

***MINDFUL PARENTING DENGAN STRES PENGASUHAN IBU ANAK
USIA MIDDLE CHILDHOOD***

Lavenia Prichela Raintama¹, Angelina Dyah Arum Setyaningtyas²

^{1,2}Universitas Mercu Buana Yogyakarta

email: *2angelina@mercubuana-vogya.ac.id

082137254901

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara mindful parenting dan stres pengasuhan ibu anak usia middle childhood. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan antara mindful parenting dengan dengan stres pengasuhan pada ibu anak usia middle childhood. Semakin tinggi mindful parenting maka semakin rendah stres pengasuhan pada ibu anak usia middle childhood. Sebaliknya, semakin rendah mindful parenting maka semakin tinggi stres pengasuhan pada ibu anak usia middle childhood. Subjek penelitian ini berjumlah 116 ibu yang memiliki anak usia middle childhood (6-11 tahun) di kota Manado. Data dikumpulkan menggunakan skala MIPQ (Mindfulness in Parenting Questionnaire) dan PSS (Parental Stress Scale). Sedangkan teknik analisis data pada penelitian ini digunakan teknik analisis korelasi product moment Pearson. Hasil analisis product moment menunjukkan koefisien korelasi $r = -0,687$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi mindful parenting maka semakin rendah stres pengasuhan ibu anak usia middle childhood, dan sebaliknya semakin rendah mindful parenting maka semakin tinggi stres pengasuhan ibu anak usia middle childhood. Adapun hipotesis pada penelitian ini diterima.

Kata kunci: ibu, *middle childhood*, *mindful parenting*, stres pengasuhan.

PENDAHULUAN

Seorang ibu merupakan awal bagi anak untuk bersosialisasi sejak dilahirkan, menjadi tempat bersandar, dan bahkan menjadi pusat pendidikan dan panutan anak, sehingga hal itu membuat seorang ibu memiliki posisi penting dalam mengasuh dan mendidik anak (Palupi, 2021). Dalam pengasuhan tentu memiliki banyak tantangan, seiring berjalannya waktu dan bertambahnya umur seorang anak maka tantangan pengasuhan pun akan semakin besar, salah satu tahapan usia dalam tahap perkembangan adalah tahap *middle childhood* (Srifianti, 2020). *Middle childhood* adalah salah satu fase penting perkembangan manusia, yang berumur antara 6-11 tahun dan biasanya anak-anak sudah duduk di bangku Sekolah Dasar (DelGiudice, 2018). Tantangan dalam pengasuhan anak yang berada dalam fase *middle childhood* menjadi semakin besar ketika pada awal tahun 2020 dunia dilanda oleh pandemi Covid-19 yang mempengaruhi berbagai sektor (Hanifa dkk, 2021). Pemerintah Indonesia mengeluarkan beberapa kebijakan terkait pandemi, salah satunya adalah keputusan dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud) yang mengeluarkan kebijakan untuk melarang pertemuan tatap muka di sekolah, sehingga seluruh kegiatan pembelajaran dilakukan secara daring tak terkecuali sekolah dasar (Kemendikbud, 2020). Kebijakan tersebut membuat tuntutan orangtua menjadi bertambah karena para orangtua khususnya ibu

harus menjalani perannya sebagai ibu sekaligus pendidik untuk anak-anak dimana ibu harus menemani anak dalam proses pembelajaran, memperhatikan setiap tugas-tugas yang diberikan dalam pembelajaran daring (Wahib, 2021).

Banyaknya ekspektasi yang dimiliki oleh ibu maka anak akan berusaha untuk memenuhi ekspektasi tersebut dan jika anak tidak berhasil memenuhi ekspektasi maka ibu pun harus melakukan sesuatu agar anaknya dapat memenuhi harapan, terutama dibidang akademik pada saat anak akan memasuki sekolah dasar (Gani dan Kumalasari, 2019). Tuntutan pengasuhan dan juga ekspektasi tersebut jika tidak mampu diatasi oleh ibu maka akan menjadi suatu beban yang akan dirasakan sehingga keadaan tersebut dapat menjadi sebuah tekanan yang dapat menjadi stres pada ibu (Apreviadizy dan Puspitacandri, 2014).

