

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Ibu dan ayah, memiliki peran penting dalam perkembangan anak. Tempat pertama tumbuh kembang anak adalah keluarga (Handayani, 2016). Dikatakan penting karena di dalam keluarga anak mulai memperoleh pengajaran dan bimbingan orang tua. Keluarga merupakan ruang terkecil dari sistem sosial anak, oleh karena itu orang tua harus melindungi dan memberikan suasana yang aman agar dapat mengembangkan sifat-sifat karakter yang positif. Mengasuh anak adalah tugas yang sangat penting dan sulit, serta dapat berdampak besar pada perkembangan anak (Sofyan, 2019). Pertumbuhan dan perkembangan anak akan mendapat manfaat dari praktik pengasuhan orang tua yang efektif (Yuki, 2017). Kedua orang tua bisa berperan sebagai pengasuh, bukan hanya ibu atau ayah. Bersama-sama, ibu dan ayah membantu anak-anak dalam menyelesaikan perkembangan mereka secara bertahap.

Pada jaman modern ini, jumlah perempuan bekerja semakin meningkat. Menurut Badan Pusat Statistika (BPS) pada tahun 2021 sebanyak 39,52% atau 51,79 juta penduduk usia 15 tahun ke atas yang bekerja adalah perempuan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) mengenai Survei Angkatan Kerja Nasional (Sukernas) pada tahun 2021 terdapat 36,65% total perempuan bekerja. Angka tersebut meningkat dibandingkan 2020 yakni sebanyak 36,20% total perempuan bekerja (BPS, 2021 diakses melalui <https://www.bps.go.id>). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat partisipasi perempuan dalam bekerja cukup tinggi. Bagi perempuan bekerja yang sudah menikah dan memiliki anak, peran ganda ini bukan hal yang mudah untuk dilakukan. Ibu yang bekerja harus memiliki keterampilan manajemen waktu untuk menyeimbangkan pekerjaan dan tanggung jawab rumah tangga. Alasan utama yang melatar belakangi ibu untuk bekerja terdapat beberapa faktor yaitu, kebutuhan finansial, kebutuhan sosial-reasional dan kebutuhan aktualisasi diri Rini (dalam Dewi, 2017). Banyak wanita bekerja di

Indonesia khususnya seorang ibu harus diimbangi dengan pelayanan kesehatan agar dapat terhindar dari masalah kesehatan kerja termasuk stres.

Mengasuh anak adalah salah satu dari banyak segi kehidupan di mana stres dapat terwujud. Stres dalam peran pengasuhan ibu dapat berdampak pada bagaimana ibu membesarkan anak-anaknya. Konflik antara pekerjaan dan pengasuhan pada wanita bekerja berdampak pada stres pengasuhan, menurut penelitian pada ibu bekerja oleh Kim (2015). Stres pengasuhan terjadi ketika ibu berjuang untuk menyeimbangkan tanggung jawab mereka di tempat kerja dan sebagai orang tua, dan hal tersebut berdampak pada perilaku, kesejahteraan, dan kemampuan anak (Berry & Jones, 1955). Dibandingkan dengan ibu rumah tangga, wanita bekerja lebih cenderung mengalami stres pengasuhan. Hal ini disebabkan oleh kewajiban waktu, mental, dan fisik yang harus dipenuhi di rumah atau di tempat kerja, yang dapat melelahkan para ibu. Kelelahan membuat ibu kurang mampu mengatasi stres dan dapat mempermudah ibu untuk menyakiti anak secara fisik, yang pada akhirnya akan berdampak negatif pada anak (Lestari, 2018).

Stres yang dirasakan oleh orang tua sebagai orang tua akan berdampak pada anak. Data pemantauan dan evaluasi KPAI tahun 2020 di sembilan provinsi menunjukkan bahwa terdapat 91% anak mengalami kekerasan di rumah mereka. Ibu melakukan kekerasan 60% lebih banyak daripada ayah. (KPAI,2020 diakses melalui <https://www.kpai.go.id>). Di Kota Bandung tercatat di sepanjang tahun 2020 terdapat 431 kasus kekerasan terhadap anak yang ditangani oleh Dinas Pemberdayaan Perlindungan Perempuan dan Anak (DP3A) Kota Bandung. Angka tersebut meningkat 181 kasus dari jumlah total sebelumnya yang tercatat sebanyak 250 kasus (Dinas Pemberdayaan Perlindungan Perempuan dan Anak,2020). Terdapat penelitian yang dilakukan oleh Anggriani & Asi (2022) menyebutkan bahwa adanya hubungan positif antara stres pengasuhan dan perilaku kekerasan, dengan demikian semakin tinggi stres yang dirasakan oleh ibu maka semakin tinggi pula potensi kekerasan yang dilakukan pada anak. Hal ini menunjukkan bahwa angka kasus yang terus meningkat memicu adanya permasalahan yang perlu diperhatikan. Dampak negatif dari stres pengasuhan harus dilakukan upaya untuk

