

## GAMBARAN PARENTING STRESS PADA PRIMIPARA : STUDI LITERATURE REVIEW

Milly Maryam Panghela<sup>1)</sup>, Muryati<sup>1)</sup>, Nani Avianti<sup>1)</sup>, Zaenal Muttaqin<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup>Poltekkes Kemenkes Bandung, Email: [millymaryam@gmail.com](mailto:millymaryam@gmail.com),  
[muryatiragil@gmail.com](mailto:muryatiragil@gmail.com), [naniavianti57@gmail.com](mailto:naniavianti57@gmail.com), [muttaqin680@gmail.com](mailto:muttaqin680@gmail.com)

### ABSTRACT

*Parenting stress is stress as a series of processes that lead to psychological conditions that are not liked and psychological reactions that arise in an effort to adapt to the demands of parental roles. The role of a partner as a parent can be something to be happy but also full of challenges. The challenges in parenting especially new parents or spouses who have just given birth, namely when they become parents will face demands related to the role of care that puts them at risk for experiencing stress. This study aims to determine the description of parenting stress in primiparas. This research method uses descriptive research with the design used is the study of literature. This study uses secondary data obtained not from direct observation but obtained from the results of research conducted by previous researchers. The data collection strategy used in this study is the documentation method in which the researcher draws conclusions and summarizes the literature obtained from search results in accordance with the researcher's topic. Based on the results obtained from 4 literature, it can be concluded that a small proportion of mothers experience high levels of parenting stress, most of the mothers experience parenting stress levels and often occur among mothers, and most mothers experience low level of parenting stress. It is hoped that this literature study can be used as an illustration and reference for nurses as a basis for mental nursing services.*

**Keywords:** Parenting Stress, Primipara

### ABSTRAK

*Parenting stress* merupakan stres pengasuhan sebagai serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologis yang muncul dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orangtua. Peran pasangan sebagai orangtua dapat menjadi sesuatu yang membahagiakan akan tetapi penuh juga dengan tantangan. Tantangan dalam pengasuhan terutama orangtua baru atau pasangan yang baru saja melahirkan, yaitu ketika mereka menjadi orang tua maka akan menghadapi tuntutan terkait dengan peran pengasuhan yang menempatkan mereka pada resiko untuk mengalami stress. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *parenting stress* pada primipara. Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan desain yang dipergunakan yaitu studi literatur. Penelitian ini menggunakan data sekunder yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung tetapi diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Strategi pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode dokumentasi dimana peeneliti melakukan penarikan kesimpulan dan meringkas literatur yang didapatkan dari hasil pencarian yang sesuai dengan topik peneliti. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari 4 literatur dapat disimpulkan bahwa sebagian kecil ibu mengalami *parenting stress* tingkat tinggi, sebagian besar ibu mengalami *parenting stress* tingkat dan sering terjadi di kalangan ibu, dan sebagian besar ibu mengalami *parenting stress* tingkat rendah. Diharapkan studi literatur ini dapat digunakan sebagai gambaran dan refensi bagi perawat sebagai dasar layanan keperawatan jiwa.

**Kata kunci:** Parenting Stress, Primipara

## PENDAHULUAN

Stres pada umumnya dapat didefinisikan sebagai respon organisme terhadap stimulasi yang merugikan atau tidak menyenangkan. Dalam psikologi, stres dipahami sebagai proses yang dialami seseorang ketika berinteraksi dengan lingkungannya. Stres dapat dibagi menjadi kepada stres fisik, stres kimiawi, stres mikrobiologik, stres fisiologik, stres proses pertumbuhan dan perkembangan, stres psikis dan emosional, dan lain sebagainya<sup>1</sup>. Dalam setting pengasuhan, seseorang yang mengalami tekanan atau stres dalam proses pengasuhan disebut dengan stres pengasuhan atau *parenting stress*. Stres pengasuhan sebagai serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologis yang muncul dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orangtua<sup>2</sup>.

