

ABSTRAK

Wanda Arum Febrianti. 200541100155. Hubungan Regulasi Emosi dan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak Jarak Lahir Dekat. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas Trunojoyo Madura. 2024.

Stres Pengasuhan merupakan salah satu fenomena dapat terjadi pada ibu kapan pun dan dimana pun. Apalagi dengan adanya kelahiran anak dengan jarak yang dekat dan tidak memiliki adanya regulasi emosi yang baik, pasti akan menjadi faktor lebih besar untuk ibu mengalami adanya stress pengasuhan. Tujuan penelitian ini merupakan untuk mengetahui adanya hubungan antara regulasi emosi dan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak jarak kelahiran dekat. Penelitian ini juga merupakan penelitian kuantitatif. Pengumpulan data dilakukan menggunakan metode kuesioner. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis apakah terdapat hubungan antara regulasi emosi dan stress pengasuhan pada ibu yang memiliki anak jarak lahir dekat. Responden dalam penelitian ini merupakan ibu yang memiliki anak dengan jarak kelahiran maksimal 2 tahun dengan jumlah 52 responden yang berasal dari berbagai provinis. Instrument penelitian ini yaitu skala regulasi emosi dan stress pengasuhan. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi *product moment* dengan menggunakan bantuan IBM SPSS *Statistic 27 for Windows*. Hasil penelitian ini menunjukkan jika, diperoleh signifikansi sebesar .000 ($p < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara variabel regulasi emosi (X) dengan variabel stress pengasuhan (Y), maka hasil hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima. Kemudian, diperoleh nilai r hitung sebesar -0,687, lebih besar dari r tabel yang bernilai 0,279 pada taraf signifikansi (5%). Dengan hasil korelasi yang negatif (-) ini dapat dinyatakan bahwa jika semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki seorang ibu yang memiliki anak dengan jarak lahir dekat maka akan semakin rendah terjadinya stress pengasuhan. Sementara itu, nilai r untuk interval koefisien korelasi sebesar 0,687 menunjukkan bahwa hubungan antara variabel regulasi emosi (X) dengan variabel stress pengasuhan (Y) tergolong kuat.

Kata kunci: stress pengasuhan, regulasi emosi, jarak kelahiran dekat

ABSTRACT

Wanda Arum Febrianti. 200541100155. Relationship between Emotion Regulation and Parenting Stress in Mothers with Children with Close Birth Spacing. Psychology Study Program, Faculty of Social and Cultural Sciences, Trunojoyo University Madura. 2024.

Parenting stress is a phenomenon that can occur to mothers anytime and anywhere. Especially with the birth of children with close distance and not having good emotional regulation, it will definitely be a bigger factor for mothers to experience parenting stress. The purpose of this study is to determine the relationship between emotional regulation and parenting stress in mothers who have children with close birth distance. This research is also a quantitative research. Data collection was carried out using a questionnaire method. This study aims to analyze whether there is a relationship between emotion regulation and parenting stress in mothers who have children with close birth distance. Respondents in this study were mothers who had children with a maximum birth spacing of 2 years with a total of 52 respondents from various provinces. This research instrument is a scale of emotional regulation and parenting stress. The analysis used in this study is the product moment correlation test using the help of IBM SPSS Statistic 27 for Windows. The results of this study indicate if, obtained significance of .000 ($p < 0.05$). So it can be concluded that there is a relationship between the emotion regulation variable (X) and the parenting stress variable (Y), so the results of the hypothesis proposed in this study can be accepted. Then, the calculated r value is -0.687, greater than the r table which is worth 0.279 at the rate of

Keywords: parenting stress, emotion regulation, close birth distance