

ABSTRAK

Halimatus Syahro Imamah. 210541100060. Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Stres Pengasuhan Ibu Yang Menikah Dini di Madura. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas Trunojoyo Madura.

Ibu memiliki tanggung jawab penting dalam pengasuhan anak. Namun, ibu yang menikah pada usia dini umumnya belum memiliki kesiapan psikologis dan pengetahuan yang memadai, ketika tanggung jawab pengasuhan tidak diimbangi dengan kesiapan psikologis dan pengetahuan yang cukup, hal ini dapat menjadi tekanan tersendiri bagi ibu dan berpotensi menimbulkan stres pengasuhan. Salah satu faktor yang dapat memperburuk stres pengasuhan adalah ketidakmampuan dalam mengelola emosi atau regulasi emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi terhadap stres pengasuhan pada ibu yang menikah di usia dini di Madura. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek penelitian berjumlah 100 ibu yang menikah di usia 12-18 tahun, dengan teknik pengambilan data menggunakan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah regulasi emosi dan stres pengasuhan. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai *cronbach's alpha* pada skala regulasi emosi 0,948 dan skala stres pengasuhan 0,898. Analisis yang digunakan adalah regresi linier sederhana dengan hasil nilai F sebesar 62,074 dengan signifikansi 0,000. ($0,000 < 0,05$). Artinya hipotesis diterima yaitu terdapat pengaruh regulasi emosi terhadap stress pengasuhan ibu yang menikah pada usia dini di Madura. Berdasarkan determinasi (R Square) yaitu sebesar 0,388, artinya regulasi emosi mempengaruhi stres pengasuhan sebesar 38,8% dan 61,2% dipengaruhi faktor lain. Nilai koefisien korelasi (*r*) sebesar 0,623 dapat diidentifikasi bahwa terdapat hubungan positif antara skala regulasi emosi dan stres pengasuhan. Artinya, semakin tinggi regulasi emosi pada ibu, maka stres pengasuhan yang dialami akan semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah regulasi emosi yang dimiliki, semakin rendah yang dialami ibu yang menikah pada usia dini di Madura.

Kata kunci: regulasi emosi, stres pengasuhan, pernikahan dini, Madura

ABSTRACT

Halimatus Syahro Imamah. 210541100060. *The Influence of Emotion Regulation on Parenting Stress Among Early-Married Mothers in Madura.* Psychology Study Program, Faculty of Social and Cultural Sciences, Trunojoyo University of Madura.

Mothers have a crucial role in child-rearing. However, mothers who marry at an early age generally lack sufficient psychological readiness and knowledge. When parenting responsibilities are not balanced with adequate psychological preparedness and knowledge, this can become a significant source of pressure for mothers and has the potential to cause parenting stress. One factor that may exacerbate parenting stress is the inability to manage emotions, commonly referred to as emotion regulation. This study aims to determine the influence of emotion regulation on parenting stress among mothers who married at an early age in Madura. This research employed a quantitative correlational method. The subjects consisted of 100 mothers who married between the ages of 12–18 years, selected using purposive sampling. The instruments used were the emotion regulation scale and the parenting stress scale. The reliability test results showed a Cronbach's alpha of 0.948 for the emotion regulation scale and 0.898 for the parenting stress scale. The analysis used was simple linear regression, which yielded an F value of 62.074 with a significance level of 0.000 ($0.000 < 0.05$). This indicates that the hypothesis is accepted, namely that there is an influence of emotion regulation on parenting stress among early-married mothers in Madura. Based on the coefficient of determination (R Square) of 0.388, it can be concluded that emotion regulation contributes 38.8% to parenting stress, while the remaining 61.2% is influenced by other factors. The correlation coefficient (r) value of 0.623 indicates a positive relationship between the emotion regulation scale and the parenting stress scale. This means that the higher the emotion regulation in mothers, the higher the parenting stress they experience. Conversely, the lower the emotion regulation, the lower the parenting stress experienced by early-married mothers in Madura.

Keywords: *emotion regulation, parenting stress, early marriage, Madura*