PARENTING STRESS PADA IBU YANG BEKERJA

SKRIPSI

Skripsi Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
dalam Program Studi Psikologi Islam pada IAIN Manado

Oleh
Ariyanti Taswing
NIM. 20236009

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
MANADO

1447 H/ 2025 M

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bersangkutan di bawah ini saya :

Nama : Ariyanti Taswing

NIM : 20236009

Program : Sarjana (S-1)

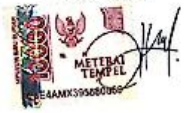
Institusi : IAIN Manado

Dengan ini sungguh-sungguh menyatakan bahwa SKRIPSI ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali pada beberapa bagian-bagian yang dirujuk dari sumbernya.

Manado, 3 Juli 2025.

Saya yang menyatakan,

Ariyanti Taswing



NIM. 20236009

PENGESAHAN TIM PENGUJI UJIAN SKRIPSI

Skripsi berjudul *Parenting stress* Pada Ibu Yang Bekerja yang ditulis oleh Ariyanti Taswung ini telah disetujui pada tanggal 08 Juli 2025.

TIM PENGUJI

1. Dr. Shinta Nento, M.Pd — Penguji I (.....)
2. Aris Soleman, M.Psi — Penguji II (.....)
3. Dr. Mardan Umar, M. Pd — Pembimbing I (.....)
4. Siti Aisa, M.A — Pembimbing II (.....)

Manado, 08 Juli 2025

Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah

Dr. Sahari, M.Pd.I
NIP. 197212312000031009

KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) MANADO
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
Jl Dr. S.H. SarundajangKawasanRingroad I Kota Manado Telp. (0431) 860616 Manado 95128

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI

Nomor: B- 234/In.25/F.III/PP.00.9/06/2025

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Muhammad Imran, M.Th.I

Nip. : 197212312000031009

Jabatan : Wakil Dekan I Fakultas Uhuluddin Adab Dan Dakwah

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa:

Nama : **Ariyanti Taswing**

Nim : **20236009**

Prodi. : **Psikologi Islam**

Setelah mengadakan cek plagiasi dengan menggunakan aplikasi DrillBit, maka Skripsi Mahasiswa tersebut diatas, dengan judul:

" Parenting Stress Pada Ibu Yang Bekerja".

Dinyatakan bebas plagiasi, yaitu (19%)

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Manado, 30 Juni 2025
Wadek I,

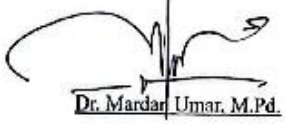
Dr. Muhammad Imran, M.Th.I
NIP. 197212312000031009

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi berjudul "***Parenting Stress* Pada Ibu Yang Bekerja"** yang ditulis oleh Ariyanti Taswing, NIM **20236009** ini telah disetujui pada Tanggal **26 Juni 2025**

Oleh

Pembimbing 1



Dr. Mardan Umar, M.Pd.

NIP. 198007172006041004

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi berjudul **"*Parenting Stress* Pada Ibu Yang Bekerja"** yang ditulis oleh

Ariyanti Taswing, Nim **20236009** ini

telah disetujui pada Tanggal 26 Juni 2025

Oleh

Pembimbing 2

Siti Aisa, M.A

NIP. 198911272018012002

KEMENTERIAN AGAMA RI.
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) MANADO
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
Jalan Dr. SH. Sarundajang Kawasan Ring Road I Kota Manado 95128
Telepon (0431) 860616 Fax (0431) 860774

SURAT PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGUJI SKRIPSI

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Manado
Di
Manado,-

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa Proposal/Skripsi Saudara/i:

Nama : Ariyanti Taswing
NIM : 20238009
Judul Skripsi : Parenting Stress Pada Ibu Yang Bekerja

Sudah dapat diajukan untuk Skripsi. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb

Manado, 16 Juni 2025

Pembimbing I

Dr. Mardan Umar, S.Pd.I, M.Pd.
NIP. 198007172006041004

Pembimbing II

Sili Aisa, M.A
NIP. 198911272018012002

Penguji I

Dr. Shinta Nento, M.Pd
NIP. 197705082009122002

Penguji II

Aris Soleman, M.Psi
NIP. 198404182019031004

Mengetahui;
Ketua Prodi Psikologi Islam,

Sili Aisa, M.A
NIP. 198911272018012002

Dipindai dengan CamScanner

TRANSLITERASI

1. Transliterasi Arab-Latin IAIN Manado adalah sebagai berikut:

a. Konsonan Tunggal

Arab	Indonesia	Arab	Indonesia
ا	A	ط	ṭ
ب	B	ظ	ẓ
ت	T	ع	‘
ث	ṡ	غ	g
ج	J	ف	f
ح	ḥ	ق	q
خ	Kh	ك	k
د	D	ل	l
ذ	Ż	م	m
ر	R	ن	n
ز	Z	و	w
س	S	ه	h
ش	Sy	ء	’
ص	ṣ	ي	y
ض	ḍ		

b. Konsonan Rangkap

Konsonan rangkap, termasuk tanda *syaddah*, harus ditulis secara lengkap, seperti:

احمدييية : ditulis *Aḥmaddiyah*

شمسية : ditulis *Syamsiyyah*

c. Tā' Marbūṭah akhir kata

1) Bila dimatikan ditulis "h", kecuali untuk kata-kata Arab yang sudah terserap menjadi bahasa Indonesia.

جمهورية : ditulis *Jumhūriyyah*

مملكة : ditulis *Mamlakah*

2) Bila dihidupkan karena berangkat dari kata lain, maka ditulis "t".

نعمةالله : ditulis *Ni'matullah*

الفطرزكاة : ditulis *Zakāt al-Fiṭr*

d. Vokal Pendek

Tanda *fatḥah* ditulis "a", *kasrah* ditulis "i", dan *ḍamah* ditulis "u".

e. Vokal Panjang

1) "a" panjang ditulis "ā", "i" panjang ditulis "ī", dan "u" panjang ditulis "ū", masing-masing dengan tanda *macron* (¯) di atasnya.
2) Tanda *fatḥah* + huruf yā tanpa dua titik yang dimatikan ditulis "ai", dan *fatḥah* + *wawū* mati ditulis "au".

f. Vokal – Vokal Pendek Berurutan

Vokal-vokal pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan postrof (').

أأنتم : *antum 'a*

مؤنث : *mu'annas*

g. Kata Sandang Alif + Lam

1) Bila diikuti huruf *qamariyyah* ditulis al-:

الفرقا : ditulis *al-Furqān*

2) Bila diikuti huruf *syamsiyyah*, maka al- diganti dengan huruf *syamsiyyah* yang mengikutinya:

: ditulis *as-Sunnah*

h. Huruf Besar

Penelitian huruf besar disesuaikan dengan EYD.

i. Kata dalam Rangkaian Frasa Kalimat

1. Ditulis kata per kata atau;

2. Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya dalam rangkaian tersebut:

الإسالمشيخ : *al-Islām Syaikh*

الشريعةتاج : *ah Tāj'asy-Syarī*

الإسالميالتصور *At-Taṣawwur*: *al-Islāmī*

j. Lain – Lain

Kata-kata yang sudah dibakukan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) seperti kata ijmak, nas, akal, hak, nalar, paham, ditulis sebagaimana dalam kamus tersebut.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ

Alhamdulillahirabbil 'alamin, Segala puji bagi Allah Swt yang telah memberikan rahmat kekuatan, Kesehatan dan kelancaran sehingga penulis bisa menyelesaikan penyusunan skripsi ini yang berjudul "*Parenting Stress Pada Ibu Yamg Bekerja*".

Shalawat beserta salam penulis junjungkan kepada Nabi Muhammad Saw yang telah menuntun kita dari alam kegelapan menuju kepada alam terang benderang yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Skripsi ini diajukan untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Psikologi Islam, fakultas Ushuluddin adab dan dakwah, Institut Agama Islam Negeri Manado.

Selama proses penyusunan skripsi ini diucapkan banyak terima kasih untuk semua pihak yang terlibat dengan mendapatkan banyak bimbingan, motivasi, arahan, saran dan bantuan yang sangat berperan besar dari berbagai orang-orang tercinta. Sehingga penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karenanya ucapan sebesar-sebarnya menyampaikan Rasa Terimakasih banyak penulis sampaikan kepada :

1. Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Manado, Prof. Dr. Ahmad Rajafi, M.H.I, Wakil Rektor I Bidang Akademik & Pengembangan lembaga, Prof. Dr. Edi Gunawan, M.H.I, Wakil Rektor II Bidang AUAK, Dr. Salma, M.H.I, Wakil Rektor III Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama, Dr. Mastang A. Baba, M.Ag, Terima kasih telah memberikan kesempatan untuk penulis belajar di IAIN Manado.
2. Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Manado, Dr. Sahari, M.Pd.I, Wakil Dekan I bidang Akademik Dr. Muhammad Imran, M.Th.I, Wakil Dekan II Bidang Administrasi Umum Keuangan Dr. Shinta Nento, M.Pd, Wakil Dekan III, dan Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama Dr. Mardan Umar, S.Pd.I., M.Pd.

