

Gambaran Stress Pengasuhan pada Ibu Bekerja di PT TIF-3 Unit ROC

Oleh:

Yulinda Ardi Setyanigtiyas,

Lely Ika Mariyati

Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Januari, 2025

Pendahuluan

- Ibu yang bekerja adalah seorang wanita yang memiliki kemampuan untuk mengombinasikan kehidupan karir dengan tanggung jawab mengurus anak (Asri, 2024). Menurut Badan Pusat statistik (Presentase tenaga kerja formal menurut jenis kelamin, 2021-2023) pada tahun 2021, angka tenaga kerja wanita mencapai 36,20%, tahun berikutnya menurun menjadi 35,57%, lalu pada tahun 2023 terjadi kenaikan menjadi 35,75%.
- Konflik antara pekerjaan dan pengasuhan pada ibu bekerja berpengaruh secara tidak langsung terhadap stress pengasuhan (Moreira, 2019). Ibu yang mengalami stres akan berdampak pada pengasuhan seperti berkata kasar, bersikap keras, tidak memberikan kasih sayang kepada anak, mengabaikan anak, menghukum anak (Muslih, 2024). Sedangkan pada anak akan memunculkan kecemasan, depresi, hingga gangguan somatis (Suwoto, 2023).
- Berdasarkan pendekatan dengan tiga ibu bekerja yang memiliki anak di PT TIF-3 Unit ROC menerangkan bahwa ketiganya seringkali menjadikan pengasuhan anak menjadi beban yang memberatkan. Ketiganya mengalami kesulitan ketika menghadapi anaknya. Ketiganya merasa bahwa rutinitas yang dikerjakan di rumah tidak pernah berhenti, seperti pekerjaan domestik, maupun mengurus anak menyebabkan kurangnya waktu untuk beristirahat.
- Stres sendiri merupakan situasi yang biasa muncul dalam berbagai aspek kehidupan, tak terkecuali dalam pengasuhan anak. Stress pengasuhan merupakan perasaan cemas dan ketegangan yang dirasakan orangtua terkait perannya dan interaksinya terhadap anak (Richard R. Abidin, 1992)
- Stres pengasuhan memiliki tiga aspek yaitu adanya pengalaman stress orang tua (*parent distress*), perilaku anak yang sulit (*difficult child*) dan adanya ketidakberfungsian interaksi orang tua dan anak (*parent-child dysfunctional interaction*) (Richard R. Abidin, 1992). Stress pengasuhan yang terjadi pada ibu bekerja dipengaruhi oleh karakteristik kepribadian orang tua.
- Penelitian ini penting mengingat lingkungan kerja karyawan yang diharuskan berhadapan dengan komputer. Penggunaan komputer yang berlebihan dapat menyebabkan kelelahan secara fisik, memunculkan perasaan tertekan. Selain itu masih terbatasnya penelitian yang membahas stress pengasuhan secara komprehensif, terutama yang mencakup berbagai kategori usia anak, seperti masa bayi, masa kanak-kanak, dan masa remaja.

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Keunikan Penelitian

1

- Gambaran Stress Kerja pada Ibu Pekerja Selama Pandemi Covid-19. Putri, Q. D., Pradita, L., Zahra, L., Siregar, M. E. L., & Grasiawaty, N. (2021)

2

- Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Stress Pengasuhan Ibu yang Memiliki Anak Cerebral Palsy. Anindya Ikasari dan Ika Febrian Kristiana (2018)

3

- Hubungan Antara Resiliensi dengan Stress Pengasuhan Pada Ibu yang Bekerja Selama Pandemi Covid-19. Farhani Dea Asy-Syifa dan Mustikasari Mustikasari (2023).

Rumusan masalah

- Bagaimana Gambaran Stress Pengasuhan pada Ibu Bekerja di PT TIF-3 Unit ROC?