Peran pasangan sebagai orangtua dapat menjadi sesuatu yang membahagiakan akan tetapi penuh juga dengan tantangan. Tantangan dalam pengasuhan terutama orangtua baru atau pasangan yang baru saja melahirkan, yaitu ketika mereka menjadi orang tua maka akan menghadapi tuntutan terkait dengan peran pengasuhan yang menempatkan mereka pada resiko untuk mengalami stress<sup>1</sup>. Menjadi orangtua dapat membuat stres sebagian besar pasangan dan kebanyakan merasa lebih sulit dari yang mereka bayangkan<sup>2</sup>. Salah satu tanggung jawab orangtua yaitu mengasuh anak, mengajarkan mereka mengenai perilaku yang sesuai dalam berinteraksi di masyarakat, mempersiapkan mereka untuk berpartisipasi dalam masyarakat ketika mereka sudah beranjak dewasa, serta memenuhi semua kebutuhan dasar mereka<sup>3</sup>. Dalam memenuhi tanggung jawabnya, orangtua melakukan cara yang berbeda untuk mengasuh anak mereka. Pengasuhan orangtua (*parenting*) secara umum dapat didefinisikan sebagai kegiatan yang

dilakukan oleh orangtua dan bertujuan untuk memastikan kelangsungan hidup dan juga perkembangan anak<sup>3</sup>.

*Parenting stress* akan menimbulkan beban bagi orang tua. Stres pengasuhan dapat mengubah sikap orang tua terhadap anak, sehingga akan mempengaruhi pengasuhannya, perilaku tersebut mulai dari pengasuhan yang kurang baik, pengabaian bahkan berakibat pada munculnya perilaku kasar<sup>1</sup>. Terdapat tiga faktor utama yang menyebabkan stres pengasuhan, yaitu karakteristik anak, karakteristik orang tua dan stres lingkungan. Karakteristik anak mencakup kemampuan anak dalam beradaptasi, level hiperaktivitas, permintaan anak (tuntutan terhadap orangtua), temperantum. Karakteristik orang tua mencakup level depresi, sentuhan / sikap kepada anak, ketrampilan dalam mengasuh anak (termasuk pengetahuan orangtua). Sedangkan stres lingkungan kehidupan mencakup pergantian pekerjaan, pernikahan dan perceraian, serta anggota keluarga (mencakup dukungan keluarga dan kematian anggota keluarga)<sup>1</sup>. Karakteristik keluarga lainnya yang mempengaruhi stres pengasuhan seperti usia orang tua, jumlah anak di rumah, lama pernikahan, serta dukungan sosial<sup>1</sup>.

Model *parenting stress* Abidin memberikan perumpamaan bahwa "stres mendorong kearah tidak berfungsinya pengasuhan orang tua terhadap anak, pada pokoknya menjelaskan ketidaksesuaian respon orang tua dalam menanggapi konflik dengan anak-anak mereka"<sup>4</sup>. Terdapat tiga aspek dalam *parenting stress* yaitu stres yang bersumber dari orang tua dalam melaksanakan peran sebagai orang tua, yang disebabkan oleh faktor-faktor personal yang terkait persepsi kompetensi, konflik dengan pasangan dan anak, kurangnya dukungan sosial, depresi, dan kondisi kesehatan orang tua; selanjutnya stres yang bersumber dari kesulitan mengatur anak yang berupa kesulitan anak beradaptasi, tuntutan yang terlalu banyak; dan aspek

*parenting stress* yang terakhir ketidakberfungsian interaksi antara orang tua dan anak yang berupa kurangnya perasaan positif, kurangnya penerimaan orang tua terhadap karakteristik anak, dan kurangnya kedekatan antara orang tua dan anak.

*Parenting stress* dapat memberikan dampak pada orang tua yang berupa kelelahan, penurunan kesehatan fisik, ketidakpuasan dalam menjalankan tugas sebagai orang tua (*parenting dissatisfaction*), merenggangnya hubungan antar orang tua dan anak; selain itu *parenting stress* juga memberikan dampak negatif pada anak yang berupa memperlakukan anak dengan kata-kata kasar, anak sebagai korban kekerasan, berkurangnya kemampuan anak dalam sosial, emosional, serta turunnya prestasi akademik anak. Ketidakmampuan untuk mengelola stres pengasuhan bagi orangtua dapat menyebabkannya mudah melakukan tindak kekerasan pada anak, yang akhirnya berdampak buruk pada pembentukan kepribadian anak. Selain itu juga dapat menyebabkan munculnya perasaan gagal dan ketidakpuasan dalam menjalankan tugas sebagai orang tua (*parenting dissatisfaction*). Kalaupun tidak sampai terjadi tindakan kekerasan, stres pengasuhan yang tidak terkelola dengan baik dapat merenggangkan hubungan orang tua-anak. Dalam keadaan ini anak dapat kehilangan tempat rujukan pada saat menghadapi problem, dan menghambat perkembangan kemampuan pemecahan masalah dan mengambil keputusan<sup>2</sup>.