mencegah dan mengelola dengan baik stres pengasuhan tersebut, agar anak-anak tidak terkena dampaknya seperti kekerasan.

Penelitian mengenai stres pengasuhan sudah banyak dilakukan, namun stres pengasuhan tersebut banyak ditunjukkan kepada ibu yang memiliki anak dengan kebutuhan khusus. Seperti salah satunya penelitian yang dilakukan Munawaroh & Amalia (2019) dengan judul “Keberfungsian Keluarga dengan Stres Pengasuhan Ibu yang Memiliki Anak *Autistic Spectrum Disorder* (ASD)” dari penelitian yang telah dilakukan, hasil menunjukkan terdapat hubungan negatif antara keberfungsian keluarga dengan stres pengasuhan terhadap ibu yang memiliki anak autis. Peran keluarga sangat penting dalam hal tersebut, karena stres pengasuhan anak menurun jika keberfungsian keluarga dapat meningkat. Penelitian yang sama mengenai stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dilakukan oleh Auliya (2014) berjudul “Hubungan antara Kepribadian Hardiness dengan Stres Pengasuhan Pada Ibu yang Memiliki Anak *Cerebral Palsy*” penelitian mengungkapkan bahwa hasil dari penelitian tersebut adanya hubungan antara kepribadian *hardiness* dengan stres pengasuhan ibu. Penelitian lain dilakukan oleh Ramadhani (2016) dengan judul “Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB Dhrama Bakti Pertiwi” menunjukkan bahwa faktor-faktor yang tidak berhubungan dengan stress pengasuhan ibu dengan usia anak dan jenis kelamin anak. Sedangkan yang berhubungan dengan pengasuhan ibu dengan taraf tunagrahita anak, usia ibu, pekerjaan, penghasilan, pendidikan dan dukungan sosial. Di antara faktor-faktor tersebut didapatkan bahwa taraf tunagrahita anak merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap stres pengasuhan pada ibu. Adapun penelitian yang membahas stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tidak berkebutuhan khusus yaitu penelitian yang dilakukan oleh Aisha & Aska (2022) dengan judul “Tingkat Stres Pengasuhan Pada Ibu di Desa Waluya Kabupaten Karawang” menunjukkan bahwa ibu yang mengalami tingkat stres pengasuhan rendah sebesar 83,9 % sedangkan ibu yang mengalami tingkat stres pengasuhan tinggi sebesar 16,1 % dari hasil tersebut diharapkan dengan meminimalisir stres pengasuhan maka dapat menurunkan tingkat kekerasan pada anak yang dilakukan oleh orang tua.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Thohiroh (2020) yang berjudul “*Parenting Stress Pada Ibu Bekerja (Studi Deskriptif Pada Ibu yang Bekerja Di Bank)*” menunjukkan hasil pada kasus tersebut ibu yang bekerja di bank menunjukkan *parenting stres*, namun pada kategori rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Gani & Kumalasari (2019) mengenai “*Be Mindful, Less Stress : Studi Tentang Mindful Parenting dan Stres Pengasuhan Pada Ibu Dari Anak usia Middle Childhood di Jakarta)* *mindful parenting* memiliki peran penting dengan data yang diperoleh sebesar 39,7%. Ketika ibu menerapkan *mindful* maka tingkat stres yang dialami semakin rendah. Penelitian mengenai stres pengasuhan pada ibu juga dilakukan oleh Indrawati (2020) yang melakukan perbedaan antara hasil pretest dan posttest menunjukkan hasil adanya penurunan tingkat stres pengasuhan yang dialami oleh ibu melalui program positif parenting.

