

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia merupakan negara dengan populasi penduduk terbesar nomor 4 di dunia, oleh sebab itu dari tahun ketahun jumlah penduduk di Indonesia selalu bertambah. Badan Pusat Statistika (BPS) telah tercatat sebanyak 275,77 juta orang di tahun 2022, angka itu menunjukkan bahwa pada tahun 2022 penduduk di Indonesia mengalami kenaikan sebanyak 1,13% dari tahun sebelumnya yang penduduknya hanya berjumlah 272,68 juta (dikutip dari Indonesiabaik.id). Dengan banyaknya pertambahan penduduk ini disebabkan oleh banyaknya orang yang telah menikah dan memiliki anak. Banyaknya jumlah pernikahan yang terjadi di Indonesia ini dikarenakan adanya keinginan manusia untuk memiliki pasangan hidup dan melanjutkan keturunannya. Keinginan untuk melanjutkan keturunan merupakan keinginan terbesar setiap pasangan yang telah menikah, karena dengan adanya kelahiran seorang anak diantara pasangan yang telah menikah bisa menjadi pelengkap dalam sebuah keluarga. Tidak hanya pelengkap anak juga menjadi generasi penerus para orang tua. Maka dari itu seringkali para orang tua menaruh harapan lebih pada anak-anaknya agar tumbuh dan berkembang baik secara mental dan fisik yang sehat bahkan baik secara sosial.

Dalam kehidupannya, perkembangan anak-anak itu semua mengalami perbedaan sesuai dengan tahapan usianya. Seperti teori yang telah dikemukakan oleh Piaget (dalam Desmita, 2017) mengatakan jika Piaget percaya bahwa pemikiran anak-anak berkembang menurut tahap-tahap atau periode-periode yang akan terus bertambah kompleks. Tahapan perkembangan itu Piaget ringkas menjadi tahapan sensori motor yang terjadi pada anak umur 0-2 tahun, tahapan *preoperational* yang terjadi pada anak umur 2-7 tahun, tahapan *concrete operational* yang terjadi pada anak umur 7-11 tahun dan yang terakhir tahapan *formal operational* yang terjadi pada anak umur 11-15 tahun. Pada tahapan itu orang tua menginginkan anaknya memiliki tahapan perkembangan yang terjadi secara optimal. Menurut Wahyuni (2018) perlunya melihat tumbuh kembang anak

secara medis atau statistic, hal ini dilakukan untuk membuat diagnosis tentang pertumbuhan dan status gizi anak dalam keadaan sehat ataupun sakit. Perkembangan anak juga harus dipantau agar mengetahui peningkatan apa saja yang terjadi pada hidup anak dan agar dapat mencegah terjadinya risiko penyimpangan perkembangan.

Menurut Wahyuni (2018) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak yang diklasifikasikan dalam 3 kelompok yaitu: faktor genetik, faktor lingkungan dan faktor perilaku. Dalam tumbuh kembang yang dipengaruhi faktor genetik dan lingkungan terdapat beberapa upaya yang bisa menjadikan kualitas tumbuh kembang anak meningkat, upaya-upaya tersebut dibagi menjadi 3 yaitu, upaya pra lahir seperti lebih memperhatikan gizi yang sedang dikonsumsi saat masa kehamilan dan melakukan perencanaan memiliki anak atau mengikuti program keluarga berencana. Upaya yang kedua adalah pada saat lahir, upaya tersebut seperti melakukan perawatan pra lahir agar persalinan yang dilakukan mulus tanpa ada kendala yang dimana kendala tersebut bisa menjadikan dampak bagi tumbuh kembang anak dikemudian hari. Upaya yang terakhir yaitu setelah lahir, agar kualitas tumbuh kembang anak meningkat setelah lahir perlu dilakukannya pemberian gizi dan ASI eksklusif, melakukan monitoring terhadap kesehatan anak, melakukan imunisasi, memberikan stimulasi dan lain sebagainya.

Dalam beberapa upaya itu salah satu upaya yang sangat penting yaitu pra lahir dengan mengikuti program keluarga berencana. Program keluarga berencana ini sangat penting dilakukan karena agar tidak mengganggu tumbuh kembang anak dan menjaga kesehatan mental sang ibu (BKKBN,2017). Tetapi tidak semua para orang tua ini merasakan hal yang efektif setelah mengikuti program keluarga berencana, ada beberapa faktor yang membuat program itu tidak efektif seperti pemilihan jenis KB yang kurang tepat dan ketika yang menggunakan program KB suntik merupakan pasangan muda maka kemungkinan besar kehamilan itu akan terjadi lagi dan menimbulkan kelahiran jarak dekat (Mama Rempong, 2022).