*Parenting stress* dalam mengasuh anak menimbulkan kesulitan tersendiri bagi orang tua, khususnya pada ibu<sup>5</sup>. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa stres pengasuhan lebih sering dialami oleh ibu dibandingkan oleh ayah. Dalam Penelitian yang dilakukan oleh Shin (2006) di Kanada, yang meneliti sebanyak 106 ibu dan 93 ayah dengan anak berusia tiga sampai enam tahun menunjukkan bahwa ibu

mengalami stres yang lebih besar dibandingkan stres yang dialami oleh ayah, selain itu pada primipara sangat beresiko mengalami gangguan jiwa salah satunya post partum blues, hal ini diperkuat oleh penelitian Rahmi (2013) yang menyatakan bahwa di Indonesia angka kejadian postpartum blues antara 50-70% dari wanita pasca persalinan. 75% diantaranya terjadi pada ibu primipara satu dari 10 wanita yang baru saja melahirkan memiliki kecenderungan postpartum blues.

Primipara adalah wanita yang telah melahirkan seorang anak, yang cukup besar untuk hidup di dunia luar matur atau prematur (bagian obstetri dan ginekologi fakultas kedokteran Universitas Padjajaran). Adanya kecenderungan gangguan mood pada ibu usia muda memungkinkan menjadi salah satu faktor risiko terjadinya postpartum blues<sup>6</sup>.

Angka kejadian postpartum blues pada ibu primipara 17,4% lebih tinggi dibandingkan dengan ibu multipara. Hal ini diperkuat oleh beberapa studi yang menunjukkan wanita primipara mempunyai risiko lebih besar terhadap postpartum blues<sup>7</sup>. Ibu yang sudah pernah melahirkan dan berpengalaman dalam merawat bayinya dibandingkan primipara, primipara akan cenderung mengalami gangguan mood ringan postpartum<sup>6</sup>. Sehingga Machmudah (2010) menyimpulkan dalam penelitiannya bahwa terdapat pengaruh antara paritas dengan kemungkinan terjadinya postpartum blues<sup>7</sup>. Post partum blues atau depresi pascapersalinan merupakan kondisi yang mungkin dialami oleh perempuan pada periode pascapersalinan. Tidak seorang pun yang mengira akan mengalami hal tersebut, karena pada umumnya perempuan yang hamil, terlebih yang baru pertama kali, tentu sangat menantikan kehadiran bayinya.

Hasil penelitian Stephanie Lestari dan Yapina Widyawati tahun 2016 menyatakan bahwa *parenting stress* ibu yang memiliki anak kembar berada pada kategori sedang (63.3%). Di samping itu,

cukup banyak pula subjek yang berada pada kategori rendah (33.3%). Hanya satu orang subjek yang berada pada kategori tinggi (3.3%) dan tidak ada yang termasuk dalam kategori sangat tinggi.

Dari pemaparan hasil penelitian dan studi pendahuluan di atas belum didapatkan jurnal mengenai *parenting stress* pada primipara. Hal itu membuat peneliti tertarik untuk meneliti gambaran *parenting stress* pada primipara.

### RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran tingkat *parenting stress* pada primipara?

### TUJUAN PENELITIAN

#### 1. Tujuan Umum

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *parenting stress* pada primipara.

#### 2. Tujuan khusus

Terdapat pula tujuan khusus pada penelitian ini yaitu untuk mengidentifikasi:

- Data tingkat *parenting stress* tinggi pada primipara dengan *literature review*.
- Data tingkat *parenting stress* sedang pada primipara dengan *literature review*.
- Data tingkat *parenting stress* rendah pada primipara dengan *literature review*.

### METODE

Jenis penelitian yang digunakan peneliti adalah penelitian deskriptif, dimana penelitian ini merupakan suatu metode penelitian yang dilakukan

dengan tujuan utama untuk membuat gambaran tentang suatu keadaan secara objektif. Metode penelitian ini digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi sekarang. Metode penelitian ini digunakan untuk memecahkan dan menjawab permasalahan dengan menempuh langkah-langkah pengumpulan data, klasifikasi, pengolahan, membuat kesimpulan dari laporan<sup>8</sup>.

