orang (19,7%), usia anak 4 dan 6 sebanyak 6 orang (7.9%), dan terakhir usia anak 3 tahun sejumlah 2 orang (2.6%). Demikian juga tingkat stres pengasuhan yang sangat rendah terdapat pada semua kelompok usia, yaitu usia anak 5 tahun sebanyak 15 orang (19.7%), usia anak 4 tahun sebanyak 5 orang (6.6%), usia anak 6 tahun sebanyak 3 orang (3.9%), dan terakhir usia anak 3 tahun sebanyak 1 orang (1.3%). Dari data tersebut, tidak tampak adanya pola khusus stres pengasuhan berdasarkan usia anak.

Hasil tabulasi silang antara status kerja ibu dan stres pengasuhan ibu pada Tabel 4.8 menunjukkan bahwa ibu bekerja dari rumah maupun ibu bekerja di luar rumah mengalami tingkat stres pengasuhan pada hampir semua kategori. Tingkat stres pengasuhan yang sangat tinggi berjumlah 1 orang (1.3%) pada ibu yang bekerja dari rumah dan ibu yang bekerja di luar rumah. Stres pengasuhan tingkat sedang pada ibu bekerja di luar rumah yaitu sebanyak 19 orang (25.0%) dan ibu bekerja dari rumah sebanyak 2 orang (2.6%). Stres pengasuhan tingkat pada ibu bekerja di luar rumah sebanyak 27 orang (35.5%) dan pada ibu bekerja dari rumah sebanyak 2 orang (2.6%). Stres pengasuhan tingkat sangat rendah pada ibu bekerja di luar rumah yaitu sebanyak 24 orang (31.6%) tetapi tidak dialami oleh ibu bekerja dari rumah. Dari data tersebut, peneliti tidak melihat adanya pola khusus stres pengasuhan berdasarkan status kerja ibu.

Hasil tabulasi silang antara pihak yang membantu ibu mengasuh anak dengan tingkat stres pengasuhan Tabel 4.9 menunjukkan bahwa tingkat stres pengasuhan pada ibu bekerja berdasarkan siapa yang membantu dalam pengasuhan anak juga tersebar pada semua kategori. Stres pengasuhan yang sangat tinggi terdapat pada ibu yang dibantu oleh baby sitter atau asisten rumah tangga, yaitu 2 orang (2,6%). Stres pengasuhan tingkat sedang terdapat pada ibu

yang dibantu oleh kerabat dalam mengasuh anak (1 orang atau 1,3%), dibantu oleh orangtua (4 orang atau 5,3%), dibantu oleh suster atau asisten rumah tangga (15 orang atau 19,7%), dan tidak ada yang membantu mengasuh anak (1 orang atau 1,3%). Stres pengasuhan tingkat rendah terdapat pada ibu yang dibantu oleh kerabat dalam mengasuh anak (1 orang atau 1,3%), dibantu oleh orangtua (20 orang atau 26,3%), dibantu oleh penitipan anak (2 orang atau 2,6%), dibantu oleh suster atau asisten rumah tangga (4 orang atau 5,3%), dan tidak ada yang membantu mengasuh anak (2 orang atau 2,6%). Stres pengasuhan tingkat sangat rendah terdapat pada ibu yang dibantu oleh kerabat dalam mengasuh anak (6 orang atau 7,9%), dibantu oleh orangtua (31 orang atau 40,8%), dibantu oleh penitipan anak (6 orang atau 7,9%), dibantu oleh suster atau asisten rumah tangga (26 orang atau 34,2%), dan tidak ada yang membantu mengasuh anak (7 orang atau 9,2%). Jadi, sekalipun ibu bekerja dibantu oleh pihak-pihak tertentu untuk mengasuh anak, seperti suster atau asisten rumah tangga, kerabat, orangtua, maupun tidak ada yang membantu, stres pengasuhan tetap dialami. Satu hal yang menarik adalah ibu yang dibantu oleh tempat penitipan anak dalam mengasuh anak ternyata memiliki stres pengasuhan tingkat rendah dan sangat rendah. Peran tempat penitipan anak ini perlu dikaji lebih lanjut untuk dapat memahami keterkaitannya dengan rendahnya stres pengasuhan yang dirasakan ibu bekerja.