Dilansir oleh Solopos (2021) tingkat stres ibu di Indonesia naik 95% selama pandemi Covid-19 atau pada tahun 2020 sampai 2021. Artikel selaras dengan penelitian oleh Palupi (2021) yang membahas tingkat stres ibu dalam mendampingi siswa-siswi Sekolah Dasar selama belajar di rumah pada masa pandemi Covid-19 menunjukkan ada 7,86% ibu mengalami stress tingkat sangat rendah, 51,69% tingkat rendah, 30,34% tingkat sedang, 39,33% tingkat tinggi, dan 2,25% tingkat sangat tinggi.

Gani dan Kumalasari (2019) juga mengemukakan bahwa ibu perlu untuk hadir sepenuhnya saat melakukan tugas-tugas dalam pengasuhan dengan menerima, mendampingi, mengajari, dan menikmati peran juga tugas sebagai ibu. Dapat juga diartikan bahwa seorang ibu yang dapat memenuhi elemen-elemen *mindful parenting* tersebut, maka ibu akan dapat melakukan tugas pengasuhan dengan baik. Hal tersebut didukung oleh Bögels dkk (2010) bahwa orang tua yang *mindful* dapat menangani stres pengasuhan dengan lebih baik. Untuk mencapai kesejahteraan psikologis maka para ibu harus dapat mengontrol dan mengelola tekanan atau masalah yang dihadapi sehingga tidak menjadi stres (Apreviadizy & Puspitacandri, 2014). Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa Skor *mindful parenting* yang tinggi memiliki hubungan dengan stres pada orangtua (Dodsworth, 2018). Selanjutnya ditemukan bahwa adanya korelasi antara kombinasi empati, kedekatan, kematangan emosi, afeksi di satu sisi, otonomi dan memperkenalkan anak mandiri dengan rendahnya stres pengasuhan (McCaffrey dkk, 2016).

Berdasarkan penjelasan di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *mindful parenting* dengan stres pengasuhan ibu anak usia *middle childhood*.

Middle Childhood

Fase *middle childhood* merupakan masa yang sering dilupakan dalam pengasuhan, karena para orangtua lebih berfokus pada fase usia dini dan remaja dan merupakan masa transisi pada anak-anak yang bergantung pada orang dewasa menjadi individu muda yang berperan aktif di keluarga dan komunitas (Mah & Ford-Jones, 2012). Santrock (2012) dalam teori perkembangannya, menggabungkan masa *middle childhood* dengan masa *late childhood* yaitu individu yang berusia 6-12 tahun. Pada usia *middle childhood* jika ditinjau dari tahap perkembangan kognitif anak menurut Piaget (dalam Marinda, 2020) maka terdapat dua tahap yaitu tahap praoperasional dan tahap operasional konkret. Hal itu berarti bahwa pada usia *middle childhood* akan terdapat peralihan tahap perkembangan kognitif dimana anak yang pada tahap praoperasional (2-7 tahun) memiliki pemikiran yang tidak sistematis, tidak konsisten, juga tidak logis (Marinda, 2020) akan beralih ke tahap operasional konkret (7-11 tahun) yang merupakan kondisi anak sudah dapat menggunakan akal sehatnya untuk berfikir lebih logis terhadap sesuatu yang nyata (Bujuri, 2018). Sedangkan untuk usia *middle* dan *late childhood* yang dikemukakan Santrock (2012) yaitu 6-12 tahun menurut perkembangan kognitif Piaget (dalam Kurniawati dkk, 2019) anak yang berada pada tahap

operasional konkret (7-11) tahun dan akan memasuki tahap operasional formal (>11 tahun) dimana anak akan dapat berpikir secara logis mengenai masalah abstrak dan dapat menguji pemikiran secara sistematis juga memperhatikan masalah masa depan dan ideologis (Alfredo, 2016).

Middle childhood termasuk salah satu fase penting perkembangan manusia, yang berumur antara 6-11 tahun dan biasanya anak-anak sudah duduk di bangku Sekolah Dasar (DelGiudice, 2018). Saat memasuki sekolah dasar tentu saja semakin banyak tuntutan pengasuhan yang harus dipenuhi oleh seorang ibu (Gani dan Kumalasari, 2019). Tuntutan pada anak di masa *middle childhood* adalah anak-anak tidak hanya belajar dan bermain, namun juga pada masa ini anak-anak diharapkan sudah mulai untuk membantu hal-hal dalam rumah tangga seperti menjaga adik, mengambil makanan dan minuman, merawat binatang, dan juga membantu orang dewasa untuk menyiapkan makanan (DelGiudice, 2018).