3. Ketua Program Studi Psikologi Islam Siti Aisa, M.A Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Manado. Terima kasih atas bimbingan dan arahanya.
4. kepada pembimbing I bapak Dr. Mardan Umar S.Pd.I., M.Pd. dan pembimbing II ibu Siti Aisa, M.A diucapkan banyak terima kasih karena sudah membimbing penulis sampai dengan dititik ini serta motivasi untuk selalu rajin mengerjakan skripsi, mengarahkan.
5. kepada penguji I Dr. Shinta Nento, M.Pd, dan penguji II bapak Aris Soleman, M.Psi diucapkan banyak terima kasih karena sudah memotivasi penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini.
6. kepada bapak Zulkifli Mansyur, M.A dan ibu Nur Evira Anggrainy, M.Si. yang telah memberikan saya ilmu selama ini dalam bidang Psikologi.
7. kepala unit perpustakaan IAIN Manado, Muhammad Sukri, M.Ag. beserta seluruh staf. Terima kasih banyak sudah memberikan layanan buku-buku penunjang selama studi.
8. seluruh dosen IAIN Manado yang sudah membina, dan memberikan ilmu selama masa perkuliahan dan seluruh civitas akademik fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Manado.
9. Kepada cinta pertama dan yang menjadi donatur utama penulis, yaitu ayahanda yang tercinta bapak AKBP (Purn) Taswing, Beliau memang tidak merasakan pendidikan sampai bangku Perkuliahan, namun beliau mampu mendidik dan mampu memberikan pendidikan yang layak bagi penulis, memotivasi, memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai Sarjana.
10. Pintu surga dan yang menjadi panutan serta donatur utama, yaitu Ibunda Dra. Hasmawati Tompo, beliau yang sangat berperan penting yang memberikan penulis kasih sayang dan cinta yang luar biasa, yang selalu mendoakan penulis tiada henti sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dan yang menjadi motivasi Penulis untuk mengejar mimpi.
11. Kepada kedua kakak yang tercinta serta yang menjadi sponsor bagi penulis yaitu kaka pertama Citra Putri Utami Taswing dan kakak kedua Amira Sari

Taswing yang memotivasi penulis untuk menyelesaikan program studi penulis. Untuk kedua kaka ipar saya yaitu Ahmad Bukhori Tamam dan Fikram Damogalad, penulis mengucapkan terima kasih.

12. Kepada ketiga keponakan penulis yaitu Alsyabila Tamam, Adiba Albiru Tamam, dan Zian Tamam penulis mengucapkan terima kasih karena sudah menghibur penulis selama penyusunan skripsi
13. Kepada grup yang bernama Power Cegil Go Go yang di dalamnya berisi manusia-manusia aneh yaitu Puspita, Tri Sofianty, Saskia, Muzdalifa, Diva, dan Putri. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya karena sudah membantu, memberikan semangat, motivasi, dan menghibur penulis selama penyusunan skripsi.
14. teman seperjuangan angkatan 2021 Program Studi Psikologi Islam dan khusus andini potale terimakasih sudah membantu penulis selama penyusunan skripsi ini
15. kepada Informan penelitian, penulis mengucapkan terima kasih karena sudah membantu dalam penelitian skripsi
16. Terakhir Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada satu sosok yang selama ini melawan dirinya yang *introvert*, pemalu, dan selalu *insecure* atau merasa kurang pada dirinya sendiri. Seseorang anak bungsu yang tidak percaya dengan dirinya sendiri yang mempunyai impian tinggi. Terima kasih kepada penulis skripsi ini yaitu diriku sendiri, Ariyanti Taswing.

Kepada mereka semua semoga Allah SWT. memberikan balasan yang berlipat ganda. *Aamiin ya rabbal a'lamin,* atas segala petunjuk, semangat, bantuan serta motivasi yang telah diberikan oleh orang-orang tercinta. Hanya kepada Allah SWT kita menyembah dan mengabdi serta memohon pertolongan. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat, semoga Allah SWT melimpahkan taufiq dan hidayahnya kepada kita semua. *Aamiin*.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....iv
TRANSLITERASI.....iii
KATA PENGANTAR.....vi
DAFTAR ISI.....x
ABSTRAK xii
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang Masalah.....1
B. Identifikasi Masalah.....5
C. Batasan Masalah.....6
D. Rumusan Masalah 6
E. Tujuan Masalah 6
F. Manfaat Penelitian 6
G. Definisi Operasional.....7
H. Penelitian Terdahulu 7
BAB II LANDASAN TEORI 15
A. Parenting Stress 11
1. Definisi Parenting Stress 11
2. Aspek-Aspek Parenting Stress.....12
3. Faktor-Faktor Parenting Stress.....14
4. Dampak Parenting Stress.....16
B. Ibu Bekerja.....16
1. Definisi Ibu Bekerja.....16
2. Faktor-Faktor Ibu Bekerja.....17
3. Dampak Ibu Bekerja.....19
BAB III METODE PENELITIAN 21
A. Lokasi dan Waktu Penelitian 21
B. Jenis Penelitian 21

C. Sumber Data 22
D. Teknik Pengumpulan Data 22
E. Teknik Analisis Data 25
G. Keabsahan Data 26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 27
A. Profil Informan.....27
B. Hasil Temuan Penelitian.....31
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....45
BAB V PENUTUP 65
A. Kesimpulan 65
B. Saran 66
DAFTAR PUSTAKA 67
LAMPIRAN .....

ABSTRACT

Name	: Ariyanti Taswing
Student ID Number	: 20236009
Faculty	: Ushuluddin Manners and Da'wah
Study Program	: Islamic Psychology
Title	: Parenting Stress In Working Mothers

Mothers who experience stress in raising children often feel unworthy of being parents. They tend to channel their emotions to their children or other family members, feel emotionally exhausted quickly, and assume that whatever they do as parents is always wrong. Feelings of guilt and inability to control the situation become a burden in themselves. This study aims to determine the picture of parenting stress in working mothers in Lolak District. This study used a qualitative approach with three main informants as subjects, namely working mothers who experience or have experienced parenting stress, and three supporting informants. The results showed that parenting stress in working mothers arises due to pressure from dual roles as caregivers and workers. In addition, the condition of children who demand more attention, work demands, and minimal social and partner support also worsen the level of stress felt by mothers. The interaction between household and work demands causes mothers to experience physical and emotional exhaustion. This stress has an impact on the mother-child relationship, as well as on the mother's overall psychological well-being. Therefore, it is important to provide emotional support, fair role division at home, and a flexible work environment so that mothers can carry out their roles in a balanced and mentally healthy manner.

Keywords: *Parenting Stress, Working Mothers*

Dokumen ini telah divalidasi oleh **UPT Pengembangan Bahasa IAIN Manado**
Nomor registrasi : **01366**

ABSTRAK

Ibu yang mengalami stres dalam membesarkan anak sering kali merasa tidak layak menjadi orang tua. Mereka cenderung menyalurkan emosi kepada anak atau anggota keluarga lainnya, merasa cepat lelah secara emosional, dan menganggap bahwa apa pun yang dilakukan sebagai orang tua selalu salah. Perasaan bersalah dan ketidakmampuan mengontrol situasi menjadi beban tersendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran parenting stress pada ibu yang bekerja di Kecamatan Lolak. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan subjek sebanyak tiga informan utama, yaitu ibu yang bekerja dan mengalami atau pernah mengalami parenting stress, serta tiga informan pendukung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres pengasuhan pada ibu yang bekerja muncul karena adanya tekanan dari peran ganda sebagai pengasuh dan pekerja. Selain itu, kondisi anak yang menuntut perhatian lebih, tuntutan pekerjaan, serta minimnya dukungan sosial dan pasangan turut memperburuk tingkat stres yang dirasakan ibu. Interaksi antara tuntutan rumah tangga dan pekerjaan menyebabkan ibu mengalami kelelahan fisik dan emosional. Stres ini berdampak pada hubungan ibu dan anak, serta pada kesejahteraan psikologis ibu secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting untuk memberikan dukungan emosional, pembagian peran yang adil di rumah, serta lingkungan kerja yang fleksibel agar ibu dapat menjalankan perannya dengan seimbang dan sehat secara mental.