Adapun keterbatasan ataupun kelemahan dalam penelitian ini adalah terbatasnya jumlah partisipan penelitian. Adanya pandemi COVID-19 yang belum mereda menyebabkan peneliti menggunakan *google form* untuk pengambilan data, dan hanya bisa disebarluaskan melalui media sosial seperti *instagram* dan *whatsapp*. Peneliti tidak dapat bertemu dengan responden dan membimbing secara langsung dalam pengisian kuesioner ini, selain itu peneliti juga tidak bisa mencapai tujuan penelitian untuk mendapatkan partisipan dengan kriteria ibu bekerja yang memiliki anak usia dini 0 sampai dengan 2 tahun, sehingga generalisasi hasil penelitian menjadi terbatas pada anak usia dini dengan usia diatas 2 tahun.

5.2 Kesimpulan

Secara umum partisipan penelitian mengalami stres pengasuhan tingkat sedang, rendah, dan sangat rendah. Artinya, tingkat stres yang dialami para ibu bekerja dalam mengasuh anak dalam penelitian ini tergolong tidak terlalu berat.

Pada aspek pertama dari stres pengasuhan yaitu *strain*, sebagian partisipan (50%) memiliki tingkat *strain* pada kategori rendah, sedangkan sebagian sisanya tersebar pada kategori sangat rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Artinya sebagian responden merasakan pengasuhan anak sebagai hal yang menyita waktu, tenaga, dan finansial, sedangkan sebagian lagi tidak menganggap pengasuhan anak sebagai beban atau tekanan.

Pada aspek kedua dari stres pengasuhan yaitu *pleasure*, mayoritas partisipan memiliki *pleasure* pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Artinya bagi sebagian besar partisipan mengasuh anak menimbulkan hal yang positif secara emosional, seperti adanya cinta, kegembiraan, kebahagiaan, kesenangan, dan *self-enrichment* dan pengembangan diri, serta sangat sedikit partisipan yang tidak merasakan hal-hal positif saat mengasuh anaknya, sehingga dapat dikatakan ibu bekerja pada aspek *pleasure* memiliki kecenderungan stres pengasuhan yang rendah.

Tidak ada pola khusus stres pengasuhan pada ibu bekerja berdasarkan usia anak (3 tahun, 4 tahun, 5 tahun, 6 tahun) maupun berdasarkan status kerja ibu (bekerja di luar rumah dan bekerja dari rumah). Ditinjau dari pihak yang membantu ibu bekerja mengasuh anak, seperti suster atau asisten rumah tangga, kerabat, orangtua, maupun tidak ada yang membantu, stres pengasuhan tetap dialami ibu bekerja. Hal yang menarik adalah ibu yang dibantu oleh tempat penitipan anak dalam mengasuh anak ternyata memiliki stres pengasuhan tingkat rendah dan sangat rendah.

5.3 Saran

Berikut beberapa saran yang dapat digunakan untuk kepentingan secara praktis dan teoritis :

1. Bagi Subjek Penelitian (Ibu Bekerja yang Memiliki Anak Usia Dini)

Bagi ibu yang bekerja dan memiliki anak usia dini dengan adanya gambaran ini diharapkan seorang ibu yang bekerja dapat mengelola stres pengasuhan yang muncul.