Yang dimaksud dengan kehamilan jarak dekat disini menurut (Depkes RI 2014) merupakan ibu yang memiliki anak dengan jarak usia kurang dari 2 tahun.

WHO Juga memberikan anjuran kepada Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana untuk memiliki jarak ideal kelahiran minimal 33 bulan, hal ini dilakukan untuk meminimalisir angka kematian ibu dan anak, jadi kurang dari 33 bulan itu merupakan jarak kelahiran yang tidak ideal (dikutip dari CNN Indonesia, 2019). Menurut Rofiq Ahmad 2008(dalam Widiyanti & Setyaningsih 2014) mengatakan jika jarak antara kelahiran yang terlalu dekat ini dapat menjadikan ibu memiliki waktu yang lebih sedikit untuk pemulihan kondisi rahimnya agar dapat seperti semula, hal ini juga dapat menyebabkan ibu mengalami risiko terjadinya perdarahan *postpartum*.

Menurut Wololfson 2004 (dalam Triwijayanti & Sari) jarak kelahiran yang tidak ideal adalah kelahiran yang terjadi kurang dari 24 bulan atau lebih dari 59 bulan. Jarak kehamilan sendiri menurut Sulviastuti, dkk (2022) yaitu rentang waktu yang berbeda antara kehamilan sebelumnya dengan kehamilan berikutnya. Jarak kehamilan yang terlalu dekat ini perlu diwaspadai karena menyebabkan tidak berfungsinya organ reproduksi secara optimal, sehingga ini menyebabkan kemungkinan pertumbuhan janin yang kurang baik. Disamping itu, bayi yang telah dilahirkan dapat mengalami berat badan yang rendah, kekurangan gizi dan berkurangnya waktu menyusui. Tidak hanya itu kehamilan dengan jarak kurang dari 2 tahun ini dapat menyebabkan pertumbuhan janin yang kurang baik, sehingga menyebabkan persalinan menjadi lama dan pendarahan saat persalinan, hal ini terjadi dikarenakan rahim belum pulih sepenuhnya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Salsabila, dkk (2021) yang menjelaskan bahwa terdapat sebanyak 100 ibu yang mengalami jarak kelahiran < 2 tahun atau 41,3% dan terdapat sebanyak 142 ibu yang mengalami jarak kehamilan > 2 tahun. Dalam penelitian menyebutkan bahwa, jarak kelahiran < 2 tahun ini merupakan kategori jarak kelahiran yang berisiko. Kehamilan yang berisiko ini terjadi karena belum siapnya kondisi fisiologis dari persalinan dan belum siapnya seorang ibu untuk kehamilannya yang selanjutnya. Penelitian lain yang sejalan, yang dilakukan oleh Cahyono (2022) dalam hasil pengolahan data yang telah penelitian yang dilakukan menjelaskan bahwa jarak kelahiran yang ideal adalah 24 bulan dan 60 bulan, yang dimana jarak kelahiran ini erat sekali hubungannya dengan kesehatan reproduksi. Jika terjadi persalinan dengan rentang waktu kurang dari 24 bulan maka akan

menjadi kelompok yang memiliki risiko tinggi untuk mengalami perdarahan *postpartum*. Anak dengan selang waktu kelahiran kurang dari 24 bulan ini juga mempunyai kecenderungan untuk memiliki pola makan yang kurang baik.

BKKBN menyampaikan bahwa dalam program Keluarga Berencana (KB) tidak hanya mengatur pembatasan jumlah anak akan tetapi juga mengatur jarak kelahiran anak. Tujuan dari mengatur jarak kehamilan adalah untuk kesejahteraan keluarga. Makna sejahtera adalah memiliki masa depan, kehidupan sosial serta ekonomi yang lebih baik. Jika jarak kelahiran tidak diatur maka perencanaan keluarga akan kurang matang. BKKBN mengatur jarak kelahiran memiliki tujuan agar tidak mengganggu perkembangan anak, menjaga kesehatan mental orang tua dan orang tua bisa melakukan perencanaan terhadap anak dengan baik (dikutip dari BKKBN, 2019).