Tujuan Penelitian

- untuk mengetahui bagaimana gambaran stress pengasuhan pada ibu bekerja di PT TIF-3 Unit ROC

Manfaat Penelitian

- Teoritis
- Praktis

Metode

Tipe Penelitian

menggunakan tipe metode penelitian kuantitatif deskriptif, penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik variabel dependen atau variabel Independen tanpa membuat perbandingan atau mengkorelasikan antara dua variabel (Sugiyono, 2015)

Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan variabel tunggal yaitu stress pengasuhan.

Populasi

180 karyawan PT TIF-3 unit ROC, yang terdiri dari karyawan laki-laki sebesar 111 orang dan karyawan wanita sebesar 69 orang

Sampel

Jumlah sampel penelitian ini diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sebesar 53 karyawan

Metode

Teknik sampel

Menggunakan teknik *purposive sampling*

Teknik Pengumpulan Data

Menggunakan skala psikologi berupa skala model *Likert* untuk variabel stress pengasuhan, dengan reliabilitas sebesar 0,934 dengan 31 aitem valid yaitu melebihi $r = 0.30$ (r antara 0.400 – 0.863)

Analisis Data

menggunakan teknik statistik deskriptif dengan bantuan *microsoft excel*.

Hasil

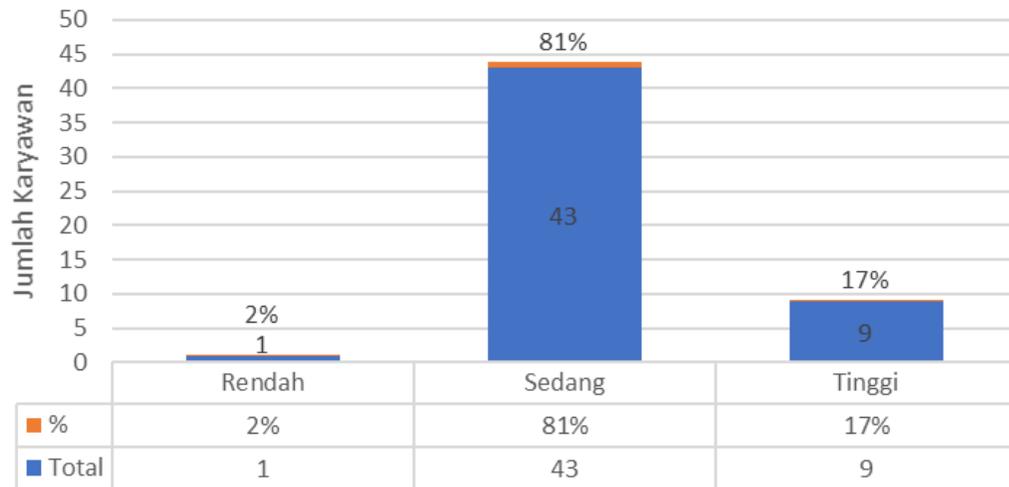
Tabel 1. Distribusi Subjek Penelitian Menurut Usia

Rentang Usia	Jumlah	Persentase
28-31	7	13%
32-44	5	66%
44-56	11	21%

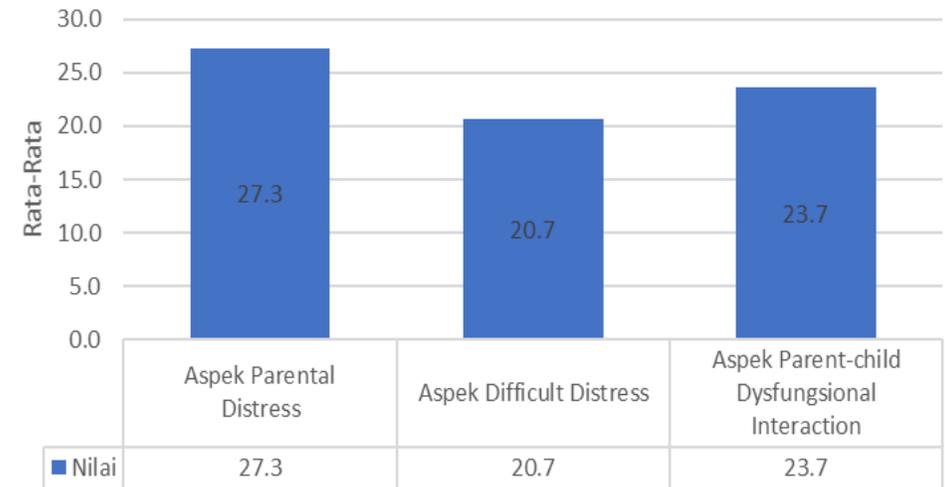
Tabel 2. Distribusi Subjek Menurut Usia Anak