Stres Pengasuhan

Stres yang terjadi dalam proses pengasuhan disebut *parenting stress* atau stres pengasuhan (Lestari dan Widyawati, 2016). Widarsson dkk (2012) mendefinisikan stres pengasuhan sebagai suatu pengalaman emosi negatif yang dirasakan oleh orang tua sebagai respon terhadap tuntutan sebagai orang tua. Menurut Berry dan Jones (1995) stres pengasuhan memiliki dua dimensi yaitu yang pertama adalah kesenangan, dimensi ini menunjukkan hal-hal positif atau kesenangan orang tua dalam proses pengasuhan seperti cinta, sukacita, kebahagiaan, dan kesenangan. Selain itu juga orang tua memiliki rasa untuk meningkatkan dan membangun diri. Dimensi yang kedua adalah tekanan yang menunjukkan komponen negatif dalam proses pengasuhan yang berasal dari tuntutan sumber daya seperti waktu, energi, uang, dan lainnya.

Mindful Parenting

Menurut Kabat-Zinn (dalam Gani & Kumalasari, 2019) *mindful parenting* merupakan cara dalam pengasuhan dan memberi perhatian kepada anak yang secara khusus diberikan dengan cara meningkatkan intensitas hubungan antara orang tua dan anak. *Mindful parenting* merupakan sebuah pendekatan dari orang tua yang memiliki karakteristik tidak menghakimi, sadar dan hadir dalam interaksi antar anak dan orang tua (Moreira dan Canavarro, 2018). *Mindful parenting* memiliki dua dimensi menurut McCaffrey, Reitman, dan Black (2016). Dimensi pertama adalah *mindful discipline* dimana yang menjadi fokus utama yakni berkaitan dengan orangtua yang memanasikan ciri pengasuhan tidak reaktif, tingkat kesadaran atas pengasuhan yang dilakukan, juga pengasuhan yang berfokus pada tujuan pengasuhan yang telah ditentukan. Sedangkan dimensi kedua adalah *being in the moment with child* ini menaruh fokus pada anak dengan cara menaruh perhatian pada momen yang terjadi saat ini, pemahaman akan empati juga penerimaan pada anak.

METODE

Pada penelitian kali ini digunakan metode pengumpulan data secara kuantitatif dengan teknik teknik *purposive sampling*. Alat ukur dalam penelitian ini adalah skala *Parental Stress Scale* (PSS) yang disusun oleh Berry dan Jones (1995) yang memiliki 18 aitem dan sudah diterjemahkan oleh Sabam (2021) untuk mengukur stres pengasuhan. Dalam penyusunannya, Skala *Parental Stress Scale* (PSS) dalam penyusunannya memiliki reliabilitas sebesar 0,83.. Sedangkan untuk mengukur *mindful parenting* penelitian ini menggunakan skala *Mindfulness in Parenting Questionnaire* (MIPQ) yang disusun oleh McCaffrey, Reitman, dan Black (2016) terdapat 28 aitem dengan reliabilitas 0,96 untuk dimensi *mindful discipline* dan 0,89 untuk dimensi *being in the moment with the child*. Pada penelitian ini menggunakan skala MIPQ yang sudah diterjemahkan oleh Febriany dkk (2021).

Penyebaran skala dilakukan kepada 116 ibu yang memiliki anak usia *middle childhood* (6-11 tahun) di Kota Manado dengan mendatangi tiga Sekolah Dasar yaitu di SD Advent 1 Tikala Manado, SD Advent 3 Manado, dan SD Negeri 64 Manado. Peneliti membagikan skala satu per satu pada subjek pada saat orang tua menunggu anaknya bersekolah. Selain itu, peneliti melakukan kerja sama dengan para guru untuk membagikan skala kepada orang tua murid. Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis korelasi *product moment* Pearson dengan menggunakan aplikasi pengolah data SPSS v26.0 untuk melakukan uji terkait hubungan antara *mindful parenting* dengan stres pengasuhan.