Orang tua yang memiliki anak dengan jarak kelahiran dekat ini pada usia 0-6 tahun harus mempunyai kesiapan terhadap pengasuhan yang lebih. Dikarenakan menurut Sofyan (2018) pada usia 0-6 tahun anak berada di masa keemasan, yang dimana masa ini dicirikan dengan masa anak suka dengan segala hal atau eksplorasi, anak suka bermain, dan lain sebagainya. Di masa keemasan ini orang tua harus selalu memberikan perhatian lebih kepada anak-anaknya dan harus bisa memberikan kasih sayang yang adil terhadap anak-anaknya yang memiliki perbedaan umur tidak jauh itu, agar mereka tidak merasa diacuhkan atau tidak dipedulikan.

Dengan adanya fenomena kelahiran anak dengan jarak yang dekat ini bisa membuat para orangtua menjadi tidak siap hingga menimbulkan berbagai reaksi yaitu, *surprise*, *excited*, tidak percaya, marah, takut, malu, bahkan benci dan bahkan tak jarang juga beberapa pasangan tersebut ingin memiliki anak dengan jarak umur dekat dengan alasan anak akan memiliki teman, komunikasi antar anak juga tidak jauh, dan beberapa alasan lain. Menjadi orang tua sering kali membuat stres bagi banyak pasangan yang merasa lebih sulit daripada yang diharapkan (Bigner dalam Widyawati, Yapina 2018). Hal ini diperkuat dengan adanya berita yang di publish pada NOVA.ID (2023) yang mengungkapkan jika ada seorang ibu yang berasal dari Pesanggrahan Jakarta Selatan berinisial A dengan teganya menenggelamkan bayinya kedalam ember berisi air. Pejabat Sementara (Pjs) Ketua

Umum Komnas PA Lia Latifah mengungkapkan jika, faktor yang menyebabkan ibu itu tega menenggelamkan anaknya karena ibu itu mengalami sindrom *baby blues* sehingga tega menenggelamkan bayinya ke dalam ember berisi air dan A sendiri mengaku depresi harus merawat tiga balita sekaligus.

Dari kasus di atas bisa disimpulkan jika adanya perubahan pada kebiasaan sepasang suami istri terutama pada istri ini, yang tadinya tidak pernah mengasuh anak dan sekarang harus terbiasa mengasuh anak ini membuat mereka diharuskan memiliki perkembangan psikologis yang cukup bagus terutama dalam perkembangannya secara emosi. Karena pada dasarnya orang tua yang memiliki mental yang bagus akan menghasilkan proses pengasuhan yang bagus pula, hal ini diperkuat oleh penelitian Sumargi dan Kristi (2017) yang berjudul “*Well-Being* Orang Tua, Pengasuhan Otoritatif, dan Perilaku Bermasalah pada Remaja” yang mengatakan jika semakin tinggi *well-being* orang tua yang ditampakkan dengan dengan afeksi positif (bahagia), kepuasan dan kebermaknaan hidup serta hubungan sosial yang positif dengan lingkungan, maka akan semakin tinggi pula tingkat pengasuhan otoritatif orang tua yang akan ditampakkan dengan kehangatan dan keterlibatan orang tua serta dialog yang terbuka dengan anak, ini berpengaruh terhadap menurunnya perilaku bermasalah anak yang akan terjadi pada tahap perkembangan remajanya. Hal ini sejalan dengan pemikiran Solihati (dalam Fernianti 2022) yang mengatakan bahwa pengasuhan yang berkualitas itu sangat penting diberikan selama masa prasekolah karena pada dasarnya pengasuhan tersebut mencakup kehangatan orang tua, responsif emosional dan saling berbagi perasaan positif dengan anak.

Tidak hanya sampai disitu, pada penelitian Sakhiyyatus Sa’diyah (2016) yang berjudul “Gambaran *Psychological Well-Being* dan Stress Pengasuhan Ibu dengan Anak Autis” menjelaskan mengenai hasil penelitiannya yang berupa hasil observasi dan wawancara dengan subyek A,B dan C. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan, peneliti melihat jika ke tiga subyek ini begitu akrab saat sedang menunggu anaknya terapi, para subyek pun sangat antusias terhadap pertanyaan dan penjelasan mengenai kondisi anak-anak mereka satu sama lain. Sedangkan berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan ke tiga subyek menghasilkan hasil

