

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menjadi orang tua di tengah pandemi Covid-19 memerlukan tanggung jawab yang lebih besar. Pada awalnya, tanggung jawab tersebut dalam ranah mengasuh anak, mengajarkan mereka bagaimana cara mempersiapkan diri ketika berpartisipasi dalam masyarakat, berperilaku ketika berada di lingkungan masyarakat, serta bertanggung jawab atas pemenuhan semua kebutuhan dasar anak-anaknya.¹

Kemudian pandemi Covid-19 melahirkan ancaman dan menyebabkan banyak perubahan besar dalam kehidupan sehari-hari, di antaranya aspek kesehatan, ekonomi, sumber daya, dan psikologis.² Adanya larangan melakukan kegiatan dengan tatap muka secara langsung, seperti aktivitas kantor dan belajar mengajar, yang membuat aktivitas tersebut dilaksanakan secara daring (*online*) dengan tujuan meminimalisir kemungkinan penyebaran virus. Selain itu, masyarakat diwajibkan melaksanakan 5M yakni mencuci tangan menggunakan sabun, menjaga jarak, memakai masker, mengurangi mobilitas, serta menjauhi kerumunan.³

¹Stephanie Lestari dan Yapina Widyawati, "Gambaran Parenting Stress Dan Coping Stress Pada Ibu Yang Memiliki Anak Kembar," *Jurnal Psikogenesis* 4, no. 1 (2016): 41–57.

²Dewi Kumalasari dan Endang Fourianalistyawati, "Dampak Covid-19 dan Harsh Parenting pada Ibu: Peran Mediasi Stres Pengasuhan," dalam *Proceeding International E-Conference & Call For Paper KPIN* (Online: Udayana Press, 2020), 571–80.

³Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, "5M di Masa Pandemi Covid-19 di Indonesia," dalam <http://www.padk.kemkes.go.id/article/read/2021/02/01/46/5-m-dimasa-pandemi-Covid-19-di-indonesia.html>, diakses 16 Agustus 2021.

Peran sebagai orang tua bertambah ketika pemberlakuan pembatasan sosial berskala besar berlaku, yang membuat sekolah melakukan aktivitas belajar mengajar secara daring. Di masa Covid-19, orangtua memiliki peran melindungi serta mengajarkan anak agar mempraktikkan pola hidup bersih serta sehat sesuai protokol kesehatan, menemani anak ketika mengerjakan tugas sekolah, melaksanakan aktivitas yang bervariasi dan inovasi bersama ketika di rumah, membuat suasana dan tempat yang nyaman bagi anak, aktif berkomunikasi dengan anak secara hangat, bermain dengan anak, melindungi anggota keluarga, memberikan nafkah serta memenuhi kebutuhan dasar, memberikan bimbingan serta motivasi untuk anak, yang terakhir menjaga nilai keagamaan anak.⁴

Namun, kendala mendampingi anak dalam belajar pun tidak dapat dihindari. Orang tua dituntut untuk dapat membagi waktu secara baik dan cermat, bertanggung jawab untuk mengimbangi pekerjaan dan pengasuhan. Seperti orang tua yang bekerja, selain bekerja dan mengurus rumah, orang tua dituntut untuk menjadi guru hingga mempelajari materi serta bahan belajar anak.⁵ Selain dampak tersebut, adanya penambahan biaya pembelian kuota internet untuk daring akan membuat beban pengeluaran orang tua bertambah.⁶

Tidak hanya dari orang tua, kendala juga datang dari anak, seperti ketika di awal pemberlakuan pembelajaran daring. Sistem belajar yang awalnya

⁴Euis Kurniati, Dina Kusumanita Nur Alfaeni, dan Fitri Andriani, "Analisis Peran Orangtua dalam Mendampingi Anak di Masa Pandemi Covid-19," *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 5, no. 1 (2020): 241–56.

⁵Fitri Izzati dan Iqamah Dyah Mumpuni, "Sekolah Daring PAUD: Sebuah Tantangan di Tengah Pandemi," dalam *Proceeding International E-Conference & Call For Paper KPIN* (Online: Udayana Press, 2020), 305–14.

⁶Agus Purwanto dkk., "Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar," *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling* 2, no. 1 (2020): 1–12.

dilaksanakan secara tatap muka, diganti menjadi daring. Hal ini menyebabkan murid-murid membutuhkan waktu beradaptasi dan secara tidak langsung dapat berpengaruh terhadap proses belajar mengajar. Para murid juga mulai jenuh berada di rumah karena mereka terbiasa melakukan kegiatan di luar rumah, seperti pergi ke sekolah dan bertemu teman-temannya,⁷ adanya perilaku anak yang mengulur waktu dalam mengerjakan tugas sekolah, kurangnya kemampuan anak dalam mencerna materi atau mengerjakan tugas sekolah, serta sikap anak yang nonkooperatif selama belajar di rumah. Beberapa hal di atas dapat menjadi pemicu munculnya stres pengasuhan.⁸

Selain dalam ranah pendidikan dan pengasuhan, orang tua juga dihadapkan dengan kekhawatiran dan kecemasan terhadap pemutusan hubungan kerja (PHK) karena semenjak terjadi pandemi Covid-19 pada bulan Februari 2020, menyebabkan penurunan jumlah permintaan barang yang membuat perusahaan mengambil keputusan untuk melakukan PHK pada sebagian karyawan, baik karyawan kontrak maupun karyawan tetap.⁹

Seperti yang dikatakan oleh Bigner, bahwa menjadi orang tua dapat membuat sebagian besar pasangan mengalami stres hingga merasa kesulitan dibandingkan dengan yang pernah mereka bayangkan.¹⁰ Secara umum stres memiliki definisi yaitu respon organisme terhadap stimulus yang tidak

⁷Purwanto dkk.

⁸Kumalasari dan Endang Fourianalistyawati, "Dampak Covid-19 dan Harsh Parenting pada Ibu: Peran Mediasi Stres Pengasuhan."

⁹Andreas Corsini Widya Nugraha dan Erli Setia Prenjani, "Hubungan Antara Kecemasan Terkait Isu Ancaman PHK Imbas Wabah Covid-19 Terhadap Motivasi Kerja Karyawan Pada Manufacturing Automotive Di Bekasi," dalam *Proceeding International E-Conference & Call For Paper KPIN* (Online: Udayana Press, 2020), 1–8.