Rentang Usia	Jumlah	Persentase
2-3	8	15%
4-15	34	64%
15-23	11	21%

Stres Pengasuhan Ibu Bekerja di PT TIF-3 Unit ROC

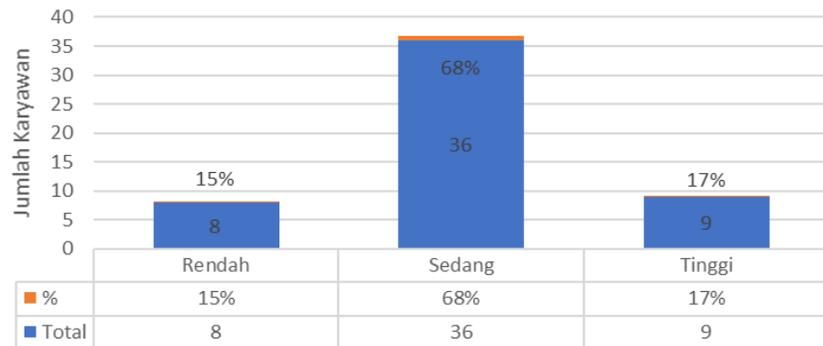


Rata-Rata Berdasarkan Aspek Stres Pengasuhan

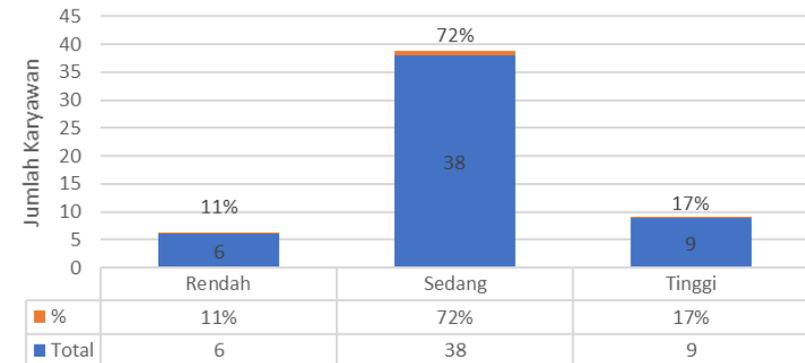


Hasil

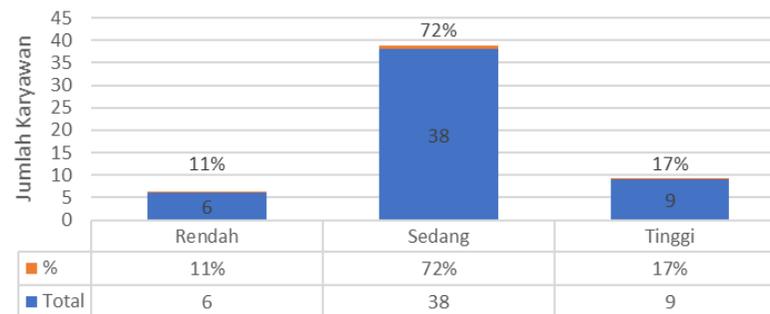
Kategori Stres Pengasuhan Ibu Bekerja berdasarkan Aspek Parental Distress



Kategori Stres Pengasuhan Ibu Bekerja berdasarkan Aspek Difficult Child



Kategori Stres Pengasuhan Ibu Bekerja berdasarkan Aspek Parent-child Dysfunctional Interaction