yang sama, ke tiga subyek sudah sangat memahami kondisi dari anak-anak mereka dan menerima kondisi dari anak-anak mereka. Dari dimensi *Psychological well-Being* mereka mendapat skor yang tinggi dalam penerimaan diri yang menunjukkan karakteristik: mampu bersikap positif terhadap dirinya, menerima beberapa aspek yang ada pada dirinya entah itu baik atau buruk, menurut dimensi stress pengasuhan ketiga subyek merasa mampu merawat anak dan merasa mendapat dukungan sosial dari sekitarnya. Tidak hanya itu subyek A dan subyek C sama-sama memiliki empati yang tinggi sedangkan subyek B memiliki hubungan hangat dengan orang lain. Dari penelitian ini dapat ditarik kesimpulan jika ketiga subyek dapat menerima kondisi dari anak-anak mereka sehingga para subyek tidak terbebani ketika melakukan proses pengasuhan pada anak berkebutuhan khusus mereka.

Dengan adanya kejadian kelahiran anak dengan jarak lahir dekat ini dapat menjadikan masalah psikologis dan masalah psikologi itu akan berdampak pada proses pengasuhan orang tua ke anak. Karena pada orang tua terutama ibu yang mempunyai anak jarak lahir dekat ini mengharuskan mereka memberi pengasuhan dan perhatian yang lebih dan adil kepada anak, jika ibu tidak bisa memberikan itu dan merasakan kewalahan pada saat pengasuhan maka bisa menimbulkan yang namanya stress pengasuhan dan cara pengasuhan yang tidak wajar. Tidak hanya itu pengasuhan anak ini memainkan peran penting dalam perkembangan anak baik dari segi fisik atau emosional mereka berikutnya (Gaspar & Gaspar de Matos, 2017). Maka dari itu Baumrind (1991) membuat 4 tipe pengasuhan anak dengan menggunakan dua dimensi untuk dapat menggambarkan bagaimana orang tua memberikan aturan dalam mengasuh dan membesarkan anak-anak mereka. 4 tipe pengasuhan itu diantaranya, 1) pengasuhan *autoritatif*, metode kontrol penyesuaian, memberikan kebebasan yang sesuai dan mendorong anak menjadi mandiri, 2) pengasuhan *authoritarian*, pengasuhan ini berfokus pada hukuman dan mempunyai batasan yang ketat, sehingga orang tua mengharapkan anaknya selalu mengikuti apa perintah mereka, 3) pengasuhan *indulgent*, dimana orang tua membebaskan anak dan menuruti semua keinginan anak, dan 4) yang terakhir yaitu pengasuhan *neglectful* pengasuhan ini sedikit keterlibatan orang tua sehingga memunculkan kurangnya kehangatan dan kasih sayang orang tua .

Banyaknya gaya pola pengasuhan ini membuat para orang tua mempelajari itu karena adanya keinginan orang tua untuk selalu ingin memberikan bentuk pengasuhan yang terbaik untuk anaknya. Berbagai proses pengasuhan telah dicoba untuk menghadapi berbagai perilaku anak yang muncul, hingga mengakibatkan kelelahan dan menguras energi dan psikis (Saraswati & Febriani (dalam Theresia & Harianto 2022). Bluth & Whaler (dalam mengatakan Theresia & Harianto 2022) mengatakan jika orang tua dapat bertindak menjadi kurang peduli dan reaktif dalam menanggapi perilaku anak-anaknya ketika pengasuhan, dikarenakan mereka kelelahan psikologis akibat tantangan dan rintangan yang ada. Perilaku reaktif ini dapat digambarkan seperti perilaku kasar, keras, atau otoriter serta menggunakan metode hukuman yang berlebihan.

Maka dari itu orang tua harus mampu menghadapi kesulitan yang ada, seperti jika anak sedang meminta perhatian lebih orang tua harus bisa membaginya secara adil kepada anak, apalagi anak masih balita dan berpikir positif ketika melakukan pengasuhan, jika tidak mampu berpikir dengan positif dan tenang maka orang tua akan mengalami stres. Stres sendiri menurut Sarafino dan Smith (dalam Trikusuma & Hendriani 2021) merupakan bagaimana seseorang menganggap tuntutan dari lingkungannya, baik di dalam maupun di luar dirinya. Menurut Folkman & Lazarus (1985) stress yaitu, segala tuntutan yang dinilai membebani hingga menjadikan tekanan pada individu itu sendiri. Oleh karena itu, orang tua harus memiliki strategi koping yang bagus dalam menjalankan proses pengasuhan agar tidak menimbulkan stres pengasuhan. Sedangkan dalam tulisan Gaol (2016) yang menuliskan tentang teori stress yang meliputi: stimulasi, respons, dan transaksional menjelaskan tiga pendekatan teori stress, diantaranya yaitu, 1) *Stres model stimulus* (rangsangan), 2) *stress model response* (respons), dan 3) *stress model transaksional*.