¹⁰Lestari dan Widyawati, "Gambaran Parenting Stress Dan Coping Stress Pada Ibu Yang Memiliki Anak Kembar."

menyenangkan atau merugikan yang didapatkan olehnya dan proses ini dialami seseorang ketika berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.¹¹ Dalam pengertian lain, stres merupakan kondisi yang tidak menyenangkan yang dihadapi oleh seseorang ketika menilai bahwa tuntutan dari lingkungan melampaui batas kemampuan yang dimiliki olehnya.¹²

Stres dapat dirasakan oleh hampir seluruh individu termasuk dalam ranah pengasuhan. Perspektif Islam terhadap pengasuhan menegaskan bahwa tujuan utama dari pengasuhan anak yaitu membantu anak untuk tumbuh dan berkembang agar menjadi orang yang saleh dan bahagia.¹³ Hal ini berbanding terbalik ketika orang tua mengalami stres pengasuhan, sebagaimana yang dikatakan oleh Deater-Deckard bahwa, stres pengasuhan digambarkan sebagai suatu rangkaian proses yang membawa seseorang kepada suatu keadaan psikologis yang tidak disenangi serta respons psikologis yang timbul dalam usaha pengadaptasian diri dengan tuntutan peran menjadi orangtua.¹⁴

Pengaruh besar stres pengasuhan terhadap keterampilan pengasuhan ditunjukkan dari banyak penelitian, di antaranya Berry & Jones mengatakan orang tua yang tidak mendukung anaknya, mudah tersinggung, serta kurang memberikan kasih sayang untuk anaknya, merupakan pengaruh yang muncul ketika orang tua

¹¹Isma Junida, "Hubungan Health Hardiness dengan Parenting Stres pada Warga Peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang" *Skripsi* (Malang: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015), 5.

¹²Umi Mawardah, Siswati, dan Farida Hidayati, "Relationship Between Active Coping with Parenting Stress In Mother of Mentally Retarded Child," *Jurnal Psikologi* 1, no. 1 (2012): 1–14.

¹³Irwan Nuryana Kurniawan dan Qurotul Uyun, "Penurunan Stres Pengasuhan Orang Tua Dan Disfungsi Interaksi Orang Tua-Anak Melalui Pendidikan Pengasuhan Versi Pendekatan Spiritual (PP-VPS)," *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)* 5, no. 1 (2013): 111–30.

¹⁴Sri Lestari, *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2018), 41.

mengalami stres pengasuhan. Pengaruh lainnya, ditunjukkan dengan sikap kaku, kasar, serta kritis ketika menghadapi anaknya.¹⁵ Menurut DeaterDeckard, selain berdampak pada orang tua, stres pengasuhan juga berdampak buruk pada keadaan psikologis anak seperti timbulnya simptom-simtom depresi, kecemasan, hingga keluhan somatik.¹⁶ Bahkan akan berdampak buruk pada pembentukan kepribadian anak.¹⁷ Mengetahui dampak yang ditimbulkan tersebut, maka stres pengasuhan tidak dapat diabaikan begitu saja.

Menurut Cooper, McLanahan, Meadows, dan Brooke-Guns, yang dimaksud dengan stres pengasuhan adalah suatu keadaan atau perasaan orang tua yang merasa tidak memiliki kemampuan dalam memenuhi tuntutan sebagai orang tua, yang disebabkan oleh sumber pribadi dan sosial yang tidak memadai. Hal ini mengakibatkan adanya tekanan psikologis yang dirasakan oleh orang tua, khususnya adalah ibu.¹⁸ Pernyataan ini diperkuat oleh pernyataan dari Tehee, Honan & Hevey bahwa tingkat stres ibu terkait dengan pengasuhan lebih tinggi dibanding ayah. Berikut perbandingan di antara keduanya.¹⁹

¹⁵Kinanti Ayu Ratnasari, "Hubungan Parenting Stress, Pengasuhan Dan Penyesuaian Dalam Keluarga Terhadap Perilaku Kekerasan Anak Dalam Rumah Tangga," *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS. Dr. Soetomo* 3, no. 1 (2017): 85–95.

¹⁶Izmiyah Afaf Gani dan Dewi Kumalasari, "Be Mindful, Less Stress: Studi Tentang Mindful Parenting Dan Stres Pengasuhan Pada Ibu Dari Anak Usia Middle Childhoods Di Jakarta," *Jurnal Psikologi* 15, no. 2 (2019): 98–107.

¹⁷Lestari, *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*, 44.

¹⁸Resnia Novitasari, "Kecenderungan Perilaku Disruptif pada Anak Usia Prasekolah Ditinjau dari Stres Pengasuhan Ibu," *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah* 8, no. 2 (2016): 61–70.

¹⁹Erin Tehee, Rita Honan, dan David Hevey, "Factors Contributing To Stress In Parents Of Individuals With Autistic Spectrum Disorders," *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities* 22, no. 1 (2009): 34–42.

TABEL 1.1 SKOR RATA-RATA SAMPEL MENURUT JENIS KELAMIN

Variabel	Ayah	Ibu ibu
	M (SD)	M (SD)
Stres yang dirasakan (PSS-10)	14.4 (5.3)	20,5 (6,6) *
Stres terkait dengan Keterlibatan dalam pengasuhan (FSCQ-A) (IRQ)	20,8 (5.9)	29.6 (8.1) *
Dukungan (SQ)	20.7 (5.2)	29.1 (5.2) *
Informasi/pendidikan (IEQ)	27.6 (10.8)	27.8 (7.3)
	75.1 (42.2)	66.6 (31.3)

*P < 0,005.

Pada studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dalam wawancara dengan Ibu M (38 tahun) pada tanggal 20 Juni 2020, beliau mengatakan di masa libur sekolah karena pandemi Covid-19, beliau mengalami kesulitan ketika menyuruh anak belajar dan menghafal. Ketika anak mendapatkan tugas dari sekolah, Ibu M yang akan mengerjakan tugas tersebut. Ibu M mengaku khawatir apabila tidak bisa menjaga anak dengan baik ketika beliau dalam keadaan sibuk dan beliau khawatir apabila anak keluyuran serta hanya bermain *smartphone*.

TABEL 1.2 HASIL WAWANCARA BERSAMA IBU M

Kognitif (Pikiran)	Afektif (Perasaan)	Konatif (Perilaku)
Subjek berpikir tidak mampu menjaga anak karena sibuk bekerja.	Subjek merasa khawatir karena ketika liburan, anak hanya bermain <i>smartphone</i> , jalan-jalan, dan khawatir hafalan anak menjadi hilang.	Membiarkan anak bermain <i>smartphone</i> milik beliau dibanding mengambilnya.