KATA KUNCI: *Parenting stress,* Ibu bekerja

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keluarga adalah pondasi utama bagi pembentukan karakter dan perilaku anak. Kualitas perkembangan dan pertumbuhan anak yang berkontribusi pada kesejahteraan masyarakat sangat bergantung pada kemampuan orang tua dalam membimbing dan merawat mereka. Di dalam budaya masyarakat Indonesia, tanggung jawab mengasuh anak umumnya lebih banyak ditanggung oleh ibu. Peran ibu memiliki pengaruh besar dalam keluarga karena ia adalah *figure* utama yang pertama kali dikenal anak sejak lahir. Karena itu, ibu memiliki peran kunci dalam proses pengasuhan dan pendidikan anak. Meskipun demikian, Sebagian ibu di era modern saat ini juga memilih untuk bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup yang semakin meningkat secara ekonomi.[1]

Alasan utama ibu untuk bekerja termasuk meningkatkan penghasilan keluarga, memiliki penghasilan sendiri, dan dapat mengembangkan diri dengan menerapkan ilmu yang dimilikinya. Namun kepadatan perkerjaan kadang membuat ibu mengabaikan peran mereka dalam mendidik dan mengasuh anak, yang pada akhirnya dapat menimbulkan stres, kelelahan, dan rasa tidak percaya diri sebagai ibu yang baik. Hal ini menciptakan peran ganda bagi ibu, sebagai ibu rumah tangga dan pekerja, yang sering kali memicu *parenting stress* pada ibu karena tuntutan yang lebih besar dari biasanya.[2]

Dalam ajaran Islam, setiap orang tua memikul tanggung jawab dalam mendidik anak-anak mereka. Dasar-dasar dalam awal pendidikan harus ditanamkan

---

[1] Fathana Gina, Yulia Fitriani, ”Regulasi emosi dan parenting stress pada ibu berkerja,” *Jurnal psikologi Terapan dan Pendidikan* 2, no.2 (November 2022): 97

[2] Cut Malahayati, Linda Yarni, “Tingkat Parenting Stress Ibu Yang Berkerja DI Jati Dua Kampung Cubadak Kecamatan Pasaman Kabupaten Pasaman Barat” *jurnal pendidkan dan konseling* 4, no.4 (2022): 4188.

dalam keluarga. Hal ini guna melahirkan generasi penerus yang cerdas dan berbudi pekerti yang baik.[3]

Di dalam Al-Quran Surah Al-Tahriim ayat 6, Allah SWT. berfirman :

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا قُوْٓا اَنْفُسَكُمْ وَاَهْلِيْكُمْ نَارًا وَّقُوْدُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلٰۤىِٕكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَّا يَعْصُوْنَ اللّٰهَ مَآ اَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُوْنَ مَا يُؤْمَرُوْنَ ۝٦

Terjemahannya:

"Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan" (QS. At-Tahriim: 6)[4]

Korelasi dari ayat di atas dengan pengasuhan ialah di mana pendidikan keluarga dimulai dengan memelihara diri sendiri dari api neraka dengan menjadikan perangai dan tingkah laku agar dapat dijadikan contoh untuk memelihara seluruh isi rumah tangga. Konsep pendidikan keluarga adalah sebuah proses (tindakan) dan implementasi yang dilakukan orang tua (ayah-ibu) dengan nilai pendidikan pada keluarga. Yakni orang tua berusaha mendidik dan membimbing anak melalui berbagai kegiatan dalam rumah dengan memberikan nilai pendidikan.[5]

Selain itu, ALLAH SWT menjelaskan disurah At-Taghabun Ayat 15 :

اِنَّمَآ اَمْوَالُكُمْ وَاَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌۗ وَاللّٰهُ عِنْدَهٗٓ اَجْرٌ عَظِيْمٌ ۝١٥

Terjemahannya:

"Sesungguhnya hartamu dan anak-anakmu hanyalah cobaan (bagimu), dan di

---

[3] Hasan Langgulung, Manusia dan Pendidikan : *Suatu Analisa Psikologi dan Pendidikan,* (Jakarta: Al- Husna Zikra, 1995), 17.

[4] Kementerian Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemahannya (Jakarta: PT. Sinergi Pustaka Indonesia, 2012): 560.

[5] Muhamad Rijaal Qurrota A'Yuni Dede Mulyadi Rista Erika, "Pendidikan Diri Dan Keluarga Anggota Keluarga Perspektif Q.S AT TAHRIM AYAT 6," *Jurnal Pendidikan Islam* 01, no.1 (Mei 2023),

sisi Allah-lah pahala yang besar." (Surat At-Taghabun:15)[6]

Dalam ayat ini menjelaskan, manusia perlu menyadari sepenuhnya pesan dari ayat ini yang mengingatkan akan pentingnya Allah. Harta yang sangat dihargai dan anak-anak yang menjadi kebanggaan merupakan ujian bagi mereka. Bagaimana mereka mengelola dan mendidik keduanya sesuai dengan ajaran agama yang benar, akan berdampak besar pada pahala yang diberikan Allah kepada orang-orang yang beriman.[7]

Proses pendidikan itu sendiri, menjadi kewajiban dan *ekspetaksi* terhadap seorang ibu dalam mendidik anak yang dapat menimbulkan tekanan psikologis yang berpotensi menyebabkan stres jika ibu tersebut tidak siap menghadapinya.[8]

Ibu yang mengalami stres dalam membesarkan anak sering kali merasa tidak pantas sebagai orang tua, mungkin sering menyalurkan emosi kepada anak atau anggota keluarga lain, dan merasa semua tindakan sebagai orang tua selalu salah. Mereka juga mungkin merasa kurang dihargai sebagai ibu atau istri, munculnya rasa kesal bahkan rasa benci terhadap anak, dan mungkin ingin menjauh atau bahkan melarikan diri dari tanggung jawab keluarga.[9]

Menurut Sri Lestari dalam artikel Pengaruh *Work Family Conflict* Terhadap *Parenting Stress* Ibu Yang Bekerja Gumi Langerya Rizal,Zulian Fikry,[10] *parenting stress*, atau stres dalam mengasuh anak, merupakan rangkaian proses yang dapat menyebabkan kondisi psikologis yang tidak diinginkan serta reaksi psikologis yang timbul saat mencoba menyesuaikan diri dengan tuntutan peran tersebut. Stres ini dapat menimbulkan beban bagi pengasuh dan mengubah sikap mereka terhadap

---

[6] Kementerian Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemahannya, 557.
[7] TafsirWeb. "Surat At-Taghabun Ayat 15 Arab, Latin, Terjemahan Dan Tafsir" https://tafsirweb.com/10959-surat-at-taghabun-ayat-15.html (Diakses Pada Tanggal 02 Juni 2024).
[8] Tertia Rachmi G, "Hubungan Antara *Family Resilience* Dengan *Parenting Stress* Pada Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Spektrum Autisme Serta Tinjauan Dalam Islam" (Skripsi, Jakarta, Universitas Yarsi, 2018).
[9] Cut Malahayati, Linda Yarni, "Tingkat *Parenting Stress* Ibu Yang Berkerja DI Jati Dua Kampung Cubadak Kecamatan Pasaman Kabupaten Pasaman Barat" *jurnal pendidkan dan konseling* 4, no.4 (2022): 4188.
[10] Gumi Langerya Rizal,Zulian Fikry, "Pengaruh *Work Family Conflict* terhadap *parenting stress* ibu yang berkerja," *RAP(Riset Aktual Psikologi)* 13, no.2 (2022): 127.

anak-anak, mempengaruhi perilaku pengasuhan mulai dari yang positif hingga perilaku yang kurang perhatian atau bahkan kasar.

Menurut data dari Badan Pusat Statistik (2018), lebih dari 40% perempuan di Indonesia menjalani peran ganda dalam kehidupan sehari-hari. Mereka tidak hanya berperan sebagai pekerja yang aktif di sektor formal maupun informal, tetapi juga tetap memikul tanggung jawab sebagai pengasuh utama anak-anak di rumah. Kondisi ini menunjukkan bahwa banyak perempuan harus membagi waktu dan energi antara tuntutan pekerjaan dan kewajiban domestik, yang berpotensi menimbulkan tekanan tersendiri dalam kehidupan mereka.[11]

Tuntutan yang beragam di lingkungan kerja, bersamaan dengan tanggung jawab dasar sebagai seorang ibu, penelitian yang di lakukan oleh Biplob kumar dey dkk, menunjukkan dapat menyebabkan kesulitan bagi seseorang dalam mengatur dirinya sendiri, yang pada gilirannya menyebabkan stres ditemukan bahwa sebanyak 67,68% ibu yang bekerja mengalami stres, angka yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja sebanyak 55,64%.[12]

Semakin tinggi tingkat *parenting stress* yang dialami orang tua, maka semakin tinggi kecenderungan perilaku kekerasan terhadap anak. Komisi perlindungan anak (KPAI) pada tahun 2014 jumlah kasus kekerasan terhadap anak mencapai 1697 kasus dari hasil *monitoring* dan evaluasi KPAI di 9 provinsi, 91% anak menjadi korban kekerasan di lingkungan keluarganya. Lebih lanjut dari persentase tersebut, sebanyak 60% kekerasan dilakukan oleh ibu dibandingkan dengan ayah.[13]

Penelitian ini dilaksanakan di Kecamatan Lolak karena para informan yang terlibat dalam penelitian ini bekerja dan tinggal di wilayah tersebut. Pemilihan

---

[11] Badan Pusat Statistik "Keadaan angkatan kerja di Indonesia Agustus 2018," Media Elektronik, Badan Pusat Statistik, Agustus 2018, https://www.bps.go.id/publi cation/2018/11/30/6d8a8e b26ac657f7bd170fca/keada an-angkatan-kerja-di indonesia-agustus-2018.html.

[12] Biplob kumar dey dkk, "Parenting stress and children depression," he Chittagong University J. of Biological Science 7, no.1&3, (2013): 6.

[13] Adzka Afifah Thohirah "*Parenting Stress* Pada Ibu Bekerja (Studi Deskriptif Yang Bekerja Di Bank)" (Skripsi, Semarang, UNNESA, 2021), 6.

lokasi ini dianggap relevan, mengingat pentingnya konteks tempat tinggal dan lingkungan kerja dalam mempengaruhi tingkat *parenting stress* yang dialami oleh ibu. Selain itu, Kecamatan Lolak dipilih sebagai lokasi penelitian karena belum ada kajian yang secara khusus membahas mengenai *parenting stress* di daerah tersebut.