HASIL

Tabel 1. Deskripsi Data Statistik Deskriptif

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Max	M	SD	Min	Max	M	SD
Stres pengasuhan	18	90	54	12	20	47	32,55	6,416
<i>Mindful parenting</i>	28	112	70	14	59	105	84,53	8,642

Melalui tabel diatas, diketahui bahwa skor rata-rata hipotetik dari stres pengasuhan adalah 54 dan skor rata-rata empirik 32,55, dan untuk skor standar deviasi hipotetik dari stres pengasuhan adalah 12 lalu skor standar deviasi empirik 6,416. Sedangkan untuk *mindful parenting*, skor rata-rata hipotetik adalah 70 dan skor rata-rata empirik 84,53 dengan standar deviasi hipotetik 14 dan standar deviasi empirik 8,642. Lalu melalui uji normalitas dengan residual didapati nilai signifikansi $0,62 > 0,05$ dan dinyatakan bahwasannya data residual terdistribusi dengan normal. Sedangkan dalam uji linearitas didapati nilai F hitung sebesar $0,891 < F_{tabel}$ dan signifikansi $0,634 > 0,05$ yang berarti bahwa terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel *mindful parenting* dan variabel stres pengasuhan. Setelah dilakukannya uji asumsi maka dilanjutkan dengan melangsungkan uji hipotesis.

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis

	<i>Pearson Correlation</i>	Sig.	Keterangan
<i>Mindful Parenting</i> *Stres Pengasuhan	-0,687	0,000	Signifikan

Berdasar tabel uji hipotesis tersebut, didapatkan informasi dimana nilai $r = - 0,687$ dan koefisien signifikansi $0,000 < 0,05$. Hal tersebut memeplihatkan bahwa terdapat hubungan yang negatif secara signifikan antara *mindful parenting* dengan stres pengasuhan pada ibu anak *middle childhood*, sehingga hipotesis yang diajukan pada penelitian ini dapat diterima.

PEMBAHASAN

Penelitian ini memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui hubungan antara *mindful parenting* dengan stres pengasuhan pada ibu anak usia *middle childhood*. Hipotesis dari

penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *mindful parenting* dengan stres pengasuhan pada ibu anak usia *middle childhood*. Dari hasil analisis, didapatkan informasi bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *mindful parenting* dengan stres pengasuhan pada ibu anak usia *middle childhood* (lihat Tabel 2). Hasil tersebut memiliki arti bahwa semakin tinggi *mindful parenting*, semakin rendah stres pengasuhan yang dirasakan oleh ibu. Sebaliknya, semakin rendah *mindful parenting*, semakin tinggi stres pengasuhan yang dirasakan oleh ibu. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

Penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya dengan hasil dimana terdapat hubungan antara *mindful parenting* dan stres pengasuhan pada ibu (Putri dkk, 2021; Gani dan Kumalasari, 2019). Selain itu, dalam penelitian yang dilakukan Dodsworth (2018) mendapati bahwa skor dari *mindful parenting* memiliki hubungan dengan stres pada orang tua. Selain itu Gani dan Fourianalistyawati (2020) dalam penelitiannya mendapatkan hasil bahwa *mindful parenting* berkontribusi terhadap rendahnya stres pengasuhan ibu.

Terdapat perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh Gani dan Kumalasari (2019) yang menguji peran dari *mindful parenting* terhadap stres pengasuhan ibu dari anak usia *middle childhood*. Perbedaan tersebut adalah penelitian ini dilakukan pada masa pandemi Covid-19 dimana tuntutan pengasuhan ibu semakin banyak karena anak harus menjalani pembelajaran jarak jauh atau daring. Sejalan dengan Wahib (2021) yang mengatakan bahwa kebijakan pembelajaran daring membuat peran orangtua bertambah karena orangtua khususnya ibu harus menjalani peran sebagai ibu sekaligus menjadi pendidik dalam proses pembelajaran anak. Selain itu penelitian ini dilakukan di lokasi yang berbeda yaitu Manado yang tentu saja memiliki budaya yang berbeda dari Jakarta. Indonesia memiliki budaya dan suku yang beragam, hal ini juga berarti bahwa terdapat keanekaragaman pola pengasuhan ibu karena dalam membesarkan anak ibu akan berpijak pada nilai dan budaya dari kelompok, ras, etnik, sosial, dan agama mereka (Daulay, 2016). Kota Manado memiliki lima nilai budaya yang mendasar yaitu *sitou timou tumou tou* (memanusiakan manusia), *torang samua basudara*, budaya *mapalus* (kerjasama), budaya demokrasi, budaya anti diskriminasi dan budaya silaturahmi yang menjadi pemersatu keragaman yang ada sehingga menjadikan masyarakat sadar akan pentingnya hidup rukun dan damai (Suleman, 2017).