Dari wawancara terhadap Ibu M, beliau mengalami kesulitan ketika menghadapi anak di masa liburan. Penyebabnya yaitu adanya Covid-19 yang mewajibkan belajar-mengajar dilakukan secara daring serta menuntut orangtua agar menjadi pendamping ketika proses daring dilaksanakan. Orang tua harus

mengosongkan waktu lebih banyak ketika menemani anak belajar secara daring dan pastinya akan mempengaruhi aktivitas mereka. Tidak jarang orang tua turut serta dalam belajar serta membantu dalam pengerjaan tugas anak.²⁰

Kekhawatiran lain yang dirasakan oleh Ibu M, yaitu pemakaian *smartphone*. Melalui *smartphone*, proses informasi menjadi sangat cepat dan luas, menjadikan anak mudah mengakses informasi secara mudah dan cepat, serta memudahkan dalam berkomunikasi dan bergaul dengan teman-temannya. Namun tidak hanya berdampak baik, penggunaan *smartphone* juga dapat memberikan pengaruh buruk yang membayangi anak-anak dan remaja. Seperti kecanduan game *online*, kekhawatiran terhadap akses pornografi, dan lain-lain.²¹

Beberapa faktor yang menjadi pencetus munculnya stress pengasuhan yaitu pertama, faktor tingkatan individu atau yang bersumber dari diri sendiri, seperti berasal dari orangtua ataupun anak. Faktor kedua, adalah faktor tingkat keluarga, yang bersumber dari konflik dalam keluarga serta struktur keluarga sehingga memicu munculnya stres pengasuhan. Ketiga, faktor tingkatan lingkungan, yang dapat berupa adanya konflik dengan orang sekitar, atau orang tua mengalami lebih banyak tekanan kerja.²²

Dalam pengasuhan, ibu memiliki peran rekreatif yang berfungsi menghadirkan kedamaian sehingga tidak adanya tekanan dalam keluarga, dan membuat anak merasakan kebahagiaan. Selain membutuhkan pengetahuan,

²⁰Purwanto dkk., “Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar.”

²¹Hamidah Nur Vitasari, “Motivasi Orang Tua Menyekolahkan Anak di Sekolah Berbasis Islam (Studi Kasus Di Desa Singosari Mojosongo Boyolali)” *Skripsi* (Salatiga: Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Salatiga, 2017), 4.

²²Lestari, *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*, 43.

bermain bersama anak juga memerlukan keterampilan, seperti keterampilan dalam mengelola emosi. Keterampilan dibutuhkan ketika menghadapi kondisi di masa pandemi sekarang, dimana ibu akan bersama anak sepanjang hari. Pada penelitian yang dilakukan oleh Diah Andika Sari, dkk menyebutkan bahwa sebanyak 41% responden sering merasakan kebosanan, 49% responden memberikan pernyataan kurang sanggup bermain dalam waktu yang lama bersama anak, karena apabila hal ini terus berlanjut, akan dapat menimbulkan dampak negatif lainnya.²³

Sebuah penelitian menyebutkan Covid-19 berdampak terhadap stres pengasuhan dan memiliki korelasi yang positif dan signifikan. Kemudian, apabila stres pengasuhan yang dialami ibu tinggi, maka praktek pengasuhan kasar yang dilakukannya juga tinggi. Jadi, kondisi yang dihadapi ibu selama pandemi Covid-19 dapat menjadi pemicu munculnya pengasuhan kasar, yang dimediasi oleh stres pengasuhan.²⁴

Stres pengasuhan mampu memberikan dampak buruk pada relasi orang tua dan anak, khususnya ibu yang lebih dominan terlibat pada kegiatan pengasuhan sejak anak dalam kandungan. Ibu yang mengalami stres cenderung memiliki kemungkinan akan menunjukkan sikap kurang kasih sayang, pengawasan, kurang penerimaan, dan lebih menampilkan pengendalian dan disiplin dengan cara melakukan tindakan kekerasan kepada anak. Disebutkan juga bahwa antara orang

²³Diah Andika Sari dkk., “Kesiapan Ibu Bermain Bersama Anak Selama Pandemi Covid-19, ‘di Rumah Saja,’” *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 5, no. 1 (2021): 476–89.

²⁴Kumalasari dan Endang Fourianalisyawati, “Dampak Covid-19 dan Harsh Parenting pada Ibu: Peran Mediasi Stres Pengasuhan.”

tua yang mengalami stres serta keahlian dalam mengatasinya, dapat berpengaruh dalam ikatan antara orang tua dan anak.²⁵

Beberapa ciri yang terlihat dari stres pengasuhan, yaitu berkurangnya kehangatan orang tua terhadap anak, bertambahnya pendisiplinan yang keras, perilaku pengasuhan cenderung berubah-ubah, hingga bisa membuat orang tua tidak peduli dengan perannya dalam mengasuh anak. Menurunnya kualitas pengasuhan akan berpengaruh pada meningkatnya masalah emosi dan masalah perilaku anak, misalnya anak bertindak kasar, tidak mau menurut, mudah merasa cemas, dan mudah merasa sedih.²⁶

Akibat dari stres pengasuhan ditunjukkan dengan beberapa kasus perilaku kekerasan oleh orang tua kepada anak, sebagaimana yang terjadi di Kupang, 3 Januari 2020 yakni seorang ibu membenturkan kepala anaknya berkali-kali. Diperkirakan anak tersebut dibunuh karena dia mengompol.²⁷ Serta yang terjadi di Kecamatan Penengahan, Lampung Selatan. Seorang ibu yang diduga mengalami depresi telah membunuh dua orang anak kandungnya yaitu SM yang berusia 11 tahun dan GD yang berusia 5 tahun.²⁸ Ibu merupakan pusat emosi dalam keluarga, stres pengasuhan yang tidak terselesaikan atau yang tidak segera mendapat

²⁵Lestari dan Widyawati, "Gambaran Parenting Stress Dan Coping Stress Pada Ibu Yang Memiliki Anak Kembar."

²⁶Feby Yutika Anshori, "Positive Parenting Program (Triple-P) Untuk Menurunkan Stres Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Usia Kanak-Kanak Awal," *Skripsi* (Malang: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, 2018), 4.

²⁷Adi Rianghepat, "Anak Dibunuh Ibu Kandung karena Mengompol, Jenazah Sempat Disalati," 3 Januari 2020, <https://news.okezone.com/read/2020/01/03/340/2149106/anak-dibunuh-ibu-kandung-karena-mengompol-jenazah-sempat-disalati>, diakses pada 10 Juli 2020.

²⁸Tri Purna Jaya, "Diduga Depresi, Seorang Ibu di Lampung Bunuh 2 Anak Kandungnya," 22 April 2020, <https://regional.kompas.com/read/2020/04/22/07270611/diduga-depresi-seorang-ibu-di-lampung-bunuh-2-anak-kandungnya?page=all>, diakses pada 10 Juli 2020.

penanganan dapat membuat seorang ibu menjadi lebih rentan mengalami gangguan psikologis, seperti depresi atau kecemasan.

Selain perilaku kekerasan terhadap anak, penelitian lain juga menerangkan akibat dari stres pengasuhan yaitu adanya kecenderungan untuk meniru gaya pengasuhan orang tua yang pernah didapatkan oleh anak dan diterapkan lagi ketika mengasuh anaknya. Ketika orang tua mengalami pengasuhan yang kurang baik di masa kecilnya, maka ada kemungkinan hal tersebut kembali diterapkan ketika individu tersebut mengasuh anaknya, kecuali dia mengerti bagaimana pola asuh yang baik serta mempunyai kehendak dan harapan untuk memberikan perubahan dari pola asuh yang negatif menjadi positif.²⁹ Oleh karenanya, sangat penting melakukan upaya-upaya yang mampu menekan stres pengasuhan ini.