Desain yang digunakan adalah *systematic literatur review* atau sering disingkat SLR dalam bahasa indonesia disebut tinjauan pustaka sistematis yaitu metode *literature review* yang mengidentifikasi, menilai, dan menginterpretasi seluruh temuan-temuan pada suatu topik penelitian, untuk menjawab pertanyaan penelitian (*research question*) yang telah ditetapkan sebelumnya<sup>9</sup>.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah merupakan data sekunder. Data sekunder merupakan data yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung. Akan tetapi data tersebut diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data sekunder yang dimaksud dapat berupa buku atau artikel hasil penelitian dalam jurnal yang dicari melalui situs pencarian seperti *google scholar*, *PubMed*, atau Portal Garuda. Kata kunci yang digunakan dalam mencari hasil-hasil yang akan direview adalah *Parenting Stress*. Pencarian berfokus kepada jurnal-jurnal keperawatan dan kesehatan yang memuat hasil penelitian terkait dengan *Parenting Stress* yang dipublikasi antara tahun 2010 sampai dengan tahun 2020.

### HASIL

Tabel 1. Hasil Penelitian yang Berhubungan dengan *Parenting Stress*

No	Peneliti	Judul	Tahun	n	Hasil
1.	Stephanie Lestari, Yapina Widyawati	Gambaran <i>Parenting Stress</i>	2016	30	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak kembar memiliki tingkat stres

		dan Coping Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Kembar			yang sedang. Dari hasil penelitian juga dapat disimpulkan bahwa karakteristik distractibility yang dimiliki oleh anak kembar (baik kakak maupun adik) dapat menyebabkan ibu menjadi stres. Strategi coping yang lebih banyak dilakukan oleh ibu yang memiliki anak kembar yaitu planning dan turning to religion.
2.	Isma Junida	Hubungan Health Hardiness dengan Parenting Stress pada Warga Peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang	2015	82	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat health hardiness atau ketahanan dalam kesehatan yang dimiliki warga berada pada kategori tinggi yaitu sekitar 84,1%, sedangkan pada parenting stress atau stres pengasuhan berada pada kategori sedang yaitu 61%. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara health hardiness dengan parenting stress dengan $r_{xy} = (-0,253)$ dan $p = 0,022$ . Hasil analisis korelasi lebih lanjut menunjukkan bahwa ketahanan dalam kesehatan khususnya persepsi kompetensi pada kesehatan (perceived health competence) memiliki korelasi yang signifikan dengan stres pengasuhan yang bersumber dari pengalaman stres orang tua (parental distress) dan ketidakberfungsian interaksi antara orang tua dan anak (the parent-child dysfunctional interaction).
3.	Dhini Andriani, Elmira N. Sumintardja, Muniroh Abdurachman	Parenting Stress Dan Parenting Alliance Pada Ibu Yang Menjadi Warga Binaan Pemasarakatan	2019	43	Ibu yang menjadi WBP memiliki parenting stress yang cenderung rendah. Hal ini berarti meskipun berada di Lapas, para Ibu yang menjadi WBP memiliki sumberdaya yang cukup untuk dapat menjalankan tuntutan sebagai orang tua. Diantara tujuh dimensi pada parenting stress, hanya dimensi depression bernilai tinggi. Hal ini menunjukkan mereka Ibu yang menjadi WBP memiliki perasaan bersalah karena tidak dapat mengasuh anak secara langsung dan tidak merasa puas menjalankan peran sebagai orang tua. Ibu yang menjadi WBP memiliki penilaian yang tinggi terhadap parenting alliance yang dibentuk dengan pengasuh anak. Hal ini berarti mereka merasakan adanya komunikasi dan kerjasama, serta komitmen dari pengasuh anak. Hasil menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara parenting stress dan parenting alliance pada Ibu yang menjadi WBP.
4.	Widad Nibras Fairus Irbah, Endang Supraptiningsih, Stephani Raihana Hamdan	Stress Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Retardasi Mental Sedang	2018	25	Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 16 ibu (64%) memaknai Stress pengasuhan yang rendah, serta 9 ibu (36%) memaknai Stress pengasuhan yang tinggi.

## PEMBAHASAN

### Parenting Stress Tinggi

Hasil penelitian pertama mengenai Gambaran Parenting Stress dan Coping Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Kembar menunjukkan bahwa hanya satu orang subjek yang berada pada kategori tinggi (3.3%)<sup>3</sup>.