2. Bagi Instansi Kerja

Diharapkan bagi institusi kerja untuk lebih memahami masalah stres pengasuhan yang dialami karyawan dalam peran ganda sebagai seorang ibu yang memiliki anak usia dini, dan diharapkan dapat memberikan dukungan yang tepat agar stres pengasuhan tidak berdampak negatif pada kinerja karyawan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk para peneliti selanjutnya agar dapat menggunakan partisipan dengan jumlah besar. Peneliti selanjutnya juga diharapkan untuk melihat dengan faktor-faktor yang memengaruhi stres pengasuhan seperti ada tidaknya pengasuh anak yang lain dengan menggunakan teknik analisis yang lebih mendalam (t-test atau Anava) dan jumlah sampel yang lebih berimbang pada tiap kelompoknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahern, L. (2004). Psychometric Properties of The Parenting Stres Index, *Journal of Clinical Child Psychology*, 615-625.
- Ardhani, A. W. (2017). Parenting Stres pada Wanita Karir. *Skripsi.n* Universitas Negeri Semarang.
- Apreviadizy, P., & Puspitacandri, A. (2014). Perbedaan Stres Ditinjau Dari Ibu Bekerja Dan Ibu Tidak Bekerja. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 9(1), 58–65.
- Astriamitha (2012). Hubungan antara parenting stres dan parenting self-efficacy pada ibu yang memiliki anak dengan tunagrahita taraf ringan dan sedang usia kanak-kanak madya. *Skripsi*. Universitas Indonesia. Diambil dari <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20354966-S-Astriamitha.pdf>
- Azni, H. N. P. (2017). Hubungan social support dengan karakteristik stress pada ibu dengan anak tuna grahita di SLB-C Z Bandung. *Jurnal Psikologi*, 3(1).
- Azwar, S. (2013). *Sikap manusia: Teori dan pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Berry, J.D., & Jones, W.H. (1995) The Parental Stres Scale: Initial psychometric evidence. *Journal of Social and Personal Relationship*, 12, 463-572.
- Gina, F., & Fitriani, Y. (2021). Regulasi emosi dan parenting stres pada ibu bekerja. *Jurnal psikologi terapan dan pendidikan*, 2(2).98-107
- Gunarsa, S.D. (2006). *Dari anak sampai usia lanjut: Bunga rampai psikologi perkembangan*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hidayati, F. (2013). Pengaruh pelatihan "pengasuhan ibu cerdas" terhadap stres pengasuhan pada ibu dari anak autisme. *Psikoislamika*, 10 (1), 22-29.
- Hoffman, L. W., & Nye, F. I. (1986). *Working mothers*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Ikasari, A. & Kristiana. I.F. (2017). Hubungan antara regulasi emosi dengan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak cerebral palsy. *Jurnal Empati*, 6 (4), 323-328.
- Johnston, C. (2003). Factors associated with parenting stress in mother of children with fragile X syndrome. *Developmental and Behavioral Pediatric*, 24(4), 267-275.

- Leavy, P.(2017). *Research design: quantitative, qualitative, mixed method, art based, and community-based participatory research approaches* (1st ed.). The Guildford Press.
- Kristiana, I.F. (2017). Self-compassion dan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak dengan hambatan kognitif. *Jurnal Ecopsy*, 4 (1), 52-57.
- Martin, C., & Colbert, K. (1997). *Parenting: A life span perspective*. New York: McGraw-Hill
- Mawardah, U., Psikologi, F., & Diponegoro, U. (2012). Relationship between active coping with parenting stress in mother of mentally retarded child. *Empati*, 1(1), 1–14.
- Pelcovitz, D. (2013). The impact of working mothers on child development. Diunduh dari <https://www.ou.org/life/parenting/impact-workingmothers-child-development-empiricalresearch-david-pelcovitz/>
- Ramadhany, S.D., Larasati, T.A., & Soleha, T.U. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB Dharma Bakti Dharma Pertiwi, *Agromed Unila*, 4 (2), 287-292.
- Ridner, S.H. (2004). Psychological distress: Concept analysis. *Journal of Advance Nursing*, 45(5), 536-545.
- Sugiyono. (2010). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Vinayastri, A. (2015). Perkembangan Otak Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah WIDYA*, 3(1), 33–42.
- Yamin, M.& Jamilah, S.S. (2013). *Panduan PAUD*. Ciputat: Gaung Persada Press Group.