Syukur, merupakan salah satu faktor yang berpengaruh dalam stres pengasuhan. Menurut al-Munajid, selalu bersyukur terhadap segala nikmat yang diberikan Allah Swt., kepada hamba-hamba-Nya merupakan satu faktor mengatasi stres. Sebab syukur adalah suatu cara dalam menyelesaikan problem sehingga membentuk atribusi positif dan telah terbukti dapat mencegah depresi serta stres. Penerimaan diri dan rasa syukur membuat individu merasakan kebahagiaan, penuh harapan serta lebih semangat dalam menikmati hidup.³⁰ Penelitian McCullough, Emmons, dan Tsang menjelaskan tentang seseorang yang mempunyai sifat syukur (*grateful*) condong memperlihatkan kepuasan hidup,

²⁹Anshori, "Positive Parenting Program (Triple-P) Untuk Menurunkan Stres Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Usia Kanak-Kanak Awal," 4.

³⁰Eko Kristanto, "Perbedaan tingkat kebersyukuran pada laki-laki dan perempuan" (Dipresentasikan pada seminar ASEAN 2nd Psychology and Humanity, Universitas Muhammadiyah Malang, 2016), 128–34.

optimisme, kebahagiaan dan harapan yang tinggi daripada orang-orang yang tidak mempunyai *grateful personality*.³¹

Menurut Fredrickson, salah satu perwujudan dari reaksi psikologis yang positif adalah dengan bersyukur. Senada dengan Emmons yang mengatakan bahwa syukur sangat berbeda dengan perasaan negatif seperti marah, cemburu, cemas, serta bentuk perasaan negatif yang lain.³² Menurut Emmons dan Shelton, kebersyukuran merupakan semacam perwujudan dari rasa kagum, berterima kasih, serta pujian terhadap sesuatu yang ia miliki. Ekspresi tersebut bisa diberikan pada pihak lain, baik kepada sesama manusia ataupun wujud tertentu seperti makhluk dan Tuhan.³³

Menurut Chesterton dan McCollough yang dikutip oleh Watkins menyatakan bahwa individu yang menjadikan praktik agama sebagai tujuan condong lebih bersyukur. Individu yang memilih agamanya menjadi tujuan dalam menempuh jalan kehidupan dapat meningkatkan kebersyukuran karena individu tersebut menjadikan Tuhan sebagai sumber utama dari semua manfaat dalam kehidupan. Pengalaman kebersyukuran juga didorong oleh kepercayaan kepada Tuhan.³⁴ Rusdi menambahkan bahwa syukur adalah bentuk ungkapan terhadap nikmat Allah Swt., dengan cara yang baik.³⁵

³¹Michael E McCullough, Robert A Emmons, dan Jo-Ann Tsang, "The grateful disposition: a conceptual and empirical topography," *Journal of personality and social psychology* 82, no. 1 (2002): 112–27.

³²Kristanto, "Perbedaan tingkat kebersyukuran pada laki-laki dan perempuan."

³³Kristanto.

³⁴Philip C Watkins dkk., "Gratitude and Happiness: Development of A Measure of Gratitude, and Relationships with Subjective Well-being," *Social Behavior and Personality: an international journal* 31, no. 5 (2003): 431–51.

³⁵Ahmad Rusdi, "Syukur dalam psikologi Islam dan Konstruksi Alat Ukurnya," *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris* 2, no. 2 (2016): 37–54.

Al-Qur'an banyak menyebutkan perihal syukur, diantaranya Q.S. Ibrahim/14: 7 yang memaparkan bahwa syukur akan membuat pelakunya mendapatkan kenikmatan tambahan, dan sebaliknya apabila tidak dilakukan, maka akan mendapatkan kesulitan³⁶, ayat tersebut berbunyi:

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ ۖ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ﴿٧﴾

Artinya: *dan (ingatlah juga), ketika Tuhanmu memaklumkan; "Sesungguhnya apabila kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), Maka Sesungguhnya azab-Ku sangatlah pedih". (Q.S. Ibrahim/14: 7).*³⁷

Wawancara yang dilakukan pada 20 Juni 2020 bersama Ibu M, beliau mengatakan selama proses belajar daring, beliau harus turun tangan membantu anak dalam belajar dan beliau tetap bersyukur ketika menjalani peran tersebut. Hal ini karena beliau melihat perkembangan anak selama bersekolah di SDIT, seperti mampu mengaji dengan lancar, hafalan dan pengetahuan Islam yang bertambah, dan sebagainya. Beliau mengatakan ada perasaan senang, tenang dan tidak ada penyesalan ketika menyekolahkan anak ke SDIT dan beberapa kali beliau mengatakan kalimat *alhamdulillah* dalam wawancara.³⁸

TABEL 1.3 HASIL WAWANCARA BERSAMA IBU M

Kognitif (Pikiran)	Afektif (Perasaan)	Konatif (Perilaku)
Menurut pendapat subjek walau mengalami kesulitan dalam membimbing anak selama daring, namun tetap disyukuri oleh subjek.	Subjek merasa senang dan tenang.	Tersenyum ketika menceritakan tentang anak yang lancar mengaji, disertai dengan mengatakan kalimat <i>alhamdulillah</i> beberapa kali.

³⁶Nadhila Safitri, Alddino Gusta Rachmadi, dan Talitha Quratu Aini, "Kebersyukuran: Studi Komparasi Perspektif Psikologi Barat dan Islam," *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 24, no. 2 (2019): 115–28.

³⁷Mohamad Taufiq, *Quran In Word*, versi 1.3 (Taufiq Product, t.t.).

³⁸Ibu M, Wawancara, Kuala Pembuang, 20 Juni 2020.

Wawancara di atas senada dengan perintah Allah Swt., yang menyuruh umat Islam agar bersyukur, yaitu Q.S. al Baqarah/2: 152 serta Q.S. Luqman/31: 12.

“karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku.” (Q.S. al Baqarah/2: 152).

“dan Sesungguhnya telah Kami berikan hikmat kepada Luqman, Yaitu: “Bersyukurlah kepada Allah Swt. dan Barangsiapa yang bersyukur (kepada Allah Swt.), Maka Sesungguhnya ia bersyukur untuk dirinya sendiri; dan Barangsiapa yang tidak bersyukur, Maka Sesungguhnya Allah Swt., Maha Kaya lagi Maha Terpuji”.” (Q.S. Luqman/31: 12).³⁹

Oleh sebab itu, Allah Swt., mengajarkan untuk mengatakan hamdalah (*alhamdulillah*), dan hal ini tidak menghalangi seseorang mengungkapkan rasa kebersyukuran kepada orang-orang yang menjadi perantara.⁴⁰ Dalam buku yang berjudul *Dahsyatnya Syukur*, Syafii al-Bantanie juga menjelaskan tentang pentingnya bersyukur terhadap anugerah Iman serta Islam, bersyukur terhadap anugerah kesehataan, umur, ilmu, mempunyai orang tua, pasangan hidup, mempunyai keluarga, harta, serta bersyukur terhadap anugerah mempunyai anggota tubuh.⁴¹

Emmons & McCullough menyatakan orang yang bersyukur dengan cara mengingat perbuatan baik yang telah dia terima memperlihatkan peningkatan relasi sosial, kesehatan membaik, merasakan kepuasan hidup serta perasaan bahagia.⁴² Sehingga dapat meminimalisir munculnya perasaan-perasaan negatif

³⁹Taufiq, *Quran In Word*.