Hasil penelitian kedua mengenai Hubungan Health Hardiness dengan Parenting Stress pada Warga Peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang menunjukkan bahwa yang memiliki tingkat parenting stress tinggi sebesar 3,7 % dengan jumlah frekuensi 3 orang dari jumlah keseluruhan total responden

penelitian 82 orang warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang<sup>1</sup>.

Hasil penelitian ketiga mengenai *Parenting Stress* Dan *Parenting Alliance* Pada Ibu Yang Menjadi Warga Binaan Pemasarakatan menunjukkan bahwa tidak ada ibu yang mengalami tingkat *parenting stress* tinggi<sup>10</sup>.

Hasil penelitian keempat mengenai *Stress Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Retardasi Mental Sedang* menunjukkan bahwa sebanyak 9 (36%) ibu memaknai *Stress pengasuhan* yang tinggi sebagai ibu dengan anak Retardasi Mental Sedang<sup>11</sup>.

Dari keempat hasil penelitian yang mengalami *parenting stress* tingkat tinggi berkisar antara 3,3-36%, jumlah ini cukup sedikit akan tetapi dapat berdampak besar terhadap anak asuhnya, seperti anak akan mengalami tindak kekerasan yang diperkuat oleh penelitian Nur Fitriyani Hardi dan Ferra Puspito Sari pada tahun 2019 yang menunjukkan bahwa respon tingkah laku ibu terhadap *parenting stress* adalah memukul serta mencubit anak<sup>12</sup>. Hal ini sejalan dengan teori Lazzaroni yang mengatakan dampak *parenting stress* dibagi dua yaitu dampak jangka pendek dan dampak jangka Panjang. Dampak jangka pendek yaitu adanya perasaan gagal dan ketidapuasan dalam menjalankan tugasnya sebagai orang tua, serta orang tua mudah melakukan tindak kekerasan terhadap anak. Sedangkan dampak jangka Panjang adalah adanya kesenjangan hubungan antara orang tua dengan anak<sup>13</sup>.

Tingkat *parenting stress* tinggi memiliki karakteristik ibu dengan umur di bawah 40 tahun, hal ini diperkuat oleh penelitian Stephanie pada tahun 2016 yang menunjukkan bahwa kelompok usia ibu yang di bawah atau sama dengan 40 tahun kemungkinan untuk mengalami tingkat stres tinggi dibandingkan dengan kelompok usia lainnya<sup>3</sup>. Hal ini didukung oleh teori Deater-Deckard yang mengemukakan bahwa peran sebagai orangtua juga

dapat menimbulkan stres bagi orangtua yang berisiko lebih besar untuk memiliki masalah dalam perannya sebagai orangtua dan melakukan pengasuhan, seperti ibu yang masih muda<sup>14</sup>.

Dilihat dari aspek *parenting stress*, tingkat *parenting stress* tinggi berada pada aspek Parent - Child Dysfunctional Interaction. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Widad pada tahun 2018 yang menunjukkan bahwa ibu memaknai dirinya sulit menjalin kedekatan dengan anak seperti tidak nyaman berada didekat anak dan kurang dekat dengan anak<sup>11</sup>.

#### ***Parenting Stress Sedang***

Berikut pembahasan tingkat *parenting stress* sedang dari keempat jurnal yang diambil. Hasil penelitian pertama mengenai Gambaran *Parenting Stress* dan *Coping Stress* pada Ibu yang Memiliki Anak Kembar menunjukkan bahwa sebagian besar subjek berada pada kategori sedang (63.3%)<sup>3</sup>.

Hasil penelitian kedua mengenai Hubungan Health Hardiness dengan *Parenting Stress* pada Warga Peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang menunjukkan bahwa dari keseluruhan warga Kelurahan Karang Besuki Malang memiliki tingkat *parenting stress* yang sedang. Hal ini ditunjukkan dengan hasil skor yang besar pada kategori sedang sebesar 61, 0 % dengan jumlah frekuensi 50 orang<sup>1</sup>.

Hasil penelitian ketiga mengenai *Parenting Stress* Dan *Parenting Alliance* Pada Ibu Yang Menjadi Warga Binaan Pemasarakatan menunjukkan bahwa tidak terdapat ibu yang mengalami tingkat *parenting stress* sedang<sup>10</sup>.