Pembahasan

- Hasil analisis stress pengasuhan pada ibu bekerja di PT TIF-3 Unit ROC berdasarkan rentang usia ibu diperoleh 28-31 tahun terdapat 7 karyawan, pada usia 32-44 terdapat 35 karyawan dan pada rentang usia 44-56 tahun terdapat 11 karyawan. Lalu jika berdasarkan pada usia anak diperoleh pada rentang 2-3 tahun terdapat 8 karyawan dan pada usia 4-15 tahun terdapat sejumlah 34 karyawan dan pada rentang usia anak 15-23 sebanyak 11 karyawan.
- Hasil analisa data diperoleh bahwa tingkat stres pengasuhan pada ibu bekerja di PT TIF-3 Unit ROC berada pada kategori sedang menuju tinggi dengan persentase sebesar 98% atau sebanyak 52 karyawan dan 2% saja atau 1 karyawan yang berada pada kategori rendah. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmah dan Khoirunnisa juga menunjukkan bahwa stres pengasuhan pada ibu bekerja berada pada kategori sedang menuju tinggi dengan persentase (66,5%)
- Hasil analisis stress pengasuhan pada ibu bekerja di PT TIF-3 Unit ROC diperoleh bahwa pada aspek *parental distress* memiliki nilai rata-rata paling tinggi yaitu 27.3. aspek *parent-child dysfunctional interaction* memiliki nilai sebesar 23.7 dan pada aspek *difficult distress* memiliki nilai sebesar 20.7. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek *parental distress* banyak ibu yang bekerja memiliki tekanan emosional, fisik, atau psikologis yang dirasakan dalam menjalankan peran pengasuhan

Pembahasan

- Hasil analisis data tingkat kategori stres pengasuhan ibu bekerja di PT TIF-3 Unit ROC berdasarkan aspek *parental distress* diperoleh pada tingkatan rendah terdapat 8 karyawan dengan persentase sebesar 15%. Pada kategori sedang terdapat 36 karyawan dengan persentase sebesar 68%. Kategori tinggi terdapat sebanyak 9 karyawan dengan persentase sebesar 17%. Faktor-faktor yang memicu *parental distress* meliputi kelelahan fisik, tekanan ekonomi, konflik peran, kurangnya dukungan sosial, serta ekspektasi tinggi terhadap diri sendiri sebagai orang tua [11]. Oleh karena itu, pengetahuan orangtua yang perlu dikembangkan dengan cara mengikuti parenting yang berkaitan dengan pengasuhan, membangun relasi agar orangtua lebih tenang.
- Hasil analisis data tingkat kategori stres pengasuhan ibu bekerja di PT TIF-3 Unit ROC berdasarkan aspek *difficult child* diperoleh pada tingkatan rendah terdapat 6 karyawan dengan persentase sebesar 11%. Pada kategori sedang terdapat sebanyak 38 karyawan dengan persentase sebesar 72%. Pada kategori tinggi terdapat sebanyak 9 karyawan dengan persentase sebesar 17%. Aspek *Difficult Child* dapat memengaruhi tingkat stres orang tua, terutama jika anak sering menunjukkan perilaku yang menuntut perhatian lebih, sulit beradaptasi, atau memiliki masalah kesehatan tertentu [7].
- Hasil analisis data tingkat kategori stres pengasuhan ibu bekerja di PT TIF-3 Unit ROC berdasarkan aspek *parent-child dysfunctional interaction* diperoleh pada tingkatan rendah terdapat 6 karyawan dengan persentase sebesar 11%. Pada kategori sedang terdapat sebanyak 38 karyawan dengan persentase sebesar 72%. Pada kategori tinggi terdapat sebanyak 9 karyawan dengan persentase sebesar 17%. Aspek *Parent-child Dysfunctional Interaction* dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tingkat stres orang tua, perilaku anak yang sulit, atau kurangnya keterampilan pengasuhan.

Temuan Penting Penelitian

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditemukan bahwa tingkat stres pengasuhan pada ibu bekerja di PT TIF-3 Unit ROC berada pada kategori sedang menuju tinggi, dengan persentase sebesar 98%. Hal ini mencerminkan bahwa sebagian besar ibu bekerja menghadapi tekanan yang signifikan akibat peran ganda sebagai pekerja profesional dan pengasuh anak.

Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa sumbangan ilmiah ilmu pengetahuan, dan dapat digunakan sebagai tambahan referensi dalam pengembangan di bidang ilmu psikologi dan pendidikan, khususnya tentang stress pengasuhan ibu bekerja.

Manfaat Praktis

Bagi mahasiswa

Menjadi bahan evaluasi terkait dengan intensitas penggunaan aplikasi *tiktok* yang dilakukan oleh mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Bagi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Pengelola Lembaga Pendidikan dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dalam upaya perbaikan proses pembelajaran pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Bagi Perusahaan

Diharapkan dapat menjadi masukan dalam berbagai pengambilan keputusan yang berkaitan dengan nilai perusahaan.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi para peneliti lain yang tertarik dengan judul diatas, sehingga penelitian ini dapat disempurnakan baik dalam substansi teoritik maupun dalam pendekatan metodologi penelitiannya.

Referensi

REFERENSI

- [1] H. N. Asri and W. Hendriani, "Mengapa ibu bekerja mengalami stres pengasuhan? literatur review pada ibu bekerja di Asia," *J. Psikol. Tabularasa*, vol. 19, no. 1, pp. 73–87, 2024.
- [2] Q. D. Putri, L. Pradita, L. Zahra, M. E. L. Siregar, and N. Grasiawaty, "Gambaran stres kerja pada ibu pekerja selama pandemi covid-19," *HEARTY*, vol. 8, no. 2, pp. 58–68, 2020.
- [3] J. Apriawal, "Resiliensi pada karyawan yang mengalami pemutusan hubungan kerja (PHK)," *J. Ilmu Psikol. dan Kesehat.*, vol. 1, no. 1, pp. 27–38, 2022.
- [4] A. P. Putra and E. Aristyanto, "Analisis Feminisme Dalam Perjuangan Perempuan Pada Masa Pandemi Covid-19," in *Seminar Nasional dan Call For Paper 2023 dengan tema "Penguatan Kapasitas Sumber Daya Manusia Menuju Indonesia Emas 2045" PSGESI LPPM UWP*, 2021, pp. 520–538.
- [5] S. M. Ilpaj and N. Nurwati, "Analisis pengaruh tingkat kematian akibat COVID-19 terhadap kesehatan mental masyarakat di Indonesia," *Focus J. Pekerj. Sos.*, vol. 3, no. 1, pp. 16–28, 2020.
- [6] Y. Fitriani, F. Gina, and T. S. Perdhana, "Gambaran parenting stress pada ibu ditinjau dari status pekerjaan dan ekonomi serta bantuan pengasuhan," *Psikostudia J. Psikol.*, vol. 10, no. 2, p. 98, 2021.
- [7] H. Moreira, A. Fonseca, B. Caiado, and M. C. Canavarro, "Work-family conflict and mindful parenting: The mediating role of parental psychopathology symptoms and parenting stress in a sample of Portuguese employed parents," *Front. Psychol.*, vol. 10, p. 635, 2019.
- [8] F. Gina and Y. Fitriani, "Regulasi Emosi dan Parenting Stres Pada Ibu Bekerja," *J. Kaji. Ilm.*, vol. 22, no. 1, pp. 45–52, 2022.
- [9] Q. Z. N. P. Muslih, "Islamic Religious Coping, Dukungan Sosial dan Stres Pengasuhan Pada Ibu Bekerja dengan Anak Usia Dini," 2024, *Universitas Islam Indonesia*.
- [10] A. N. Suwoto, "Menurunkan stres pengasuhan pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus," *Procedia Stud. Kasus Dan Interv. Psikol.*, vol. 11, no. 2, pp. 55–62, 2023.
- [11] R. P. Amalia, F. A. Abidin, and F. Y. Lubis, "Stres pengasuhan, penilaian ibu terhadap covid-19, dan pengasuhan suportif," *J. Ilmu Kel. Konsum.*, vol. 15, no. 1, pp. 51–62, 2022.
- [12] F. D. Asy-Syifa and M. Mustikasari, "Hubungan Antara Resiliensi Dengan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Bekerja Selama Pandemi Covid-19," *J. Persaf. Perawat Nas. Indones.*, vol. 8, no. 2, pp. 84–98, 2023.
- [13] A. Ikasari and I. F. Kristiana, "Hubungan antara regulasi emosi dengan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak cerebral palsy," *J. Empati*, vol. 6, no. 4, pp. 323–328, 2018.
- [14] R. R. Abidin, "The determinants of parenting behavior," *J. Clin. Child Psychol.*, vol. 21, no. 4, pp. 407–412, 1992.