⁴⁰Wanodya Kusumastuti, Nurul Setyorini, dan Rahmat Aji Laksono, “Makna Kebersyukuran Berdasarkan Kajian Psikologis dan Kajian Tafsir Al Misbah,” vol. 1, 2017, 281–87.

⁴¹Kusumastuti, Setyorini, dan Laksono.

⁴²Kristanto, “Perbedaan tingkat kebersyukuran pada laki-laki dan perempuan.”

pada dirinya. Pernyataan ini sejalan dengan penelitian Rosa Andriani dengan kesimpulan penelitian yaitu adanya hubungan negatif di antara kedua variabel. Artinya semakin tinggi nilai kebersyukuran pada ibu, maka semakin rendah nilai stres yang dialami, dan juga sebaliknya.⁴³ Serta penelitian oleh Ludvia Rara Gendis Aprilia yang menghasilkan kesimpulan penelitian yaitu adanya hubungan kebersyukuran dan religiusitas dengan *hardiness* pada ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus di Samarinda. Ini berarti apabila rasa syukur dan religiusitas pada ibu tinggi maka akan tinggi pula *hardiness* pada ibu, dan begitu pula sebaliknya.⁴⁴

Dari penelitian di atas, dapat dilihat bahwa kebersyukuran dapat meminimalisir adanya stres pada orang tua dan dapat meningkatkan *hardiness* pada ibu. Pada penelitian lain mengatakan bahwa kebersyukuran juga mempengaruhi tingkat kesejahteraan dan kepuasan hidup seseorang khususnya ibu sebab seorang ibu adalah wanita yang memperoleh manfaat yang lebih banyak karena mampu menunjukkan dan mengungkapkan kebersyukuran tersebut.⁴⁵

Alasan peneliti mengambil tempat di Sekolah Dasar Islam Terpadu yaitu peneliti belum menemukan penelitian yang mengkaji kebersyukuran dan stres pengasuhan di SDIT pada masa pandemi Covid-19. Selain itu, subjek pertama peneliti merupakan ibu yang menyekolahkan anaknya di SDIT. Jadi, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian di SDIT, yaitu di SDIT An-Najiyah

⁴³Rosa Andriani Budiasti, "Hubungan Gratitude dengan Stres pada Ibu dengan Anak Gangguan Autis di Sidoarjo," *Skripsi* (Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala, 2017).

⁴⁴Ludvia Rara Gendis Aprilia, "Hubungan Antara Kebersyukuran dan Religiusitas dengan Hardiness Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus: Studi pada Ibu di SLB Untung Tuah dan SLB Ruhui Rahayu Samarinda," *PSIKOBORNEO* 6, no. 3 (2018): 650–59.

⁴⁵Kristanto, "Perbedaan tingkat kebersyukuran pada laki-laki dan perempuan."

yang berlokasi di jalan Budi Utomo, Kelurahan Kuala Pembuang II, Kecamatan Seruyan Hilir, Kabupaten Seruyan, Provinsi Kalimantan Tengah. Sedangkan alasan peneliti mengambil variabel kebersyukuran dan stres pengasuhan di masa pandemi Covid-19, yaitu mengingat kondisi masyarakat sekarang di hadapkan dengan pandemi Covid-19 yang menuntut untuk membatasi mobilitas dan mewajibkan untuk melaksanakan kegiatan kantor dan pendidikan secara daring. Hal ini berimbas kepada kemampuan mengatasi stres pada ibu, yang merupakan sosok yang paling memiliki kemungkinan mengalami stres pengasuhan. Oleh sebab itu, peneliti ingin mengetahui tingkat korelasi dua variabel tersebut, sebab dengan kebersyukuran dapat meningkatkan emosi positif seseorang dan dapat meminimalisir munculnya emosi negatif dan sangat dibutuhkan oleh ibu ketika melakukan kegiatan sehari-hari dalam menghadapi masa Covid-19.

B. Rumusan Masalah

Terkait uraian di latar belakang masalah, peneliti mengangkat beberapa rumusan masalah, yakni:

1. Bagaimana tingkat stres pengasuhan di masa pandemi Covid-19 pada ibu yang mempunyai anak bersekolah di SDIT An-Najiyah Kuala Pembuang?
2. Bagaimana tingkat kebersyukuran di masa pandemi Covid-19 pada ibu yang mempunyai anak bersekolah di SDIT An-Najiyah?
3. Apakah terdapat korelasi antara kebersyukuran dengan stres pengasuhan di masa pandemi Covid-19 pada ibu yang mempunyai anak bersekolah di SDIT An-Najiyah?

C. Tujuan serta Signifikansi Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai yang dilihat dari rumusan masalah, antara lain:

1. Untuk mendeskripsikan tingkat stres pengasuhan di masa pandemi Covid-19 pada ibu yang mempunyai anak bersekolah di SDIT An-Najiyah.
2. Untuk mendeskripsikan tingkat kebersyukuran di masa pandemi Covid-19 pada ibu yang mempunyai anak bersekolah di SDIT An-Najiyah.
3. Untuk menguji secara empiris korelasi negatif antara kebersyukuran dengan stres pengasuhan di masa pandemi Covid-19 pada ibu yang mempunyai anak bersekolah di SDIT An-Najiyah.

D. Signifikansi Penelitian

1. Secara teoritis
 - a. Diharapkan mampu berpartisipasi dalam keilmuan psikologi, khususnya terkait dengan psikologi klinis, psikologi islam, dan psikologi perkembangan.
 - b. Sebagai rujukan tambahan untuk mengkaji dan mengeksplorasi tentang kebersyukuran dan stres pengasuhan pada ibu yang mempunyai anak.
2. Secara praktis
 - a. Untuk peneliti diharapkan dapat meningkatkan kualitas penulisan dalam penelitian non-fiksi dan mampu mengaplikasikan serta menguasai kajian ilmu terkait kebersyukuran dan stres pengasuhan.
 - b. Untuk pihak sekolah yaitu para guru, diharapkan dengan penelitian ini mampu menjadi salah satu tambahan pengetahuan sehingga pihak

sekolah dapat meningkatkan kerjasama dengan orang tua dalam membimbing anak dan memberikan edukasi kepada ibu supaya mampu mengatasi stres ketika mengasuh anak.

