






<p style="text-align: center;">JUDUL : HUBUNGAN ANTARA PARENTING STRESS DENGAN STRATEGI REGULASI EMOSI ORANGTUA YANG MEMILIKI ANAK USIA SEKOLAH DASAR (<i>MIDDLE CHILDHOOD</i>) DI JABODETABEK</p>	
 Peneliti	 Ringkasan Eksekutif
<p>Ketua : Srifianti, S. Psi., M. Psi, Psikolog</p> <p>Anggota :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Andi Rina Hatta, S. Psi., M.Psi.,Psikolog 2. Veronica Kristiyani, S. Psi., M. Si, Psikolog 3. Lita Patricia Lunanta, S. Psi., M.Psi.,Psikolog 	<p>Meningkatnya angka kekerasan pada anak, yang pada tahun 2015 dilaporkan berjumlah 1.975 meningkat menjadi 6,820 kasus di tahun 2016. Hal ini menunjukkan kondisi psikologis orang tua dapat memengaruhi bagaimana perilakunya dalam pengasuhan dan sangat memengaruhi perkembangan anak. Tujuan dari penelitian ini yaitu menganalisis bagaimana hubungan <i>parenting stress</i> dengan strategi regulasi emosi orang tua yang memiliki anak usia Sekolah Dasar (<i>Middle Childhood</i>) di kawasan JABODETABEK. Sehingga dengan model konseptual yang didapatkan dari penelitian ini diharapkan dapat diketahui gambaran mengenai bagaimana meningkatkan pemahaman orangtua dalam pengenalan terhadap situasi stress dan proses yang terjadi di dalam strategi regulasi emosi orang tua dalam menghadapi stress. Sehingga dapat menjadi suatu acuan ketika hendak membuat program peningkatan keterampilan dan pelatihan untuk pengasuhan anak.</p> <p>Kata Kunci :</p> <p><i>Parenting Stress, regulasi emosi, middle childhood</i></p>
	<div style="background-color: #4F81BD; color: white; padding: 5px;">  HKI dan Publikasi </div> <p>Jurnal Nasional</p>

 Latar Belakang	 Hasil dan Manfaat
<p>Pusat Informasi Kementerian Kesehatan Indonesia (Mardina, 2018) melaporkan hasil penelitian UNICEF pada tahun 2015 yang menyatakan 40% anak pernah mengalami kekerasan secara fisik dalam rangka pemberian disiplin. Dikutip dalam suatu artikel (Pinandita, 2020), presiden Joko Widodo juga pernah mengungkapkan kenaikan angka kekerasan pada anak, yang pada tahun 2015 dilaporkan berjumlah 1.975 meningkat menjadi 6,820</p>	<p>Hasil yang diharapkan dari penelitian ini adalah Model Konseptual mengenai gambaran hubungan antara <i>parenting stress</i> dengan strategi regulasi emosi orang tua yang memiliki anak Usia Sekolah Dasar (<i>Middle Childhood</i>), khususnya pada mereka yang ada di kawasan Jabodetabek. Model yang dihasilkan diharapkan dapat menjadi acuan untuk membuat program pengembangan keterampilan pengasuhan anak serta program untuk meningkatkan kesejahteraan orang tua dan</p>

kasus di tahun 2016. Data ini menunjukkan bahwa tingginya tingkat stress yang terjadi pada orang tua sehingga mereka dapat melakukan kekerasan secara fisik misalnya dalam rangka pemberian disiplin kepada anaknya.

Tingginya tingkat stress dapat disebabkan oleh kurangnya kemampuan yang dimiliki orangtua dalam mengenali, menilai, mengatur, dan mengevaluasi emosi yang dimiliki sehingga emosi-emosi yang dirasakan tidak dapat ditampilkan pada situasi yang tepat. Kemampuan ini dinamakan regulasi emosi.