Di sisi lain, kajian mengenai *parenting stress* di Kecamatan Lolak masih sangat terbatas, sehingga informasi mengenai topik ini di wilayah tersebut masih sangat kurang. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi penting dalam mengisi kekosongan informasi yang ada, serta memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi *parenting stress* di masyarakat setempat. Penelitian ini juga bertujuan untuk membuka peluang bagi penelitian selanjutnya yang lebih luas mengenai topik tersebut di daerah lain.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti pada beberapa ibu yang bekerja sebagai pegawai sekolah di Kecamatan Lolak, ditemukan bahwa ibu tersebut sering mengalami emosi yang tidak stabil. Hal ini di tunjukan dengan seringnya ia berteriak kepada anaknya dan merasa tidak mampu mengurus anaknya. Situasi ini diperparah oleh beban perkerjaan kantor yang banyak, kurangnya komunikasi dan waktu Bersama anak karena jam pulang kantor yang sampai sore, serta adanya kegiatan atau kunjungan yang mengharuskan bekerja hingga malam. Ketika anaknya menangis, ibu tersebut merasa stres dan kadang merasa tidak mampu mengasuh anak sambil bekerja.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti dan mengkaji lebih dalam tentang *parenting stress* pada ibu yang bekerja. Juga karena belum adanya penelitian tentang *parenting stress* di kecamatan Lolak, dan sangat minimnya penelitian yang bertema psikologi terutama pada ibu di Kecamatan Lolak.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, peneliti, mengidentifikasi adanya masalah sebagai berikut :

1 Adanya kesulitan pada ibu yang bekerja sambil mengasuh anak dan mengalami *parenting stress* atau stres pengasuhan
2 Kurangnya pemahaman tentang *parenting stress* pada ibu yang bekerja
3 Kurangnya dukungan lingkungan sosial di sekitar membuat ibu yang bekerja mengalami *parenting stress*

C. Batasan Masalah

Berdasarkan masalah yang telah di identifikasi, peneliti hanya membatasi permasalahan yang akan diteliti dengan fokus terhadap parenting stress pada ibu yang bekerja di Kecamatan Lolak.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat diidentifikasikan masalah yaitu "Bagaimana gambaran *parenting stress* pada ibu yang bekerja di kecamatan Lolak?"

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran *parenting stress* pada ibu yang bekerja sebagai di Kecamatan Lolak.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bisa menjadikan wawasan pengetahuan serta sebagai bahan referensi bagi mahasiswa pada umumnya dan mampu memberikan sumbangsih pada ilmu pengetahuan psikologi, khususnya pada psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

Bagi peneliti, diharapkan penelitian ini bisa menjadi pengetahuan yang bermanfaat tentang *parenting stress* sehingga saat peneliti mengalaminya, dapat mengelolanya dengan baik dan bisa menghindari terjadinya *parenting stress* dalam pengasuhan. Bagi subjek, diharapkan penelitian ini menjadi pengetahuan baru bagi subjek dan informasi tentang *parenting stress* sehingga dapat mengurangi terjadinya *parenting stress.*

G. Definisi Oprasional

1. *Parenting stress*

Parenting stress yaitu ketegangan dan tekanan emosional yang dialami oleh orang tua ketika mereka merasa kewalahan, cemas, atau tidak mampu memenuhi tuntutan dan tanggung jawab membesarkan anak. Hal ini dapat berasal dari berbagai faktor seperti masalah keuangan, kesulitan dalam hubungan, masalah perilaku anak, atau keseimbangan pekerjaan dan kehidupan keluarga.

2. Ibu Bekerja

Ibu bekerja adalah seseorang ibu yang tidak hanya bertanggung jawab mengurus anak dan suaminya, akan tetapi sebagai Wanita yang menekuni suatu pekerjaan untuk mengembangkan ilmu yang telah dimilikinya serta untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dan keluarga.

H. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Yulia Harina Dan Mahdi Fadhila dengan judul "Dinamika Parenting stress dan Strategi Coping Pada Ibu Bekerja" yang menggunakan metode penelitian kualitatif dengan Teknik pengambilan subyek yaitu Teknik purposive sampling. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa terdapat variasi dalam dinamika stres pengasuhan bagi ibu yang bekerja. Perbedaan dalam usia dan jumlah anak mencerminkan beragamnya bentuk stress pengasuhan yang dialami. Dalam hasil penelitian ini ibu yang memiliki lebih banyak anak cenderung mengalami lebih banyak stress dibandingkan dengan mereka yang memiliki satu atau dua anak. Sementara itu, kemampuan untuk mengatasi stres yang

dialami oleh ibu yang bekerja bervariasi antara satu dengan lainya. Beberapa memilih untuk mengekspresikan stres dengan menyelesaikan masalah secara langsung.[14]

Perbedaan penelitian ini dan penelitian penulis yaitu penelitian ini membahas tentang dinamika *parenting stress* dan s*trategi coping* pada ibu bekerja sedangkan penulis hanya membahas tentang *parenting stress* pada ibu yang bekerja.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Adzka Afifah Thohiroh dengan judul "*Parenting Stress* Pada Ibu Bekerja (Studi Deskriptif Pada Ibu yang Bekerja Di Bank)" yang menggunkan metode penelitian kuantitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data menggunakan skala *parenting stress* yang terdiri dari 44 aitem. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat *parenting stress* pada ibu bekerja di bank Kalimantan Barat cenderung rendah, secara spesifik, tingkat *parenting stress* dalam tiga aspek, yakni distres orang tua, anak yang sulit, dan interaksi *disfungsional* Orang Tua-Anak, semuanya juga cenderung rendah. Aspek yang paling dominan dalam penelitian ini adalah *distress* Orang Tua. Dan berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan dalam tingkat *parenting stress* pada ibu yang bekerja di Bank Kalimantan Barat berdasarkan faktor-faktor seperti tempat kerja, usia subjek, usia pernikahan, posisi atau jabatan perkerjaan, masa kerja, dan jumlah anak.[15]

Perbedaan penelitian ini dengan penulis yaitu penelitian ini menggunakan metode kuantitaif dan menggunakan subjek ibu bekerja di bank sedangkan penulis menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan subjek ibu yang bekerja.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ardianti Agustin, Ressy Mardiyanti, Aprilya Dian Eky Anggraeni, Alfira Ayu Talita dengan judul "*Perana Mindful Parenting* Terhadap Stres Pengasuhan Ibu Bekerja" yang menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan Teknik pengambilan data *accidental sampling*.

---

[14] Yulia hairina, dan mahdi fadhila,"Dinamika parenting stress dan Strategi coping pada ibu bekerja," *psycho holistic* 1 ,no. 2, (November 2019) : 79.

[15] Adzka Afifah Thohirah "*Parenting Stress* Pada Ibu Bekerja (Studi Deskriptif Yang Bekerja Di Bank)" (Skripsi, Semarang, UNNESA, 2021), 83.

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa angka yang besar dari koefisien determinasi mengindikasikan kontribusi yang signifikan dalam skala persentase, yakni sebesar 6,7%. Dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa peran *mindful parenting* terhadap *parenting stress* bersifat negatif sebesar 6,7%, sementara 93,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.[16]

Perbedaan penelitian ini dengan penulis yaitu penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pembahasan tentang peran *maindful parenting* terhadap stres pengasuhan ibu bekerja sedangkan penulis menggunakan metode kualitatif dan hanya membahas tentang parenting stress pada ibu yang bekerja.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Yulia Fitriani, Fathana Gina, Timorora Sandha Perdhana dengan judul ”Gambaran *parenting stress* Pada Ibu Ditinjau Dari Status Perkerjaan Dan Ekonomi Serta Bantuan Pengasuhan” yang menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pengambilan data *sampling purposive*. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan *parenting stress* antara ibu yang bekerja dengan ibu yang tidak bekerja. Baik ibu yang bekerja maupun yang tidak bekerja sama-sama menunjukkan *parenting stress* yang tinggi.[17]

Perbedaan penelitian ini dengan penulis yaitu penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pembahasan tentang gambaran *parenting stress* pada ibu ditinjau dari status perkerjaan dan ekonomi serta bantuan pengasuhan sedangkan penulis menggunakan metode kualitatif dan hanya membahas tentang *parenting stress* pada ibu yang bekerja.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Indiswari Kiranawidhi, Agustina dengan judul ”Gambaran Stres Pengasuhan Pada Ibu Bekerja Yang memiliki Anak Usia Dini” dengan menggunakan penelitian kuantitatif, deskriptif. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa usia dan jenis pekerjaan tidak membedakan

---

[16] Ardianti Agustin dkk., “Peran *Mindful Parenting* Terhadap Stres Pengasuhan Ibu Bekerja,” *Journal Of Social Scince Research* 4, (2024).

[17] Yulia Fitriani, Fathana Gina, Timorora Sandha Perdhana, “Gambaran *Parenting Stress* Pada Ibu Ditinjau Dari Status Perkerjaan dan Ekonomi Serta Bantuan Pengasuhan,” *Psikostudia Jurnal Psikologi* 10, no. 2 (2021): 98.

tingkat stres pengasuhan yang rendah dan sedang. tapi, usia anak dan jumlah anak dapat berpengaruh terhadap tingkat stres pengasuhan ibu.[18]

Perbedaan penelitian ini dan penelitian penulis yaitu penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan membahas tentang gambaran stres pengasuhan pada ibu bekerja yang memiliki anak usia dini sedangkan penulis menggunakan metode penelitian kualitatif dan hanya membahas tentang *parenting stress* pada ibu yang bekerja.