E. Definisi Istilah

1. Kebersyukuran

Definisi syukur dalam mukhtasar *Ihya' 'Ulumiddin* yaitu menyadari bahwa sesungguhnya nikmat yang didapatkan berasal dari Allah Swt., merasakan kebahagiaan dan kegembiraan yang hakiki karena mengingat Allah Swt., serta mengeluarkan harta dan menggunakan nikmat yang diperoleh kepada hal-hal yang ditetapkan dan disukai oleh Allah Swt.

Aspek syukur menurut Imam al-Ghazali, yaitu:

- a. Ilmu, yaitu mengetahui kenikmatan dari yang memberi kenikmatan.⁴⁶

Mengetahui apa saja nikmat yang telah diperoleh, menyadari fungsi serta maksud dari pemberian nikmat tersebut bagi yang memperolehnya, menyadari atau mengenal kepada yang memberikan nikmat yakni Allah Swt., serta menyadari bahwa seluruh kenikmatan asalnya dari Allah Swt.⁴⁷

- b. Hal (keadaan), yaitu kesenangan yang berhasil dengan pemberian kenikmatan.⁴⁸ Kebahagiaan yang lahir karena memperoleh nikmat dan keberuntungan, merasa senang dan bahagia kepada yang memberi

⁴⁶al-Imam al-Ghazali, *Ihya' 'Ulumiddin Jilid 8*, trans. oleh Ibnu Ibrahim Ba'adillah (Jakarta Selatan: Republika Penerbit, 2019), 66.

⁴⁷Safitri, Rachmadi, dan Aini, "Kebersyukuran: Studi Komparasi Perspektif Psikologi Barat dan Islam."

⁴⁸al-Ghazali, *Ihya' 'Ulumiddin Jilid 8*, 66.

nikmat, bukan terhadap nikmat yang diberikan, yang diikuti dengan sikap patuh dan rendah hati.⁴⁹

- c. Amal perbuatan muncul disebabkan oleh kebahagiaan karena berhasil mengenal yang memberi kenikmatan. Tetap *istiqamah* di dalam cinta kepada pemberi nikmat dan hidup di dunia sesuai tujuan pemberian nikmat tersebut yang dilaksanakan dengan hati, yaitu melaksanakan setiap perbuatan yang baik serta menyembunyikan perbuatan tersebut dari orang-orang. Lisan, yaitu menunjukkan kebersyukuran kepada Allah Swt., dengan melisankan rasa syukur tersebut. Anggota badan, yaitu menggunakan nikmat Allah Swt., sebagai media untuk mematuhi-Nya serta menjaga diri agar tidak bermaksiat kepada Allah Swt.⁵⁰

Fokus kebersyukuran dalam penelitian ini yaitu mengetahui tingkat kebersyukuran seorang ibu yang menyekolahkan anaknya di SDIT selama masa pandemi Covid-19. Penelitian ini berfokus pada kebersyukuran dalam perspektif Islam dengan pengukuran yang memakai skala yang disusun sendiri oleh peneliti. Skala tersebut merujuk pada aspek kebersyukuran dari Imam al-Ghazali, yaitu ilmu, hal (keadaan) dan amal perbuatan.

2. Stres Pengasuhan

Menurut Cooper, McLanahan, Meadows, dan Brooke-Guns, yang dimaksud dengan stres pengasuhan adalah suatu keadaan atau perasaan orang tua yang merasa tidak memiliki kemampuan dalam memenuhi tuntutan sebagai orang tua, yang disebabkan oleh sumber pribadi dan sosial yang tidak memadai. Hal ini

⁴⁹Safitri, Rachmadi, dan Aini, "Kebersyukuran: Studi Komparasi Perspektif Psikologi Barat dan Islam."

⁵⁰al-Ghazali, *Ihya' 'Ulumiddin Jilid 8*, 72–73.

mengakibatkan adanya tekanan psikologis yang dirasakan oleh orang tua, khususnya adalah ibu.⁵¹

Menurut Richard R. Abidin yang dinamakan dengan stres pengasuhan yaitu perasaan negatif orangtua yang berlebihan, seperti kecemasan dan ketegangan ketika melakukan peran dan kewajiban sebagai orangtua. Perasaan cemas dan tegang ini muncul ketika orang tua mengalami kendala pada relasi interaksi orangtua dan anak.⁵² Penelitian lain, Abidin mengungkapkan bahwa hasil dari rangkaian pemikiran yang berasal dari setiap orang tua tentang tingkat komitmennya terhadap peran pengasuhan merupakan penjelasan tentang stres pengasuhan. Secara konseptual, stres pengasuhan dinilai sebagai faktor yang mendorong dan memberikan kekuatan pada orang tua untuk mempergunakan sumber daya yang dimiliki oleh orangtua sehingga berguna untuk mendukung pengasuhan mereka. Banyak atau sedikitnya sumber daya yang dimiliki oleh mereka, akan menjadi kunci dalam perilaku pengasuhan.⁵³ Abidin juga mengatakan apabila terdapat ketidaksesuaian antara tuntutan yang dialami sebagai orang tua dan kemampuan untuk memenuhi tuntutan tersebut, maka dapat menimbulkan stres pengasuhan.⁵⁴ Kemudian, Abidin menjelaskan tentang model stres pengasuhan, yaitu stres membuat pengasuhan orang tua menjadi

⁵¹Novitasari, "Kecenderungan Perilaku Disruptif pada Anak Usia Prasekolah Ditinjau dari Stres Pengasuhan Ibu."

⁵²Richard R. Abidin dan Jack F. Brunner, "Development of A Parenting Alliance Inventory," *Journal of Clinical Child Psychology* 24, no. 1 (1995): 31–40, https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2401_4.

⁵³Richard R Abidin, "The Determinants of Parenting Behavior," *Journal of clinical child psychology* 21, no. 4 (1992): 407–12.

⁵⁴Amanda P Williford, Susan D Calkins, dan Susan P Keane, "Predicting change in parenting stress across early childhood: Child and maternal factors," *Journal of abnormal child psychology* 35, no. 2 (2007): 251–63.

disfungsional kepada anak, dan menciptakan respons yang tidak sesuai dari orangtua dalam menyikapi masalah terkait anak-anak mereka.⁵⁵

Suatu rangkaian proses yang membawa seseorang kepada suatu keadaan psikologis yang tidak disenangi serta respons psikologis yang timbul dalam usaha pengadaptasian diri dengan tuntutan peran menjadi orangtua, merupakan definisi stres pengasuhan menurut Deater-Deckard.⁵⁶ Berdasarkan beberapa penjelasan mengenai stres pengasuhan, ditarik kesimpulan bahwa stres pengasuhan adalah kecemasan dan ketegangan secara berlebihan yang muncul dalam proses pengasuhan karena dituntut untuk memenuhi peran sebagai orang tua.