Berbagai penelitian mengenai tema parenting banyak dilakukan terutama penelitian yang mengukur mengenai tingkat stress pengasuhan pada orang tua yang memiliki anak dengan masalah perkembangan merupakan proses yang penuh stress bagi orangtua karena seringkali tingkat pengasuhannya lebih sulit dan intensif dibandingkan mengasuh anak dengan perkembangan normal (Small, 2010). Namun bagaimana dengan orangtua yang memiliki anak dengan perkembangan yang normal akan tetapi berada pada tahapan perkembangan yang kritis yakni usia Sekolah Dasar (*Middle Childhood*) dimana pada usia ini merupakan pengalaman pertama sekolah pada anak yang menentukan kesuksesan atau kegagalan di masa depan (Papalia & Feldman, 2014). Tentunya hal ini akan menjadi stressor bagi orang tua. Apabila orang tua tidak dapat mengatur emosi yang dirasakannya maka akan berkaitan dengan tingkat stres orang tua yang lebih tinggi dan penggunaan strategi regulasi emosi akan berpengaruh terhadap proses pengasuhan anak.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana hubungan *parenting stress* dengan strategi regulasi emosi orang tua yang memiliki anak usia Sekolah Dasar (*Middle Childhood*) di kawasan Jabodetabek. Mengetahui bagaimana tingkat stress yang dimiliki oleh orang tua dan bagaimana strategi regulasi emosi yang digunakan oleh mereka.

Dari keluaran hasil penelitian ini diharapkan dapat diketahui gambaran mengenai bagaimana meningkatkan pemahaman orangtua dalam pengenalan terhadap situasi stress dan proses yang terjadi




keluarga.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara Parenting Stress dengan Strategi Regulasi Emosi orangtua yang memiliki anak Usia Sekolah dasar (*Middle Childhood*). Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara *parenting stress* dengan strategi regulasi emosi. Semakin tinggi parenting stress orang tua, maka semakin rendah strategi regulasi emosi yang dimiliki orangtua yang memiliki anak usia sekolah dasar (*Middle Childhood*). Semakin tinggi tingkat *parenting stress* yang dipersepsikan oleh orang tua, semakin buruk atau semakin kurang strategi regulasi emosi yang digunakan oleh orang tua yang memiliki anak usia sekolah dasar.

Kemudian diketahui lebih lanjut bahwa terdapat hubungan negatif antara *parenting stress* dengan strategi regulasi emosi *cognitive reappraisal*. Artinya semakin tinggi *parenting stress*, maka semakin rendah strategi regulasi emosi pada aspek *cognitive reappraisal* yang dimiliki oleh orangtua yang memiliki anak usia sekolah dasar (*middle childhood*). Hal ini menunjukkan bagaimana orangtua yang memiliki *parenting stress* tinggi memiliki aspek strategi regulasi emosi *cognitive reappraisal* yang rendah.

Dari uraian tersebut dapat dijelaskan bahwa orangtua yang memiliki tingkat stress yang tinggi sulit untuk melakukan *cognitive reappraisal* karena mereka sulit mengenali situasi – situasi sebelum kejadian. Perlu adanya pengenalan diri atau kesadaran bahwa dirinya sedang mengalami situasi yang penuh stress.

Kesimpulan selanjutnya kaitannya antara parenting stress dengan aspek strategi regulasi emosi *expressive suppression* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara parenting stress dengan aspek strategi regulasi *expressive suppression*. Hal ini dikarenakan dari lima kategori strategi dalam regulasi emosi yang ada, terdapat empat strategi yang termasuk dalam *cognitive reappraisal* dan hanya ada satu strategi yang termasuk dalam *expressive suppression*. Dengan korelasi umum antara parenting stress dan regulasi emosi yang tidak terlalu tinggi, dapat diasumsikan bahwa kemungkinan digunakannya strategi *expressive suppression* lebih kecil daripada digunakannya strategi *cognitive*