Perbedaan situasi, kondisi, dan budaya tersebut dapat terlihat pada hasil perhitungan koefisien determinasi, dalam penelitian ini diperoleh nilai $R^2 = 0,471$. Hal tersebut berarti bahwa *mindful parenting* memiliki kontribusi sebesar 47,1% pada stres pengasuhan ibu anak usia *middle childhood* dan 52,9% disebabkan oleh variabel lain. Hasil perhitungan tersebut mendapat nilai yang lebih tinggi dari pada penelitian yang dilakukan oleh Gani dan Kumalasari (2019) yang mendapati pengaruh dari *mindful parenting* terhadap stres pengasuhan ibu hanya sebesar 39,7% saja. Hal ini juga sesuai dengan yang di kemukakan oleh Kumalasari dan Gani (2020) bahwa budaya juga dapat mempengaruhi stres pengasuhan.

Penelitian ini membuktikan bahwa dimensi-dimensi *mindful parenting* memiliki hubungan dengan rendahnya stres terkait pengasuhan pada ibu yang memiliki anak usia *middle childhood*. Pada dimensi yang pertama yaitu *mindful discipline* yang berfokus pada orang tua yang memiliki ciri pengasuhan yang tidak reaktif, kesadaran akan pengasuhan serta berfokus pada tujuan pengasuhan, contohnya adalah dapat mengontrol diri dan sadar akan perilaku diri sendiri saat sedang mendisiplinkan anak (McCaffrey dkk, 2016). Lebih lanjut lagi Bögels dkk (2010) menjelaskan bahwa orang tua yang mempraktikkan *mindful*

parenting akan berinteraksi lebih tenang dalam menghadapi perilaku negatif anak. Ketika orang tua tidak mampu mengendalikan diri terhadap perilaku negatif yang dimiliki oleh anak, maka hal itu dapat menimbulkan stres pengasuhan. Dalam penelitian ini, aitem dari skala MIPQ nomor 27 “Mencoba memperlambat respon Anda terhadap anak untuk mencapai tujuan Anda sebagai orang tua” dan aitem nomor 28 “memberi tahu anak mengapa mereka dihukum”, yang mengukur *mindful parenting* berdasarkan dimensi *mindful discipline* memiliki jumlah respon yang tinggi. Peneliti mengasumsikan bahwa hal tersebut merupakan bukti bahwa para responden atau para ibu dapat mengontrol diri dalam mendisiplinkan anak, dimana ibu memberikan penjelasan yang jelas kepada anak mengapa mereka dihukum dan tidak reaktif untuk mencapai tujuan pengasuhan.

Kedua merupakan dimensi *being in the moment with the child* yang menaruh fokus pada anak dengan memberi asupan perhatian atas momen yang terjadi saat ini, pemahaman, empati, serta penerimaan terhadap anak (McCaffrey dkk, 2016). Dalam penelitian ini dapat dibuktikan melalui aitem nomor 1 “Cermat mendengarkan dan menyimak anak Anda saat kalian berdua sedang berbicara” dan aitem nomor 13 “Menerima anak Anda apa adanya” yang mendapatkan jumlah respon yang tinggi dari skala MIPQ yang mengukur *mindful parenting* melalui dimensi *being in the moment with the child*. Melalui hasil tersebut peneliti mengasumsikan bahwa para responden atau para ibu dalam penelitian ini memberikan perhatian, pemahaman, dan penerimaan kepada anak. Dengan adanya kombinasi dari empati, kedekatan, kehangatan atas emosi, afeksi di satu sisi, otonomi, dan memperkenalkan anak mandiri memiliki korelasi dengan rendahnya stres pengasuhan (Lestari dalam Gani dan Kumalasari, 2019).

Dalam melakukan pengasuhan penting bagi ibu untuk kestabilan emosional, terkontrol, terjaga, dalam menghadapi segala tingkah laku pada anak dan hal ini selaras dengan konsep *mindfulness* yang diterapkan dalam pengasuhan *mindful parenting*. Konsep yang ada di dalam *mindful parenting* berupa untuk meningkatkan hubungan orang tua dengan anak (Duncan dalam McCaffrey dkk, 2016). Mubarok (2016) mendefinisikan *mindful parenting* sebagai suatu keterampilan dasar bagi orang tua dalam melakukan interaksi dengan anak.