Menurut Abidin (dalam Chiriyah & Surjaningrum, 2020) mendefinisikan Stres pengasuhan ini sebagai tekanan yang muncul ketika mengasuh anak, tekanan ini muncul dikarenakan adanya proses pengasuhan anak yang sangat kompleks dilakukan dalam situasi yang menuntut dengan keadaan sumber daya pribadi dan fisik yang terbatas. Sedangkan menurut Deater-Deckard (dalam Savitri & Herdajani 2023) mengartikan stress pengasuhan sebagai suatu kondisi yang tidak

menyenangkan serta menimbulkan reaksi psikologis sebagai upaya untuk beradaptasi mengenai tuntutan peran pengasuhan. Harmony dan Perry (2001) (dalam Stephanie & Yapina (2016)) mengungkapkan jika stress yang terkait dengan pengasuhan anak juga mempunyai hubungan dengan pengasuhan orang tua yang tidak optimal, berkurangnya kemampuan perkembangan pada anak, dan adanya gangguan dari sistem keluarga. Hal ini sejalan dengan penelitian yang berjudul “Pengasuhan Penuh Perhatian dan Stres Pengasuhan Pada Orang Tua dengan Anak Usia 2-6 Tahun” yang dilakukan oleh Harianto dan Theresia (2022) yang mengatakan jika pengasuhan penuh perhatian merupakan prediktor bagi stres pengasuhan pada orangtua yang memiliki anak usia 2-6 tahun. Berdasarkan pengasuhan penuh perhatian, aspek yang lebih besar memberikan kontribusi adalah *mindfull discipline* dan *being in the moment with child*. Hal ini menunjukkan jika orang tua yang menerapkan dua aspek tersebut, maka stres pengasuhan yang dialami mereka dapat berkurang.

Dalam beberapa penelitian, stres pengasuhan ini disebabkan karena orang tua kurang bisa mengatur dan mengenali emosi mereka dengan baik atau bisa disebut dengan regulasi emosi. Seperti yang terdapat pada penelitian “*Gambaran Parenting Stress dan coping stress pada Ibu yang Memiliki Anak Kembar*” yang dilakukan oleh Stephanie Lestari dan Yapina Widyawati pada tahun 2016, di jelaskan bahwa ibu yang memiliki anak kembar memiliki tingkat stres sedang. Selain itu juga banyak ibu yang memiliki tingkat stres yang rendah, dibanding tingkat stres yang tinggi. Hal itu karena terdapat 2 faktor yang dapat mempengaruhi tingkat stres ibu memiliki anak kembar. Faktor yang pertama yaitu pekerjaan dalam hal ini mencakup pada ibu yang bekerja dan tidak bekerja, kelompok ibu yang tidak bekerja ini memiliki tingkat stres tinggi dibanding yang bekerja. Jadi tingkatan stres kelompok ibu yang bekerja dan tidak bekerja keduanya memiliki tingkatan stres sedang, dan faktor yang kedua yaitu faktor usia.

Sementara itu terdapat penelitian lain yang mengangkat judul “Hubungan Antara Parenting Stres dan Strategi regulasi Emosi Orang Tua yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar (*Middle Childhood*) di JABODETABEK” yang dilakukan oleh Srifianti tahun 2020. Di dalam penelitian itu mengatakan bahwa terdapat hubungan

negatif antara stres pengasuhan dengan strategi regulasi emosi orang tua yang memiliki anak usia Sekolah Dasar (*Middle Childhood*), karena ketika orang tua semakin merasa stres dalam pengasuhan, maka kecil kemungkinan mereka menggunakan strategi regulasi emosi bagi orang tua yang memiliki anak masih berada di Sekolah Dasar. Senada dengan penelitian di atas, penelitian dengan judul “Hubungan *Social Support* dengan *Parenting Stress* pada Ibu dengan Anak Tunagrahita di SLB-C Z Bandung” yang dilakukan oleh Hanifah Nastiti Putri Azani dan Suci Nugraha pada tahun 2019, menyimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang erat antara *social support* dengan *parenting stress* ibu dengan anak tuna grahita di SLB-C Z Bandung. Karena semakin tinggi *social suport* yang di dapatkan, maka semakin rendah intensitas stres pengasuhan ibu. Maka dari itu dalam menjalankan proses pengasuhan orang tua harus bisa mengetahui bagaimana kondisi emosi mereka. Setelah mengetahui bagaimna kondisi emosinya, orang tua pasti akan mencari cara untuk meregulasi emosi mereka.