<p>di dalam strategi regulasi emosi dalam menghadapi stress. Sehingga dapat menjadi suatu acuan ketika hendak membuat program peningkatan keterampilan dan pelatihan untuk pengasuhan anak. Selain itu dapat menjadi masukan untuk masyarakat, khususnya orangtua bagaimana kaitan antara <i>parenting stress</i> yang dialami orang tua dengan regulasi emosi.</p>	<p><i>reappraisal</i> yang terdiri dari lebih banyak strategi.</p>
<p> Metode</p> <p>Pengambilan data dilakukan secara offline dan online / daring dengan responden penelitian yang berasal dari wilayah Jabodetabek. Karena diasumsikan orangtua yang berasal dari wilayah ini memiliki tingkat stress yang lebih tinggi apabila dibandingkan kota lainnya. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik <i>convenience sampling</i>.</p> <p>Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif yaitu dengan pedoman statistik nonparametric menggunakan program <i>statistic computer</i>.</p> <p>Analisis deskriptif nonparametrik Uji Korelasi dari Charles Spearman digunakan untuk melihat hubungan antara <i>parenting stress</i> dengan regulasi emosi orang tua yang memiliki anak usia Sekolah Dasar (<i>Middle Childhood</i>) di Jabodetabek..</p>	
<p> Skema LITABMAS</p> <p>Skema Penelitian Internal Universitas Esa Unggul</p>	<p> Ucapan terimakasih</p> <p>Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya yang memberikan kesehatan dan kesempatan pada peneliti sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Penelitian berjudul “Hubungan Antara <i>Parenting Stress</i> Dengan Strategi Regulasi Emosi Orangtua yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar (<i>Middle Childhood</i>)” disusun untuk memenuhi tugas tridharma pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul. Dalam menyelesaikan penelitian ini banyak kendala yang dihadapi tim peneliti dan dapat diselesaikan berkat bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak yang akhirnya penulisan ini dapat diselesaikan</p>

	<p>sebagaimana adanya.</p> <p>Pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tim Peneliti Ibu Andi Rinna Hatta, S. Psi., M. Psi., Ibu Veronica Kristiyani, S. Psi., M. Si, Psikolog., Ibu Lita Patricia Lunanta, S. Psi., M. Psi. yang telah memberikan sumbangan tenaga dan pemikirannya dalam menyelesaikan penelitian ini. 2. Ibu Dra. Sulis Mariyanti, M. Si Psikolog sebagai Dekan Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul. 3. Ibu Dr. Erry Yudhya Mulyani, S.Gz.,M.Sc sebagai Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Esa Unggul. 4. Ibu Yuli Azmi Rozali, S. Psi. M. Psi sebagai Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul. 5. Bapak Muhammad Diki, S. Pd sebagai Kepala Sekolah SD Cikal Harapan II Cileungsi Bogor. 6. Ucapan terimakasih juga peneliti sampaikan kepada Ibu Novendawati Wahyu Sitasari, S. Psi. M. Psi. sebagai Ketua Kapusdi Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul atas dukungannya selama ini. 7. Tidak lupa peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung dalam proses penelitian ini. <p>Akhirnya, peneliti berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi kita semua dan menjadi bahan masukan bagi pengembangan dunia pendidikan.</p>
--	---

DAFTAR PUSTAKA

- Berry, J. O., & Jones, W. H. (1995). The parental stress scale : Initial psychometric evidence. *Journal of Social and Personal Relationships*, (12(3)), 463–472.
- Bornstein, M. (2002). *Handbook Of Parenting Volume 3: Being And Becoming a Parent*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting Stress*. London: Yale University Press.
- Del Giudice, M. (2014). Middle childhood: an evolutionary - developmental synthesis. *Child Development Perspectives*, (0(0)), 1–8.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, (85(2)), 348.
- Gross, J.J & Thompson, R. . (2007). *Emotion Regulation Conceptual*. *Handbook of Emotion Regulation* (Edited By James J. Gross, ed.). New York: Guilfords Publication.
- Hu, X., Han, Z. R., Bai, L., & Gao, M. M. (2019). The mediating role of parenting stress in the relations

between parental emotion regulation and parenting behaviors in Chinese families of children with autism spectrum disorders: a dyadic analysis. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, (49(10)), 3983–3998.

Ikasari, A., & Kristiana, I. F. (2018). Hubungan antara regulasi emosi dengan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak cerebral palsy. *Empati*, (6(4)), 323–328.

Mardina, R. (2018). Kekerasan Terhadap Anak dan Remaja. In *InfoDatin: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Indonesia*. Retrieved from <http://www.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/Kekerasan-terhadap-anak.pdf>

Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2004). *Human Development*. New York: McGraw-Hill.

Pinandita, V. (2020). Kekerasan pada Anak Tak Menurun. Retrieved March 9, 2020, from <https://lokadata.id/artikel/2020-kekerasan-pada-anak-tak-menurun>

Small, R. . (2010). A comparison of parental self-efficacy, parenting satisfaction, and other factors between single mothers with and without children with developmental disabilities. Dissertation. Wayne State University.