Hasil penelitian keempat mengenai *Stress Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Retardasi Mental Sedang* menunjukkan bahwa tidak ada ibu yang mengalami tingkat *parenting stress* sedang<sup>11</sup>.

Dari hasil penelitian yang telah disampaikan, tingkat *parenting stress* sedang berkisar antara 61-63,3%. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat *parenting stress* sedang yaitu karakteristik ibu bekerja

atau tidak bekerja. Penelitian Silvia pada tahun 2018 yang menunjukkan bahwa orang tua yang tidak bekerja mengalami stress lebih banyak dibandingkan dengan orang tua yang bekerja<sup>15</sup>. Hasil penelitian tersebut tidak sesuai dengan pendapat Hindangmayun yang mengungkapkan bahwa ibu yang bekerja menunjukkan tingkat stress yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja, namun dari jenis pekerjaan yang dilakukan ibu tidak terdapat perbedaan stress pengasuhan yang signifikan antara pekerjaan yang satu dengan pekerjaan lainnya<sup>16</sup>.

Selain pekerjaan, karakteristik pendidikan orang tua menjadi salah satu factor tingkat *parenting stress* pendidikan. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Silvia pada tahun 2018 yang menunjukkan bahwa orangtua dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi mengalami *parenting stress* lebih sedikit dibandingkan dengan orangtua dengan tingkat pendidikan di bawah SMA<sup>15</sup>. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Ramadhany bahwa orangtua dengan latar belakang pendidikan tinggi umumnya mengetahui tahap penerapan pola asuh yang sesuai dengan tahap perkembangan anaknya, sedangkan orangtua dengan latar belakang pendidikan rendah cenderung memiliki pengetahuan yang terbatas tentang kebutuhan perkembangan anak, kurang menunjukkan pengertian, dan mendominasi anak<sup>17</sup>. Dan hasil ini diperkuat dengan pendapat Cooper yang mengatakan terdapat hubungan yang signifikan antara ibu dengan pendidikan rendah terhadap tingginya stress pengasuhan. Semakin rendah tingkat pendidikan ibu maka stress pengasuhan yang dialami ibu semakin tinggi<sup>18</sup>.

Selain dilihat dari karakteristik orang tua, tingkat *parenting stress* sedang juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik usia anak. Hal ini diperkuat oleh penelitian Izmiyah pada tahun 2019 yang menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak usia sekolah dasar

mengalami tingkat *parenting stress* sedang<sup>19</sup>. Hal ini sesuai dengan teori Hindangmayun yang mengemukakan bahwa Stress yang dialami oleh orangtua dihubungkan dengan usia anak dapat dikaitkan dengan kemampuan anak untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Umumnya anak dengan usia muda cenderung lebih sulit untuk menyesuaikan dirinya dibandingkan dengan anak yang lebih tua<sup>16</sup>.

#### **Parenting Stress Rendah**

Hasil penelitian pertama mengenai Gambaran *Parenting Stress* dan Coping Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Kembar menunjukkan bahwa cukup banyak subjek yang berada pada kategori rendah (33.3%)<sup>3</sup>.

Hasil penelitian kedua mengenai Hubungan Health Hardiness dengan *Parenting Stress* pada Warga Peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang menunjukkan bahwa yang memiliki tingkat *parenting stress* yang rendah hanya 35,4 % dengan jumlah frekuensi sebesar 29 orang<sup>1</sup>.

Hasil penelitian ketiga mengenai *Parenting Stress* Dan Parenting Alliance Pada Ibu Yang Menjadi Warga Binaan Pemasarakatan menunjukkan bahwa cenderung ibu mengalami *parenting stress* rendah, tidak ada angka pasti<sup>10</sup>.

Hasil penelitian keempat mengenai Stress Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Retardasi Mental Sedang menunjukkan bahwa 16 (64%) memaknai Stress pengasuhan yang rendah sebagai ibu dengan anak Retardasi Mental Sedang di SLB YPLAB Lembang<sup>11</sup>.