[18] Indiswari Kiranawidhi, Agustina, "Gambaran Stres Pengasuhan Pada Ibu Bekerja Yang Memiliki Anak Usia Dini," *Jurnal Muara Medika Dan Psikologi Klinis* 03, no. 02 (2023): 130.

BAB II
LANDASAN TEORI

A. *Parenting Stress*

1. Definisi *parenting stress*

Menurut Deater Deckard *Parenting stress* adalah serangkaian proses yang menyebabkan kondisi psikologis yang tidak diinginkan dan reaksi psikologis orang tua dalam menghadapi tuntutan peran sebagai orang tua. Ini dapat dilihat sebagai situasi stres atau tekanan yang timbul saat memenuhi tugas-tugas perkembangan anak.[19]

Definisi menurut Dabrowska dan Pisula *Parenting stress* merupakan tekanan yang dirasakan oleh para orang tua saat merawat anak, yang mencakup berbagai cara untuk mengelola tingkah laku dan interaksi dengan mereka (sosialisasi dan pengajaran) merawat, mencari penyembuhan untuk anak, dan dampak stres ini terhadap kehidupan pribadi dan keluarga.[20] *Parenting stress* dijelaskan sebagai kegelisahan yang muncul ketika orang tua menghadapi kesulitan dalam memenuhi tanggung jawab sebagai pengasuh yang memengaruhi tingkah laku, kesejahteraan, dan adaptasi anak.[21]

Williford menjelaskan bahwa *parenting stress* muncul karena ketidakcocokan antara harapan yang dirasakan oleh orang tua dan kemampuan mereka untuk memenuhi harapan tersebut. Ini juga bisa dijelaskan sebagai *respon* psikologis negatif yang berkaitan dengan orang tua dan anak, yang dinilai oleh masing-masing orang tua.[22]

---

[19] Kirby Deater – Deckard, *Parenting Stress*, (Yale Universitas Press: New Haven and London, 2004), 6.

[20] Dabrowska dan pisula, "parenting stress and coping styles fathers of pre-school children with autism and down syndrome," *journal of Intellectual Disability research* 54*,* (Maret 2010): 266.

[21] Laura Gutermuth Anthony dkk., "The Relationship Between Parenting Stress, Parenting Behavior and Preschoolers' Social Competence and Behavior Problems in The Classroom," *infant and child development,* (Juni 2005): 134.

[22] Williford,A.P, Calkins, S.D, Keane, S.P, "Predicting Change In Parenting Stress Across Early Childhood: Child and Maternal Factors," *Jurnal Of Abnormal Child Psychology* 35*,* (2007).

Berdasarkan definisi yang telah dijelaskan, bahwa *parenting stress* adalah situasi di mana orang tua merasa cemas atau tegang secara berlebihan ketika berhubungan dengan anak-anak, yang dipicu oleh kesenjangan antara harapan untuk menjalankan tugas-tugas sebagai orang tua dengan kemampuan pribadi atau sosial mereka.

2. **Aspek *Parenting Stress***

Abidin menjelaskan bahwa aspek *parenting stress* terbagi menjadi tiga yaitu:

a. *The Parent Distress* (pengalaman stres orang tua)

Aspek ini berkaitan dengan pengalaman stres yang telah dirasakan orang tua baik dalam perjalanan hidup mereka maupun dalam tugas mengasuh anak-anak mereka. Penanda dari aspek ini meliputi:

1) *Feeling of competence*, yaitu orang tua merasa tertekan oleh tuntutan yang ada dalam peran mereka dan kurang yakin akan kemampuan mereka dalam merawat anak. Ini terkait dengan kurangnya pengetahuan orang tua tentang perkembangan anak dan keterbatasan dalam keterampilan manajemen yang tepat.
2) *Social isolation*, yaitu orang tua merasa terasing secara sosial dan kekurangan dukungan emosional dari lingkungan mereka, yang dapat meningkatkan risiko kegagalan dalam memenuhi peran sebagai pengasuh, mungkin dengan mengabaikan anak -anak mereka.
3) *Restriction imposed by parent role*, yaitu karena hal ini mencakup pembatasan atas kebebasan individu. Orang tua merasa bahwa kebutuhan dan permintaan anak-anak mereka mengendalikan dan mendominasi kehidupan mereka. Mereka merasa kehilangan apresiasi terhadap identitas mereka sendiri yang sering kali *termanifestasikan.*
4) *Relationship with spouse*, yaitu permasalahan terjadi saat hubungan orang tua mengalami stres, yang sering kali berakar pada kekurangan dukungan emosional dan finansial dari pasangan, serta perbedaan pendekatan dalam mengelola anak-anak.
5) *Health of parent*, yaitu sampai pada tingkat tertentu, dengan cara orang tua

membesarkan anak dapat berdampak pada kesejahteraan mereka sendiri.

6) *Parent depression*, yaitu ketika orang tua mendapatkan beberapa tanda depresi ringan hingga sedang dan perasaan bersalah atau kecewa bisa mengurangi kemampuan orang tua dalam menghadapi tanggung jawab pengasuhan pada suatu periode tertentu.

b. *The Difficult chilld* (Perilaku anak yang sulit)

Aspek ini terhubung dengan tekanan yang terkait dengan kondisi atau sifat anak yang memicu stres dalam pengasuhan orang tua. Penanda dari aspek ini meliputi:

1) *Child adaptability*, yaitu anak menampilkan perilaku yang menentang, membuat tugas pengasuhan orang tua menjadi lebih sulit karena anak kesulitan beradaptasi dengan perubahan fisik dan lingkungan, yang menyebabkan stres bagi orang tua.
2) *Child demands*, yaitu anak sering meminta perhatian dan bantuan dari orang tua, dengan kesulitan melaksanakan tugas-tugas secara mandiri dan mengalami tantangan dalam perkembangannya.
3) *Child mood*, yaitu orang tua merasa bahwa anaknya telah kehilangan kemampuan untuk mengekspresikan perasaan positif seperti yang biasanya terlihat dari ekspresi sehari-hari mereka.
4) *Distracbility*, yaitu orang tua merasa bahwa anaknya menunjukkan tingkat aktivitas yang tinggi dan kesulitan untuk mengikuti perintah.

c. *Parent – Chilld Dysfunctional* (interaksi disfungsional orang tua – anak)

Aspek ini mencakup hubungan yang kurang positif antara orang tua dan anak, serta harapan-harapan yang dimiliki orang tua terhadap anak. Penanda dari aspek ini yaitu:

1) *Child reinforced parent*, artinya orang tua merasa tidak menerima respon positif dari anak mereka. Serta hubungan orang tua dan anak tidak menciptakan kenyamanan bagi anak.

2) *Acceptability of child to parent*, *parenting stress* yang dialami orang tua disebabkan oleh perbedaan karakteristik anak, baik secara intelektual, fisik, maupun emosional, dari harapan orang tua, yang dapat meningkatkan kemungkinan penolakan oleh orang tua.[23]

Berdasarkan aspek parenting stress secara keseluruhan, Abidin mengidentifikasi bahwa stres dalam pengasuhan dapat muncul dari berbagai kondisi, baik dari pengalaman pribadi orang tua, kondisi atau perilaku anak yang spesifik, maupun interaksi disfungsional antara orang tua dan anak.

3. **Faktor-faktor *parenting stress***

Gunarsa menjelaskan bahwa bahwa *parenting stress* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yakni:

a. Stres kehidupan secara umum

Salah satu faktor yang ikut memberikan tekanan saat mengasuh anak adalah tekanan yang dialami oleh orang tua dalam kehidupan sehari-hari, seperti tekanan di tempat kerja. Orang tua yang mengembangkan banyak peran mungkin mengalami tingkat stres yang lebih tinggi karena bertanggung jawab atas berbagai hal yang lebih banyak.

b. Kondisi anak

Parenting stress yang tinggi pada orang tua juga bisa dipengaruhi oleh perilaku anak yang tidak sesuai. Orang tua yang memiliki anak dengan perilaku yang tidak biasa cenderung merasakan tekanan *parenting* yang lebih besar dibandingkan dengan orang tua yang memiliki anak tanpa masalah perilaku.

c. Dukungan sosial

Dukungan yang diberikan oleh orang-orang di sekitar, seperti pasangan, keluarga, tetangga, dan teman-teman, dapat mengurangi tingkat stres.

[23] Lisa Senator Ahern, "Psychomeric Properties of The Parenting Stress Index" (Tesis, Raleigh, North Carolina State University, 2004), 2-3.