Aspek-aspek stres pengasuhan menurut Richard R. Abidin dalam penelitian Ahern antara lain:

- a. *Parent Distress*, yakni yaitu pengalaman stres dalam pengasuhan anak yang berasal dari pribadi orang tua serta perasaan pribadi yang muncul setelah hadirnya anak.⁵⁷ Adapun indikatornya, yakni:
 - 1) *Feelings of competence*, yakni kurangnya kecakapan serta pengetahuan orang tua mengasuh anak.
 - 2) *Social isolation*, adalah perasaan orang tua yang merasa terasing secara sosial dan tidak adanya dorongan emosional dari orang-orang sekitar, yang berakibat pada meningkatnya kemungkinan pengasuhan yang tidak berfungsi.

⁵⁵Lisa Senatore Ahern, "Psychometric Properties of the Parenting Stress Index-short Form" (Raleigh: North Carolina State University, 2005), 5.

⁵⁶Lestari, *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*, 41.

⁵⁷Ahern, "Psychometric Properties of the Parenting Stress Index-short Form," 6.

- 3) *Restriction imposed by parent role*, yakni adanya pembatasan pada kebebasan pribadi, orang tua memandang dirinya sebagai sesuatu yang dikuasai dan dikendalikan oleh kebutuhan serta keinginan anaknya.
 - 4) *Relationships with spouse*, adalah hadirnya konflik dalam relasi antar orang tua yang memiliki kemungkinan dapat menjadi sumber utama stres, seperti tidak hadirnya dukungan emosi dan material dari pasangan dan adanya konflik terkait pendekatan dan strategi manajemen anak.
 - 5) *Health of parent*, merupakan keefektifan dalam proses pengasuhan orang tua terhadap anak dapat berpengaruh pada kesehatan orang tua, dan hal ini berlaku pada taraf tertentu.
 - 6) *Parent depression*, adalah orang tua merasakan beberapa simtom depresi ringan hingga menengah serta perasaan bersalah (kecewa), dan hal ini dapat melemahkan kemampuan orang tua dalam menjalankan tanggung jawabnya dalam pengasuhan pada suatu waktu.
- b. *Difficult Child*, yaitu membahas karakteristik anak yang mungkin turut menyebabkan stres dalam mengasuh anak, artinya perilaku anak tersebut dapat mempermudah atau mempersulit pengasuhan.⁵⁸ Adapun indikatornya, yaitu:

⁵⁸Ahern, 6-7.

- 1) *Child adaptability* adalah ketidakmampuan anak beradaptasi dengan perubahan fisik dan lingkungan serta keterlambatan dalam belajar.
 - 2) *Child demands*, merupakan permintaan yang banyak dari anak kepada orang tua, dapat berupa perhatian serta pertolongan. Secara umum, anak sukar mengerjakan segala hal secara mandiri dan dalam perkembangannya anak menemukan hambatan.
 - 3) *Child mood*, merupakan orang tua merasa anaknya kehilangan perasaan terhadap hal-hal positif yang biasanya menjadi ciri khas anak yang dapat diamati dari ekspresi sehari-harinya.
 - 4) *Districability*, adalah orang tua merasa anak memperlihatkan perilaku yang terlalu aktif serta sulit diatur (sulit mengikuti perintah).
- c. *Parent-Child Dysfunctional Interaction*, membicarakan tentang kepercayaan orangtua tentang apakah anak-anak mereka memenuhi harapan mereka.⁵⁹ Adapun indikatornya, yaitu:
- 1) *Child reinforced parent*, adalah orang tua merasa anak tidak memberikan penguatan yang positif. Anak tidak merasakan perasaan nyaman terhadap interaksi antara orang tua dan anak.
 - 2) *Acceptability of child to parent*, merupakan adanya karakteristik anak yang tidak sesuai dengan harapan orang tua yang menyebabkan penolakan dari orang tua lebih besar.

⁵⁹Ahern, 7.

- 3) *Attachment*, adalah orang tua tidak mempunyai relasi emosional yang erat dengan anak, sehingga memengaruhi perasaan orang tua.⁶⁰

Adapun lingkup stres pengasuhan berfokus pada mengetahui tingkat stres pengasuhan yang dialami seorang ibu selama menyekolahkan anaknya di SDIT pada masa pandemi. Peneliti menggunakan skala stres pengasuhan yang dimodifikasi dari hasil adaptasi *parenting stress index short form* (PSI-*short form*) milik Richard Abidin yang mempunyai 3 aspek yakni *parent distress*, *difficult child* serta *parent-child dysfunctional interaction*, oleh Isma Junida tahun 2015 dengan judul penelitian “Hubungan *Health Hardiness* dengan *Parenting Stress* pada Warga Peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang”.

F. Penelitian Terdahulu

Beberapa penelitian terdahulu yang terkait dengan variabel kebersyukuran dan stres pengasuhan. Beberapa diantaranya, yaitu:

1. Penelitian oleh Isma Junida dari Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tahun 2015. Disusun berbentuk skripsi dengan judul “Hubungan *Health Hardiness* dengan *Parenting Stress* pada Warga Peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang”, menggunakan metode kuantitatif dan jenis penelitian korelasional. Analisis data menggunakan perhitungan statistik *Product Moment Correlation* dan menggunakan adaptasi skala *parenting stress* dari Abidin (1975) dan skala *The Revised Health Hardiness Inventory* (RHHI). Penelitian ini memperlihatkan bahwa

⁶⁰Selma Nugrahani, “Hubungan Parenting Stress dengan Kecenderungan Perilaku Kekerasan Terhadap Anak,” *Skripsi* (Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2015), 24–26.

tingkat *health hardiness* dari warga peserta PKH yakni sekitar 84,1% dan termasuk kategori tinggi, sedangkan untuk *parenting stress* yakni 61% dan termasuk kategori sedang. Hasil penelitian memperlihatkan adanya korelasi negatif dan signifikan antara *health hardiness* dengan *parenting stress*.⁶¹ Perbedaan pada penelitian saya yakni terletak di variabel bebas dan subjek penelitian. Pada penelitian ini, menggunakan *health hardiness* sebagai variabel bebas, sedangkan variabel bebas yang saya ambil yaitu kebersyukuran. Subjek yang menjadi sasaran saya yaitu ibu yang memiliki anak bersekolah di SDIT, sedangkan subjek dari peneliti di atas yaitu warga peserta PKH. Persamaannya terletak pada variabel terikat, yaitu stres pengasuhan.

2. Penelitian skripsi dari Selma Nugrahani dari Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang tahun 2015 dengan judul “Hubungan *Parenting Stress* dengan Kecenderungan Perilaku Kekerasan terhadap Anak”. Metode penelitian yaitu penelitian kuantitatif korelasional, dengan teknik *purposive sampling*. Skala yang digunakan ada 2 skala, yaitu skala *parenting stress* dan skala kecenderungan perilaku kekerasan pada anak. Metode analisis yang dipakai yakni *Product Moment* dengan koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,818 dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil penelitian memperlihatkan bahwa *parenting stress* mempunyai korelasi yang positif dengan kecenderungan perilaku kekerasan terhadap anak. Artinya, semakin tinggi tingkat *parenting stress*

⁶¹Junida, “Hubungan Health Hardiness dengan Parenting Stress pada Warga Peserta PKH Kelurahan Karang Besuki Malang.”

yang dirasakan orangtua, maka semakin tinggi kecenderungan perilaku kekerasan terhadap anak, dan juga sebaliknya. Hipotesis dari penelitian ini diterima.⁶² Perbedaan dengan penelitian saya yaitu terletak pada variabel terikat, yaitu perilaku kekerasan terhadap anak dan stres pengasuhan sebagai variabel bebas.