Memanfaatkan pendekatan *mindful parenting* merupakan salah satu cara untuk mengurangi dalam proses mengasuh anak (Gethin, 2011). Metode parenting yang dikenal sebagai “*mindful parenting*” berfokus pada momen saat ini, tanpa menghakimi anak-anak, dengan memperhatikan aspek-aspek tertentu dan memiliki tujuan yang jelas (McCaffery, 2016). Gagasan pengasuhan yang penuh perhatian menekankan pada pengasuhan yang sadar atau memberikan perawatan sambil sepenuhnya sadar. Telah ditunjukkan bahwa pendekatan *mindful parenting* dapat menurunkan stres, meningkatkan perilaku sosial anak, meningkatkan kesenangan mengasuh anak, meningkatkan komunikasi orang tua-anak, dan bahkan dapat mengelola anak autis dan ADHD (Beer, Ward & Moar, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Febriani (2019) dengan judul “*Mindful Parenting Bagi Ibu dengan Balita di Cempaka Putih*” yang dilakukan melalui diskusi dan latihan terkait *mindful parenting*, beberapa ibu memiliki kesulitan bagaimana cara menghadapi anak dengan permasalahan seperti tantrum, susah makan dan lain-lain. Hasil dari pelatihan menunjukkan peningkatan pemahaman, kemauan dan kemampuan melakukan model pengasuhan *mindful parenting*. Penelitian lain yang dilakukan oleh Saraswati & Febriani (2018), yang mana penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan *mindful parenting* dengan gaya pengasuhan ibu. Penelitian ini dilakukan pada 100 ibu yang memiliki anak usia dini di Indonesia.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang memiliki anak usia 3-6 tahun memiliki hubungan yang positif antara pola asuh mindful dan pola asuh otoritatif.

Mengacu pada beberapa penelitian terdahulu, bahwa stres pengasuhan yang terjadi pada ibu memiliki pengaruh besar terhadap anak. Penelitian mengenai *Mindful Parenting* dengan stres pengasuhan lebih banyak ditunjukkan pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Padahal mengasuh anak yang tidak berkebutuhan khusus terdapat tantangan tersendiri terutama pengasuhan pada ibu bekerja. Selain itu, adapun penelitian ditunjukkan pada ibu yang tidak memiliki anak berkebutuhan khusus yaitu penelitian mengenai stres pengasuhan pada ibu bekerja yang membahas seberapa besar stres yang dialami oleh ibu, namun tidak ada solusi pengasuhan atas stress yang dirasakan seperti *mindful parenting*. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan *Mindful Parenting* dengan Stres Pengasuhan pada Ibu Bekerja yang Memiliki Anak Usia dini”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka dirumuskan bahwa rumusan masalah pada penelitian ini adalah?

Apakah terdapat hubungan antara *mindful parenting* dan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang memiliki anak usia dini?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan *mindful parenting* dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang memiliki anak usia dini

1.4 Manfaat Penelitian

1.2.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan saran dalam ilmu parenting, khususnya bagi para ibu yang memiliki anak usia dini

1.2.2 Manfaat Praktis

a. Bagi ibu

Temuan penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan yang tersedia bagi para ibu, memungkinkan mereka untuk melatih sikap *mindful* dalam semua aspek pengasuhan anak.

b. Bagi Praktisi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu acuan bagi instansi yang memiliki karyawan seorang ibu yang memiliki anak agar lebih memperhatikan kondisi karyawan.

1.5 Struktur Organisasi

Sistematika dalam penulisan karya tulis ilmiah terdiri dari V BAB

BAB I PENDAHULUAN, pada bab ini akan menjelaskan mengenai latar belakang penelitian dan selanjutnya akan mencakup permasalahan yang berkenaan dengan hubungan *mindful parenting* dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang memiliki anak usia dini

BAB II LANDASAN TEORI, Pada bab ini dibagi menjadi beberapa bagian utama, yang selanjutnya pada bagian utama tersebut terdapat pembahasan masing-masing. Bab ini menjelaskan mengenai teori yang berkaitan dengan topik penelitian dan variabel penelitian.

BAB III METODE PENELITIAN, Pada bab ini melakukan penguraian dari metode penelitian yang akan dilakukan; jenis dan desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, lokasi, definisi operasional, instrument penelitian, isu etik hingga analisis data

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN, Pada bab ini menguraikan hasil penelitian serta pembahasan mengenai hubungan *mindful parenting* dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang memiliki anak usia dini

BAB V PENUTUP, pada bab ini dibahas mengenai kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan berupa jawaban dari masalah yang telah dirumuskan pada BAB I. Selanjutnya saran dan rekomendasi bagi orang tua dan peneliti selanjutnya yang akan membahas topik yang relevan.