Dari hasil keempat jurnal di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat *parenting stress* rendah berkisar antara 33,3%-64%. Meskipun data angka tingkat *parenting stress* rendah berada di angka yang cukup besar, namun tetap dapat berdampak bagi orang tua. Seperti hasil penelitian Izmiyah pada tahun 2015 yang mengemukakan seorang ibu tidak mampu mengatasi tuntutan yang dimilikinya sebagai orangtua, maka ibu dapat mengalami stress pengasuhan<sup>19</sup>. Ketika ibu

mengalami stres pengasuhan, maka perasaan senang dalam mengasuh anak berkurang, karena lebih banyak konflik maupun pengorbanan yang dilakukan. Hal ini selaras dengan pendapat Lestari yang mengatakan bahwa ketidakmampuan orangtua untuk mengelola *parenting stress* menyebabkan munculnya perasaan gagal dan ketidakpuasan dalam menjalankan tugas sebagai orang tua (*parenting dissatisfaction*). Walaupun tidak sampai terjadi tindakan kekerasan, *parenting stress* yang tidak terkelola dengan baik dapat merenggangkan hubungan orang tua-anak. Dalam keadaan ini anak dapat kehilangan tempat rujukan pada saat menghadapi problem, dan menghambat perkembangan kemampuan pemecahan masalah dan mengambil keputusan<sup>2</sup>.

#### SIMPULAN

Dari hasil studi literatur dari 4 jurnal yang telah dilakukan peneliti dapat disimpulkan bahwa sebagian kecil ibu mengalami *parenting stress* tingkat tinggi, sebagian besar ibu mengalami *parenting stress* tingkat dan sering terjadi di kalangan ibu dan sebagian besar ibu mengalami *parenting stress* tingkat rendah.

#### DAFTAR RUJUKAN

1. Junida, I. (2015). *Hubungan health hardiness dengan parenting stress pada warga peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang. Thesis*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
2. Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam keluarga*. Jakarta: Kencana.
3. Lestari, S. & Widyawati, Y. (2016). *Gambaran Parenting Stress dan Coping Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Kembar. Jurnal Psikogenesis*. 4 (1). 42-52.
4. Ahern, S. (2004). *Psychometric Properties of The Parenting Stress Index-Short Form. Thesis*. Raleigh: Faculty of Psychology North Carolina State University.
5. Gunarsa, D. (2004). *Psikologi Praktis Anak, Remaja dan Keluarga, Cetakan*. 7. Jakarta: PT. Gunung Mulia.
6. Machmudah, T. (2010). *Pengaruh Persalinan Komplikasi terhadap Kemungkinan Terjadinya Postpartum Blues di Kota Semarang*. Jakarta: Universitas Indonesia.
7. Wijayanti, K. (2013). *Gambaran Faktor – Faktor Risiko Postpartum Blues Di Wilayah Kerja Puskesmas Blora. Jurnal Kebidanan*. 2 (5).
8. Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktek Penulisan Riset Keperawatan*. Edisi Kedua. Yogyakarta: Graha Ilmu.
9. Kitchenham. (2007). *Guidelines for performing Systematic Literature Reviews in Software Engineering*.
10. Andriani, D., dkk. (2019). *Parenting Stress dan Parenting Alliance Pada Ibu yang Menjadi Warga Binaan Pemasyarakatan. Jurnal Psikologi*. 3 (3).
11. Irbah, W., dkk. (2018). *Stress Pengasuhan Pada Ibu dengan Anak Retardasi Mental Sedang*.
12. Hardi, N. (2019). *Parenting Stress Pada Ibu Yang Memiliki Anak Autis*. State Islamic University (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta.
13. Lazzaroni. (2013). *Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Ibu Yang Memiliki Anak Tunagrahita*. Sumatera Utara: Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
14. Deater-Deckard, K. (2014). *Parenting stress (current perspectives in psychology)*. London: Yale University Press.
15. Ramadina, S. (2018). *Gambaran Parenting Stress pada Orangtua yang Memiliki Anak Tunagrahita Sedang di SLB Tunas Kasih 2 Kota Bogor Tahun 2018*.
16. Hidangmayun, N. (2010). *Parenting Stress of Normal Children and Mentally Challenged Children. Karnataka Journal*. 25 (2). 256-259
17. Ramadhany, S. (2017). *Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Pengasuhan Pada Ibu Yang*



*Memiliki Anak Tunagrahita di SLB  
Dharma Bhakti Pertiwi.* Lampung:  
Fakultas Kedokteran Universitas  
Lampung.

18. Cooper, C. (2013). *How To Deal With  
Stress.* Edisi Ketiga. Yogyakarta:  
Pustaka Pelajar.