3. Penelitian oleh Rosa Andriani dari Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya tahun 2017 yang berjudul “Hubungan Antara *Gratitude* dengan Stres pada Ibu dengan Anak Gangguan Autis di Sidoarjo”. Disusun dalam bentuk skripsi. Menggunakan teknik *purposive sampling* dengan alat ukur berupa skala *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS-21) yang berfungsi melihat stres pada orang tua dan *Gratitude Questionnaire-6* (GQ-6) untuk melihat kebersyukuran pada orang tua. Penelitian ini menunjukkan korelasi negatif yang signifikan antara *gratitude* dengan stres orangtua, yaitu r_{xy} sebesar -0,310 dan nilai p sebesar 0,007 ($p < 0,05$). Artinya semakin rendah tingkat *gratitude* orang tua, semakin tinggi tingkat stres yang dialami, begitu pula sebaliknya. Dengan demikian, hipotesis penelitian ini diterima.⁶³ Pada penelitian tersebut memiliki sasaran penelitian, yaitu ibu dengan anak gangguan autis, berbeda dengan penelitian yang saya angkat yakni pada ibu yang menyekolahkan anaknya di SDIT An-Najiyah. Adapun persamaannya

⁶²Nugrahani, “Hubungan Parenting Stress dengan Kecenderungan Perilaku Kekerasan Terhadap Anak.”

⁶³Budiasti, “Hubungan *Gratitude* dengan Stress pada Ibu dengan Anak Gangguan Autis di Sidoarjo.”

yaitu keduanya mengangkat variabel yang sama, yaitu kebersyukuran dan stres pada ibu.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Nancy Naomi G.P. Aritonang yang berjudul Hubungan *Gratitude* (Rasa Syukur) dengan Kecenderungan Depresi pada Ibu Rumah Tangga tahun 2019. Instrumen skala yang digunakan adalah GRAT-Short Form yang disusun Watkins, dkk yang digunakan untuk mengukur *gratitude* dan BDI disusun oleh Beck, yang digunakan untuk mengukur kecenderungan depresi. Dianalisis menggunakan uji korelasi pearson, dengan hasil analisis menunjukkan tidak ada korelasi *gratitude* (rasa syukur) dan kecenderungan depresi pada ibu rumah tangga dengan $r_{xy}=0,000$ dengan nilai signifikan $0,999$ ($p>0,05$).⁶⁴ Penelitian ini menjadikan *gratitude* sebagai variabel bebas dan kecenderungan depresi sebagai variabel terikat. Persamaan terletak pada variabel bebas, yaitu *gratitude* atau rasa syukur.
5. Penelitian Skripsi dari Fathia Alifa Khansa yang berjudul Hubungan Regulasi Diri dengan Stres Pengasuhan pada Orang Tua yang Mendampingi Anak Sekolah Daring di Masa Pandemi Covid-19 tahun 2021. Penelitian yang menggunakan alat ukur regulasi diri *Parenting Self Regulation Scale 'Me as a Parent'* (MaaP) dari Hamilton dkk., dan alat ukur stres pengasuhan *Parenting Stress Scale* oleh Berry dan Jones, menghasilkan hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dan stres pengasuhan dengan korelasi sebesar $-0,464$ dan sigifikansi $0,000$.

⁶⁴Nancy N Aritonang, "Hubungan Gratitude (Rasa Syukur) Dengan Kecenderungan Depresi Pada Ibu Rumah Tangga," *Jurnal Psikologi Universitas HKBP NOMMENSEN* 5 (2019): 513–26.

Hipotesis dari penelitian ini diterima, yang mengandung kesimpulan semakin tinggi nilai regulasi diri orang tua, maka semakin rendah nilai stres pengasuhan.⁶⁵

G. Hipotesis

Adapun hipotesis dari penelitian ini, yaitu:

Ha: Terdapat hubungan negatif dan signifikan antara kebersyukuran dengan stres pengasuhan di masa pandemi Covid-19 pada ibu yang memiliki anak bersekolah di SDIT An-Najiyah.

Ho: Tidak ada hubungan signifikan antara kebersyukuran dan stres pengasuhan di masa pandemi Covid-19 pada ibu yang memiliki anak bersekolah di SDIT An-Najiyah.

H. Sistematika Penulisan

Berisi tentang gambaran dari penelitian yang akan dibahas dalam setiap bab, yaitu:

1. Bab I, yaitu pendahuluan. Peneliti menguraikan latar belakang permasalahan tentang alasan peneliti mengangkat penelitian yang berjudul “Hubungan Kebersyukuran dengan Stres Pengasuhan di Masa Pandemi Covid-19 pada Ibu yang Memiliki Anak Bersekolah di SDIT An-Najiyah”. Selain menjelaskan latar belakang masalah, juga disebutkan rumusan-rumusan masalah, tujuan dan signifikansi dari penelitian, definisi istilah

⁶⁵Fathia Alifa Khansa, “Hubungan Regulasi Diri dengan Stres Pengasuhan pada Orang Tua yang Mendampingi Anak Sekolah Daring di Masa Pandemi Covid-19,” *Skripsi* (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2021).

dari variabel-variabel penelitian, yaitu kebersyukuran dan stres pengasuhan bertujuan untuk membatasi teori yang digunakan oleh peneliti, penelitian terdahulu untuk memperkuat penelitian ini, hipotesis serta yang terakhir adalah sistematika penulisan.

2. Bab II, peneliti memaparkan terkait landasan teori yang menjelaskan tentang pengertian dari variabel penelitian, yaitu tentang stres pengasuhan, kebersyukuran, pandemi Covid-19, hubungan kebersyukuran dan stres pengasuhan pada ibu serta yang terakhir komponen-komponen variabel.
3. Bab III, yaitu metode penelitian. Berisi jenis penelitian, lokasi, subjek serta objek penelitian, populasi dan sampel, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, validitas dan reliabilitas, teknik analisis data dan interpretasi serta terakhir yaitu prosedur penelitian.
4. Bab IV, yaitu hasil penelitian dan pembahasan. Terdiri dari deskripsi umum objek penelitian, yaitu tempat peneliti melaksanakan proses penelitian yaitu di SDIT An-Najiyah, hasil uji instrumen, hasil analisis data dan interpretasi, pembahasan, temuan-temuan penelitian, dan terakhir yaitu keterbatasan dari penelitian ini.
5. Bab V, yaitu penutup. Berisi kesimpulan serta saran sebagai penutup dari pembahasan yang telah dijelaskan oleh peneliti.