Salah satu bentuk bantuan yang sangat berpengaruh adalah dukungan dari pasangan.

d. Status ekonomi

Meskipun mungkin bagi orang tua dengan kondisi ekonomi menegah ke atas untuk mengalami *parenting stress*, orang tua dengan kondisi ekonomi menegah ke bawah juga sering kali mengalami tingkat stres yang tinggi, *Parenting stress* bisa dirasakan ketika orang tua merasa tidak mampu memenuhi kebutuhan dasar anak-anak mereka, seperti makanan, pakaian, Pendidikan, dan fasilitas tempat tinggal yang nyaman.

e. Kematangan psikologis

Orang tua yang masih muda dan belum matang secara psikologis sering kali mengalami tingkat *parenting stress* yang tinggi saat harus mengemban tanggung jawab dalam mengasuh anak-anak. Mereka mungkin kurang memiliki pengalaman dalam hal *parenting* karena pengetahuan mereka tentang hal tersebut masih terbatas, yang membuat tingkat *parenting stress* yang mereka alami semakin tinggi.[24]

Dalam penjelasan di atas bahwa faktor-faktor seperti stres kehidupan sehari- hari, kondisi anak, dukungan sosial, status ekonomi, dan kematangan psikologis orang tua sangat mempengaruhi tingkat parenting stress yang mereka alami. Orang tua yang mengalami tekanan dari berbagai aspek kehidupan, memiliki anak dengan masalah perilaku, kurang dukungan sosial, memiliki status ekonomi rendah, atau belum matang secara psikologis cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dalam mengasuh anak-anak mereka. Sebaliknya, dukungan sosial yang kuat, baik dari pasangan maupun lingkungan sekitar, dapat membantu mengurangi tingkat parenting stress yang dirasakan orang tua.

4. **Dampak *parenting stress***

---

[24] Singgih D. Gunarsa, *Dari Anak Sampai Usia Lanjut*, (Jakarta: BPK GUNUNG MULIA, 2004), 305-306.

Ketidakmampuan orang tua dalam mengelola tekanan yang timbul dari *parenting stress* dapat mengakibatkan perilaku kekerasan terhadap anak, yang pada gilirannya dapat memengaruhi pembentukan kepribadian anak secara negatif. Selain itu, hal tersebut juga bisa menimbulkan perasaan gagal dan ketidakpuasan dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Bahkan tanpa adanya tindakan kekerasan, tekanan *parenting* yang tidak teratasi dengan baik bisa menyebabkan jarak emosional antara orang tua dan anak, mengakibatkan anak kehilangan sumber dukungan saat menghadapi masalah, serta menghambat kemampuan mereka dalam memecahkan masalah dan membuat keputusan.[25]

Selain orang tua, anak juga merasakan dampak dari tekanan parenting stress. Stres ini berlangsung dalam jangka waktu yang lama selama masa pengasuhan. Situasi ini bisa terjadi ketika sumber tekanan parenting lebih dipengaruhi oleh karakteristik orang tua yang tercermin dalam gaya pengasuhan mereka. Dalam konteks ini, anak lebih merasakan tekanan parenting stress dan dampaknya dapat berlangsung dalam jangka panjang terhadap kehidupan mereka.[26]

B. Ibu yang bekerja

1. Definisi ibu yang bekerja

Menurut Vureen dalam Pirous dan Ardhiana, menjelaskan ibu yang bekerja adalah ibu yang meluangkan waktu untuk mengelola rumah tangga dan juga memiliki kewajiban di luar rumah, seperti dikantor, Lembaga amal, atau sebagai pengusaha, dengan dirasi kerja berkisar antara 6 hingga 8 jam per hari. Sedangkan ibu yang tidak bekerja adalah ibu yang tinggal di rumah dan fokus pada tugas-tugas rumah tangga sehari-hari, sehingga memiliki lebih banyak waktu untuk

[25] Sri Lestari, *psikologi keluarga,* (Jakarta: Kencana, 2012), 44-45.
[26] Lestari, 44.

keluarga.[27]

Menurut Anoraga dalam Fazlil menjelaskan bahwa wanita yang bekerja mengalami pertumbuhan dan kemajuan dalam karir mereka. Mereka percaya bahwa bekerja mencakup segala hal yang membawa perbaikan dalam kehidupan mereka. Dengan demi kian, aktivitas bekerja dapat menghasilkan penghasilan yang membantu memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga. Selain bekerja di luar rumah, ibu yang bekerja juga memiliki tanggung jawab sebagai seorang ibu bagi anak anaknya dan sebagai seorang istri bagi suaminya.[28]

Menurut Pandia dalam Julian dan Meilanny, menyebutkan bahwa ibu yang bekerja (*employed women*) adalah wanita yang bekerja di luar rumah dan menerima uang atau memperoleh penghasilan dari hasil pekerjanya.[29]

Menurut Lerner dalam Widyasari dan Fridari, menjelaskan ibu yang bekerja merujuk pada situasi di mana seorang ibu bekerja di luar rumah sambil merawat dan membesarkan anak-anaknya di rumah. Serta dapat diklasifikasikan sebagai ibu yang bekerja jika memiliki anak dalam rentang waktu usia 0 – 18 tahun dan terlibat dalam kegiatan kerja.[30]

Berdasarkan Definisi yang sudah dijelaskan di atas bahwa ibu bekerja adalah seseorang ibu yang tidak hanya bertanggung jawab mengurus anak dan suaminya, tetapi sebagai wanita yang menekuni suatu pekerjaan untuk mengembangkan ilmu yang telah dia milikinya serta untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dan keluarga.

---

[27] Pirous Apreviadizy dan Ardhiana Puspitacandri, "perbedaan stress ditinjau dari ibu bekerja dan tidak bekerja," *Jurnal Psikologi Tabularasa* 9*,* (2014): 59.

[28] Cut fazlil Hanum "Dampak Ibu Bekerja Terhadap Perkembangan Sosial – Emosional Pada Lingkungan Belajar Kanak – Kanak Umur 5 Tahun Di Banda Aceh, Indonesia," *Jurnal Buah Hati* 2, no.2 (oktober 2015): 28.

[29] Julian Rizky, Meilanny Budiarti Santoso, "Faktor Pendorong Ibu Bekerja Sebagai K3L Unpad," *Jurnal Unpad* 5, no.2 (juli 2018): 159.

[30] Kadek Anindita Widyasari dan I Gusti Ayu Diah Fridari, "Dinamika Kontrol Diri Pada Ibu Bekerja Yang Menjalani Latihan Yoga," *jurnal psikologi udayana* 1, No.1 (2013): 85.

2. Faktor-faktor ibu yang bekerja

Faktor-faktor ibu bekerja meliputi beberapa hal yakni:

a. Faktor ekonomi

Faktor ekonomi memainkan peran penting dalam Keputusan perempuan yang sudah menikah untuk bekerja. Sebagian besar, wanita yang bekerja dianggap sebagai penyumbang tambahan pendapatan keluarga. Motivasi ekonomi mendorong perempuan untuk bekerja, namun mereka juga dihadapkan pada tarik-menarik antara nilai-nilai tradisonal yang menekankan pembagian peran dan tanggung jawab di rumah. Meskipun demikian, banyak Perempuan memilih untuk bekerja sebagai cara untuk mengatasi kesulitan ekonomi yang ada.

b. Faktor sosial budaya

Faktor sosial dan budaya memainkan peran kunci dalam membentuk peran dan tanggung jawab wanita, serta dalam membentuk batasan-batasan apa yang dapat dilakukan atau tidak. Dengan semakin banyaknya wanita yang terlibat dalam dunia kerja, penting bagi laki-laki untuk turut serta dalam tugas-tugas rumah tangga. Dengan demikian, kesenjangan gender dalam dunia kerja dapat diminimalisir, terutama di tengah perubahan sosial yang secara perlahan tetapi pasti terjadi. Keseimbangan proporsional sesuai dengan nilai-nilai budaya di lingkungan mereka dapat memainkan peran penting dalam proses ini, dengan transfer keterampilan yang terjadi melalui interaksi di dalam keluarga dan masyarakat sekitar.[31]

Jalilvand menjelaskan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi ibu untuk bekerja:

a. Faktor eksternal

Faktor yang berasal dari luar rumah. Seperti, banyaknya penawaran dan permintaan pekerjaan dari luar membuat wanita tertarik untuk bekerja.

---

[31] Afriyame Manalu Rosyani dan Saidin Nainggolan, "Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Wanita Bekerja Sebagai Buruh Harian Lepas (LBH) Di PT.Inti Indosawit Subur Bulian Kecamatan Maro Sebi Ilir Kabupaten Batanghari," *Sosio Ekonomika bisnis* 17, no.2 (2014): 83.

b. Faktor internal

Faktor yang berasal dari dalam rumah tangga, seperti ekonomi dan kehadiran tanggung jawab di rumah membuat merasa jenuh, mendorong mereka untuk mencari kegiatan lain, terutama saat anak-anak mulai bersekolah, untuk memenuhi kebutuhan emosional mereka.[32]

3. Dampak ibu yang bekerja

Terdapat dampak positif dan negatif pada ibu yang bekerja yaitu:

a. Dampak positif

Peran perempuan dalam karir dapat membantu mengurangi tanggungan finansial keluarga yang biasanya hanya ditanggung oleh suami, yang mungkin tidak selalu dapat memenuhi semua kebutuhan. Dengan partisipasi aktif perempuan dalam mencari penghasilan, maka potensi krisis ekonomi dapat diminimalkan.

Perempuan yang aktif dalam berkarir dapat memberikan pemahaman dan penjelasan kepada keluarganya, terutama kepada anak-anaknya, tentang kegiatan yang dijalani. Kesuksesan dan prestasi dalam berkarir oleh seorang ibu dapat membuat anak-anaknya merasa bahagia dan bangga, bahkan menganggap ibunya sebagai contoh dan teladan untuk masa depan mereka.