Menurut Gross (dalam Nadhila & Septina 2023) regulasi emosi mengacu pada bagaimana strategi individu tersebut dalam memberikan respon emosi yang dimiliki sehingga memengaruhi perasaan, pengalaman yang dialami, dan cara menegkspresikan emosi tersebut. Rutherford dkk (2015) mengatakan jika melakukan suatu proses pengasuhan itu harus didampingi oleh kemampuan meregulasi emosi. Kemampuan orang tua dalam meregulasi emosi yang berhubungan dengan pertumbuhan anak ini ada 3 mekanisme yaitu, pengamatan anak terhadap regulasi emosi orang tua, penerapan pengasuhan orang tua terkait emosi, dan keadaan emosi keluarga (Morris, dkk 2007). Regulasi emosi yang baik ini merupakan kemampuan yang dibutuhkan seorang ibu untuk melakukan pengasuhan dan pendampingan anak.

Menurut Nevid, dkk (dalam Halimah & Hidayati 2015) meregulasi emosi ini dapat meredakan ketegangan, reaksi emosional, dan mengurangi hal-hal negatif. Tidak hanya itu kemampuan meregulasi emosi ini juga dapat menurunkan risiko masalah psikologis yang ada. Hal ini di dukung oleh beberapa penelitian sebelumnya, seperti yang ada di dalam penelitian Minarni tahun 2021, yang berjudul “Regulasi Emosi Ibu Mendampingi Anak Dalam Belajar Dimasa Pandemi

Covid-19” hasil wawancara terhadap 4 responden yang merasakan marah, lelah stres, merasa kurang sabar dalam menghadapi anak ini menghasilkan respon yang berbeda, 2 orang menyatakan akan membelakan mata, berteriak, marah, jengkel, dan berbicara dengan nada tinggi. Sedangkan 2 responden lainnya mengatakan jika mereka lebih mengalihkan perasaan-perasaan tersebut dengan melakukan kesibukan lain, meninggalkan anak sejenak, diam, menarik nafas panjang dan meminum air untuk meredakan emosi yang telah dirasakan. Sementara itu ada penelitian lain yang berjudul “Regulasi Emosi pada Ibu *Single Parent*” yang dilakukan oleh Tyas Diana Uswatun Hasanah & Erlina Listyanti Widuri, pada tahun 2014 yang menyimpulkan jika proses regulasi emosi pada kedua subjek sama-sama menggunakan strategi regulasi emosi *situation selection*, *situation modification*, *attention deployment*, *cognitive change* dan *respon modulation* namun dengan bentuk yang berbeda.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang telah di uraikan peneliti di atas, peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian mendalam mengenai bagaimana proses regulasi emosi dan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak dengan jarak lahir dekat.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang ada dalam penelitian ini berdasarkan latar belakang diatas yaitu, “apakah ada hubungan antara regulasi emosi dan stres pengasuhan ibu yang memiliki anak jarak lahir dekat?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini berdasarkan rumusan masalah diatas yaitu, untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak jarak lahir dekat

1.4 Manfaat penelitian

Dalam penelitian ini menghasilkan beberapa manfaat penelitian, yaitu sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman tentang hubungan regulasi emosi dan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak jarak lahir dekat
2. Penelitian ini diharapkan dapat menambah data empiris, informasi baru dan wawasan dalam perkembangan ilmu psikologi keluarga dan kesehatan mental.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi subjek , diharapkan penelitian ini bisa menjadi bahan informasi dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya seorang ibu mempunyai regulasi emosi yang baik
2. Bagi Pasangan, diharapkan meningkatkan kualitas hubungan, komunikasi yang baik dan meningkatkan dukungan keterlibatan suami pada saat proses pengasuhan
3. Bagi keluarga, diharapkan untuk semakin sadar akan adanya kesehatan mental ibu yang memiliki anak jarak lahir dekat
4. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini mampu menjadi bahan referensi penelitian yang sama kedepannya. Diharapkan juga penelitian ini dapat dikembangkan menjadi lebih baik lagi dalam hal fenomena, responden maupun metode penelitiannya.