Referensi

- [15] G. L. Rizal and Z. Fikry, "Pengaruh Work Family Conflict terhadap Parenting Stress Ibu yang Bekerja," *J. RAP (Riset Aktual Psikol. Univ. Negeri Padang)*, vol. 13, no. 2, pp. 126–135, 2023.
- [16] O. Angmalu, "Temperamen anak (negative affectivity) dan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang memiliki anak usia dini," 2023, *Widya Mandala Surabaya Catholic University*.
- [17] K. Vitoasmara, M. E. Saputri, N. Larasati, N. K. Putri, and O. Ratnawati, "Parenting Stres Ibu Bekerja Pada Kesehatan Mental Anak," *J. Mhs. Ilmu Kesehat.*, vol. 2, no. 4, pp. 15–26, 2024.
- [18] Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D)*. Bandung, 2015.
- [19] T. Indrawati, "Efektivitas program positif parenting dalam mengurangi stres pengasuhan pada ibu muda," *Al-Athfaal J. Ilm. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 3, no. 2, pp. 201–215, 2020.
- [20] N. I. Sari, "Hubungan Parental Stress dengan Family Quality of Life pada Orang Tua dengan Anak Berkebutuhan Khusus," 2021, *Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*.
- [21] A. T. D. Rahayu and S. Amalia, "Religiusitas dan stres pengasuhan pada ibu dengan anak autisme," *J. Ilm. Psikol. Terap.*, vol. 7, no. 2, pp. 252–269, 2019.
- [22] A. Agustin, R. Mardiyanti, and A. D. E. Anggraeni, "Peranan Mindful Parenting Terhadap Stres Pengasuhan Ibu Bekerja," *Innov. J. Soc. Sci. Res.*, vol. 4, no. 1, pp. 5790–5798, 2024.
- [23] A. Rusmariana and R. Muhasanah, "Parenting Stress Orang Tua Yang Memiliki Anak Retardasi Mental Di SLB," *Proceeding of The URECOL*, pp. 981–984, 2021.
- [24] R. A. M. Ghaisani and W. Hendriani, "Impact of stress on parents who carry up children with special needs," *J. Educ. Dev.*, vol. 10, no. 2, pp. 182–185, 2022.
- [25] L. P. Raintama and A. D. A. Setyaningtyas, "Mindful Parenting Dengan Stres Pengasuhan Ibu Anak Usia Middle Childhood," *J. Sudut Pandang*, vol. 2, no. 12, pp. 51–58, 2022.
- [26] T. P. Bening and R. R. Diana, "Pengasuhan orang tua dalam mengembangkan emosional anak usia dini di era digital," *Ideas J. Pendidikan, Sos. Dan Budaya*, vol. 8, no. 1, pp. 179–190, 2022.
- [27] N. R. Daulay, N., Ramdhani, N., & Hadjam, "Sense of competence as mediator on parenting stress," vol. 11, no. 1, pp. 198–209, 2018, doi: <http://dx.doi.org/10.2174/1874350101811010198>.
- [28] G. P. Larasati, "Hubungan Antara Stres Pengasuhan Dengan Perilaku Agresif Pada Orang Tua Siswa Sekolah Dasar Di Masa Pembelajaran Daring," 2022, *Universitas Islam Sultan Agung*.