Perempuan sangatlah penting untuk kemajuan dan kesejahteraan Masyarakat serta negara, mengingat potensi yang dimilikinya. Terdapat bahkan perkerjaan tertentu yang mungkin tidak dapat dilakukan oleh laki-laki namun dapat diselesaikan oleh Perempuan, baik karena keahlian maupun bakat yang dimiliki oleh mereka.

Melalui pengembangan karir, Perempuan umumnya menjadi lebih bijaksana dalam mendidik anak-anak mereka, cenderung bersikap lebih demokratis dari pada otoriter. Melalui pengalaman karir, mereka dapat

[32] Mahshid Jalilvand, "Marrid Women, Work, And Values," *Monthly Labbor Review* 123, no.8 (Agustus 2000): 27.

mengembangkan pola pikir yang moderat. Ketika menghadapi masalah rumah tangga, mereka cenderung mencari solusi secara tepat dan efektif.

Melalui pengembangan karir, Perempuan yang mengalami kesulitan dalam rumah tangga atau menghadapi masalah Kesehatan mentalnya akan merasa terhibur dan jiwa mereka akan mendapatkan pemulihan yang lebih baik.

b. Dampak negatif

Terhadap anak, fokus utama perempuan pada karir dapat memiliki dampak pada pembinaan dan pendidikan anak-anaknya, menyebabkan terjadinya situasi yang tidak diharapkan. Kekurangan komunikasi antara ibu dan anak-anaknya dapat menyebabkan retaknya hubungan sosial. Anak-anak mungkin merasa diabaikan oleh orang tua mereka, yang dapat mengakibatkan penurunan tingkat sopan santun dan penolakan terhadap nasihat orang tua. Hal ini umumnya disebabkan oleh kurangnya keseimbangan dan kenyamanan dalam kehidupan anak-anak, yang dapat menyebabkan ketidakpatuhan terhadap norma-norma sosial.

Terhadap suami, seorang istri yang bekerja di luar rumah mungkin merasa lelah setelah pulang dari perkerjaannya, sehingga ia mungkin tidak dapat memberikan perhatian yang cukup kepada suaminya. Hal ini dapat membuat suami merasa tidak puas dengan perannya sebagai suami. Untuk mengatasi masalah ini, suami mungkin mencari kepuasan di luar rumah.

Terhadap rumah tangga, kekacauan dalam rumah tangga dapat disebabkan oleh rumah tangga yang juga memiliki karir di luar rumah, sehingga waktu dan perhatiannya terbagi. Hal ini mengakibatkan kesulitan dalam menjalankan perannya sebagai istri dan ibu rumah tangga. Dampaknya bisa menciptakan konflik, bahkan potensi perceraian jika tidak ada pemahaman yang baik dari suami.

Terhadap masyarakat, perempuan yang memiliki karir namun kurang memperhatikan interaksi dengan masyarakat di lingkungan kerja atau dalam kehidupan sehari-hari dapat mengakibatkan dampak negatif bagi kehidupan

masyarakat.[33]

Berdasarkan penjelasan di atas, ibu bekerja memberikan dampak positif dan negatif secara bersamaan. Ini mencakup pengaruh terhadap kesejahteraan pribadi ibu, dampak dalam karier, serta kontribusi terhadap dinamika kehidupan keluarga dan peran dalam pengasuhan anak-anak.

Selain itu, ibu yang bekerja sering kali menghadapi tantangan yang lebih besar dalam menyeimbangkan tuntutan pekerjaan yang harus dipenuhi dengan tanggung jawabnya sebagai pengasuh utama di rumah. Kesulitan ini muncul karena ibu harus membagi waktu dan energi antara menjalankan tugas-tugas profesional di tempat kerja dengan memenuhi kebutuhan emosional dan fisik anak-anaknya. Akibatnya, ibu yang bekerja cenderung mengalami tekanan yang lebih besar, yang pada gilirannya dapat menyebabkan peningkatan tingkat stres pengasuhan. Beban ganda ini, yang melibatkan peran sebagai pekerja sekaligus pengasuh, sering kali menambah tingkat kelelahan fisik dan mental, serta memperburuk kondisi stres yang dialami oleh ibu.

---

[33] Cucu Umi Nurfaridah, Habibi, Eki Sirojul Baehaqi, "Dampak Dari Wanita Karir Terhadap Keharmonisan Rumah Tangga Dalam Pandangan Hukum Islam," *Jurnal Hukum Islam* 1, no.1 (2023): 18-19.

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Lokasi Dan Waktu Penelitian

a. Lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di daerah kecamatan Lolak, peneliti tertarik mengambil lokasi penelitian di sana karena ibu yang bekerja tapi kurangnya pemahaman dan informasi tentang *pareting stress*.

b. Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan mulai dari dikeluarkannya surat izin penelitian, dengan tenggat waktu yang ditentukan, dalam kurun waktu 5 bulan. Mulai dari bulan Juli – November 2024. Dalam waktu 4 bulan akan dilakukan pengumpulan data dan sudah dilakukan pengolahan data dengan meliputi penyusunan skripsi dan tahap bimbingan.

B. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian lapangan (*filed research*) karena penelitian dilakukan secara intensif dan peneliti harus terlibat dengan masyarakat untuk mengumpulkan informasi yang sedang diteliti.

Creswell menjelaskan penelitian kualitatif sebagai suatu metode upaya untuk menyelidiki dan mendalami suatu fenomena inti. Untuk memahami fenomena inti tersebut, para peneliti melakukan wawancara dengan peserta penelitian atau partisipan menggunakan pertanyaan yang bersifat umum dan luas.[34]

Penelitian ini menggunakan Jenis penelitian fenomenologi, dasar teoritis dari pendekatan ini adalah filsafat fenomenologi yang pada intinya mengizinkan fenomena-fenomena yang disadari untuk secara alami muncul. Dalam konteks ini,

[34] Conny R.Semiawan, *Metode Penelitian Kualitatif,* (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2010), 7.

sesuatu akan muncul sesuai dengan penampakannya sendiri.[35] Fenomenologi berupaya untuk mengeksplorasi dan mengerti sebuah fenomena beserta konteksnya yang unik dan khas yang dialami oleh individu. Dengan pendekatan yang terfokus, fenomenologi bertujuan untuk menggali dan memahami makna dari pengalaman individu terkait dengan fenomena tersebut.[36]

C. Sumber Data

Penelitian ini menggunakan dua sumber data, yaitu sumber data primer dan sekunder.

a. Data primer

Data primer merujuk pada informasi yang diperoleh langsung dari sumber pertama melalui berbagai metode seperti wawancara, observasi, atau penggunaan alat pengukuran yang dirancang khusus sesuai dengan tujuan penelitian.[37]

b. Data sekunder

Data sekunder merujuk kepada informasi yang diperoleh dari sumber tidak langsung seperti dokumen dan arsip resmi yang telah ada sebelumnya.[38]

D. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 3 macam teknik pengumpulan data, yaitu:

a. Observasi

Data dikumpulkan melalui observasi *partisipatif*, di mana peneliti aktif terlibat dalam kegiatan yang diamati, menjadi bagian dari mereka dan di teliti dari awal hingga akhir.[39] Penelitian ini menggunakan alat bantu berupa buku catatan untuk

---

[35] Semiawan, 40-41.
[36] Feny Rita Fiantika dkk, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Padang: Pt Global Eksekutif Teknologi, 2022), 135.
[37] Masyhuri Machfudz Vivin Maharani Ekowati Achmad Sani Suoriyanto, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Malang: Literasi Nusantara Abadi, 2022), 40.
[38] Machfudz dkk, 41.
[39] Machfudz dkk, 41.

mencatat dan alat bantu *handphone* untuk merekam suara serta mengambil gambar saat melakukan observasi. Dalam metode ini peneliti mengumpulkan data yang berkaitan yaitu:

1. Mengamati interaksi antara ibu dan anak
2. Mengamati aktivitas sebagai ibu rumah tangga dan ibu yang bekerja
3. Mengamati perilaku ibu ketika mengalami stres

b. Wawancara

Wawancara adalah pertemuan di antara dua individu yang bertukar informasi dan gagasan melalui dialog bertanya jawab, yang bertujuan untuk mengembangkan pemahaman tentang topik tertentu. Teknik wawancara digunakan dalam pengumpulan data baik untuk studi pendahuluan guna mengidentifikasi masalah yang relevan, maupun untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam dari responden.[40] Cresswell menjelaskan metode wawancara sering dipilih untuk pengumpulan data dalam penelitian kualitatif karena sering kali terkait dengan paradigma *konstrutivisme* atau kritis.[41] Pada penelitian ini, peneliti menggunakan jenis wawancara tak berstruktur (*unstructured interview*) yaitu Ketika peneliti tidak mengikuti pedoman wawancara yang telah disusun secara terstruktur dan komprehensif untuk mengumpulkan data. Pedoman yang digunakan hanya mencakup garis besar masalah yang akan dibahas. Dalam wawancara tidak terstruktur, peneliti tidak memiliki pengetahuan pasti tentang data yang akan diperoleh, sehingga lebih banyak mendengarkan narasi yang disampaikan oleh responden.[42] Adapun subjek dari metode wawancara ini yang terkait yaitu:

1. Ibu yang berusia 20 – 35 tahun dan sedang bekerja.
2. Ibu yang bekerja selama 8-9 jam perhari
3. Ibu yang mempunyai anak dua atau lebih
4. Suami dari subjek yaitu ibu
5. Keluarga dan teman terdekat subjek

---

[40] Muhamad Hasan dkk, *Metode Penelitian Kualitatif,* (Makassar: Tahta Media Grup, 2022), 162.
[41] Puji Rianto, *Metode Penelitian Kualitatif,* (Yogyakarta: Komunikasi UII, 2020), 76.
[42] Hasan dkk, 163.

c. Studi dokumentasi

Studi dokumentasi adalah rekaman dari peristiwa yang telah terjadi di masa lampau. Mereka dapat berupa teks, gambar, atau karya signifikan individu. Contohnya, dokumen teks mencakup catatan harian, sejarah kehidupan, dan biografi. Sedangkan dokumen gambar meliputi foto, gambar hidup, dan sketsa. Dokumen dalam bentuk karya seni dapat berupa gambar, patung atau film. Penggunaan studi dokumen merupakan tambahan penting dalam penelitian kualitatif, bersanding dengan metode observasi dan wawancara.[43]

E. Analisis Dan Keabsahan Data

1. Analisis data

Menurut Miles dan Huberman analisis data melibatkan tiga langkah utama yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.[44]

a. Reduksi data

Reduksi data melibatkan pemilihan informasi yang kursial dari sejumlah besar data yang terkumpul. Saat mengumpulkan data, peneliti mengambil semua informasi terkait dengan subjek penelitian, namun perlu memilih data yang paling relevan untuk fokus penelitian.

b. Penyajian data

Penyajian data difokuskan untuk menyusun data yang sudah direduksi secara terstruktur dan teratur, sehingga lebih mudah dipahami dan digunakan untuk merencanakan langkah-langkah penelitian berikutnya. Pada tahap ini, peneliti berupaya mengorganisir data yang relevan agar dapat diinterpretasikan dengan jelas dan memiliki signifikansi yang bermakna.

c. Verifikasi data

Penarikan kesimpulan adalah tahapan analisis akhir yang dilakukan oleh peneliti pada akhir penelitiannya. Kesimpulan dapat dicapai setelah semua data

---

[43] Muhamad Hasan dkk, *Metode Penelitian Kualitatif,* (Makassar: Tahta Media Grup, 2022), 165.
[44] Rianto, 99.

terkumpul dan seluruh proses analisis data, termasuk reduksi dan penyajian data, telah selesai dilakukan. Hanya pada saat itu peneliti dapat membuat kesimpulan berdasarkan seluruh hasil penelitiannya.[45]

2. Keabsahan data

Creswell menjelaskan pengumpulan data dalam penelitian kualitatif melibatkan interaksi langsung antara peneliti dan subjek penelitian. Proses ini memerlukan investasi waktu yang signifikan untuk memastikan data yang terkumpul mencukupi untuk menjawab pertanyaan penelitian, sehingga hasilnya dapat memberikan kontribusi yang berarti bagi pembaca dan pengguna hasil penelitian. Ini disebabkan oleh pentingnya peran peneliti di lapangan atau tempat pengumpulan data sebagai sumber informasi yang mendalam. Keabsahan informasi tersebut perlu diukur agar dapat memberikan jawaban yang akurat terhadap pertanyaan penelitian. Data yang valid dalam penelitian kualitatif adalah data yang konsisten antara informasi yang ditemukan di lapangan dan yang dilaporkan dalam penelitian.[46]

[45] Hasan dkk, 224 – 228.
[46] Hasan dkk, 198.

DAFTAR PUSTAKA

Adrianti Agustin, Ressy Mardiyanti, Aprilya Dian Anggraeni, and Alfira Ayu Talita. "Peran Mindful Parenting Terhadap Stress Pengasuhan Ibu Berkerja." *Journal Of social Research*, 2024.

Ahern, Lisa Senator. *Psychomeric Properties Of The Parenting Stress Index.* Raleigh: North Carolina State University, 2004.

Apreviadizy, pirous, and Ardhiana Puspitacandri. "Perbedaan Stress Ditinjau Dari Ibu Berkerja Dan Tidak Berkerja." *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 2014: 59.

Dabrowska, Anna , and Ewa Pisula. "Parenting Stress And Coping Styles Fathers Of Pre-School Children With Autism And Syndrome." *Journal Of Intellectual Disability Research* , 2010: 266.

Deckard, Kirby Deater. *Parenting Stress.* London : Yale Universitas Press, 2004. Dey, Biplob Kumar. "Parenting Stress And Children Depression." *He Chittagong University J. Of Biological Science*, 2013: 6.

Fiantika, Feny Rita. *Metodologi Penelitian Kualitatif* . Padang : PT Global Eksekutif Teknologi, 2022.

G, Tertia Rachmi. *Hubungan Antara Family Resilience Dengan Parenting Stress Pada Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Spektrum Autisme Serta Tinjauan Dalam Islam.* Skripsi, Jakarta : Universitas Yarsi, 2018.

Ghina, Fathana, and Yulia Fitriani. "Regulasi Emosi Dan *Parenting Stress* Pada Ibu Berkerja." *Jurnal psikologi Terapan dan Pendidikan* , 2022: 98.

Gunarsa, Singgih D. *Dari Anak Sampai Usia Lanjut* . Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2004.

Hanum, Cut Fazli. "Dampak Ibu Berkerja Terhadap Perkembangan Sosial- Emosional Pada Lingkungan Belajar Kanak-Kanak Umur 5 Tahun Di Banda Aceh, Indonesia ." *Jurnal Buah Hati* , 2015: 28.

Hasan, Muhamad. *Metode Penelitian Kualitatif* . Makassar : Tahta Media Grup , 2022.

Jalilvand, Mahsid. "Marrid Women Work, And Values ." *Monthly Labor Review* , 2000: 27.

Lestari, Sri. *Psikologi Keluarga.* Jakarta: Kencana, 2012.

Machfudz, Masyhuri, Vivin Maharani Ekowati, and Achmad Sani Supriyanto. *Metodologi Penelitian Kualitatif.* Malang: CV. Literasi Nusantara Abadi, 2022.

Malahayati, Cut, and Linda Yarni. "Tingkat Parenting Stress Ibu Yang Bekerja Di Jati Dua Kampung Cubadak Kecamatan Pasaman Kaabupaten Pasaman Barat." *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 2022: 4188.

Manalu, Afriyame , Rosyani, and Saidin Nainggolan. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Wanita Bekerja Sebagai Buruh Haria Lepas (LBH) Di PT Inti Indosawit Subur Bulian Kecamatan Maro Sebi Ilir Kabupaten Batanghari ." *Sosio Ekonomi Bisnis* , 2014: 83.

Navisa Akmalia, and Arum Febriani . "Parenting Stress Pada Ibu Yang Bekerja: Peran Self-Compassion Dan Dukungan Sosial." *Jurnal Ilmu Perilaku* , 2021: 118.

Nova Nova, and Dwi Ispriyanti. "Analisis Tingkat Stres Wanita Karir Dalam Peran Gandanya Dengan Regresi Logistik Oradinal ." *Media Statistika*, 2012: 47.

Nurfaridah , Cucu Umi, Habibi, and Eka Sirojul Baehaqi. "Dampak Dari Wanita Karir Terhadap Keharmonisan Rumah Tangga Dalam Pandangan Hukum Islam." *Jurnal Hukum Isalam*, 2023: 18-19.

Qurota a'yuni, Muhamad Rijaal, Dede Mulyadi, and Rista Erika . "Pendidikan Diri Dan Keluarga Anggota Keluarga Perspektif Q.S AT TAHRIM AYAT 6"*Jurnal Pendidikan Islam*, 2023: 2.

Rioanto, Puji. *Metode Penelitian Kualitatif.* Yogyakarta : Komunikasi UII, 2020.

Rizal, Gumi Langerya, dan Zulian Fikry. “Pengaruh Work Family Conflict Terhadap Parenting Stress Ibu Yang Bekerja.” *Riset Aktual Psikologi*, 2022: 127.

Semiawan, Conny R. *Metode Penelitian Kualitatif* . Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia , 2010.

Tafsir Web. n.d. https://tafsirweb.com/10959-surat-at-taghabun-ayat-15.html (accessed juni 02, 2024).

Thohirah, Adazka Afifah. *Parenting Stress Pada Ibu Bekerja (Studi Deskriptif Yang Bekerja Di Bank).* Semarang: Universitas Negeri Semarang , 2021.

Widyasari, Kadek Anindita, and I Gusti Ayu Diah Fridari. "Dinamika

Kontril Diri Pada Ibu bekerja Yang Menjalani Latihan Yoga ." *Psikologi Udayana* , 2013: 85.

Williford, Amanda P, Susan Calkins, and Susan Phillips Keane. "Predicting Change In Parenting Stress Across Early Childhood: Child And Maternal Factors." *Journal Of Abnormal Child Psychology* , 2007.

Yulia Hairina, and Mahdi Fadhila. "Dinamika Parenting Stress Dan Strategi Coping Pada Ibu Berkerja." *Psycho Holistic*, 2019: 79.