Orang tua yang menerapkan *mindful parenting* akan bisa untuk mengenali tingkat stres yang dirasakan sehingga dapat menangani stres yang dialami (Gani dan Kumalasari, 2019). Pada penelitian ini dibuktikan pada hasil kategorisasi data menunjukkan bahwa semua subjek sebanyak 116 berada pada kategori stres pengasuhan yang sangat rendah dan rendah. Kondisi subjek tersebut dapat diartikan bahwa subjek mampu mengatasi tekanan dan tantangan saat mengasuh anak usia *middle childhood*. Kemudian dalam kategorisasi *mindful parenting* sebanyak 66 subjek (56,9%) dan pada kategori sedang dan 29 (25%) subjek pada kategori tinggi. Kondisi ini mengungkapkan bahwa mayoritas ibu sudah menerapkan *mindful parenting* dalam pengasuhan. Berdasarkan pada hasil kategorisasi yang ada, dapat memungkinkan subjek yang menerapkan *mindful parenting* mengalami stres pengasuhan yang rendah. Hal tersebut juga didukung melalui Bögels (2010) yang menyatakan bahwa orang tua yang *mindful* akan lebih baik dalam menangani stres pengasuhan.

KESIMPULAN

Penelitian ini dilakukan guna melihat apakah terdapat hubungan *mindful parenting* dengan dengan stres pengasuhan pada ibu anak usia *middle childhood*. Hasil penelitian pada 116 ibu yang memiliki anak usia *middle childhood* terbukti bahwa terdapat hubungan negatif antara *mindful parenting* dengan dengan stres pengasuhan pada ibu anak usia *middle childhood*, semakin tinggi *mindful parenting*, maka semakin rendah stres pengasuhan yang

dirasakan oleh ibu anak usia *middle childhood*. Sebaliknya, jika semakin rendah *mindful parenting*, maka semakin tinggi stres pengasuhan ibu anak usia *middle childhood*. Adapun *mindful parenting* memiliki kontribusi sebesar 47,1% pada stres pengasuhan ibu anak usia *middle childhood* dan 52,9% disebabkan oleh variabel lain. Melalui penjelasan ini maka hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Melalui penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat secara teoritis dengan memberikan kontribusi bagi pengembangan psikologi pada umumnya dan psikologi klinis khususnya tentang hubungan *mindful parenting* dengan stres pengasuhan pada ibu. Peneliti ini juga diharapkan dapat bermanfaat secara praktis dengan memberikan masukan kepada para ibu untuk mengaplikasikan *mindful parenting* sebagai pola asuh sehingga dapat menurunkan tingkat stres pengasuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfredo, S. P. L. (2016). Pemahaman Proses Perkembangan Kognitif dan Psikososial Anak Sebagai Salah Satu Strategi Mencapai Kesuksesan Perawatan Ortodonti (Kajian Pustaka). *Jurnal B-Dent*, 3, 1-8.
- Amalia, P. M., & Kumalasari, D. (2019). Openness To Experience, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness, Neuroticism: Manakah Yang Terkait Dengan Mindful Parenting? Intuisi : *Jurnal Psikologi Ilmiah*, 11, 158–167
- Apreviadizy, P. & Puspitacandri, A. (2014). Perbedaan Stres Ditinjau dari Ibu bekerja dan Ibu Tidak Bekerja. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 9, 58-65.
- Berry, J. & Jones, W. H. (1995). The Parental Stress Scale: Initial Psychometric Evidence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12, 463-472.
- Bögels, S., Lehtonen A., & Restifo, K. (2010) Mindful Parenting in Mental Health Care. *Mindfulness.*, 1, 107-120.
- Bujuri, D. A., (2018). Analisis Perkembangan Kognitif Anak Usia Dasar dan Implikasinya dalam Kegiatan Belajar Mengajar. *Literasi*, 9, 37-50
- Daulay, N. (2016). Kajian Psikologi Lintas Budaya Tentang Stres Pengasuhan Pada Ibu. *Jurnal Tarbiyah*, 23, 296-323.
- DelGiudice, M. (2018). Middle Childhood: An Evolutionary-Developmental Synthesis. *Handbook of Life Course Health Development*, 8, 193-200.
- Dodsworth, C.W. (2018). Association of Mindful Parenting Dimensions, Positive Parenting, Child Reactivity, and Parent Stress. *Walden Dissertations and Doctoral Studies Collection*. (Disertasi). Walden University.
- Febriani, Z., Setyowati R. B., Kumalasari D., Fourianalistyawati. (2021). Adaptation of Mindfulness in Parenting Questionnaire (MIPQ) for parents of children aged 2-12 years. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6, 137-152
- Gani, I.A.A., & Kumalasari, D. (2019). Be Mindful, Less Stress: Studi Tentang Mindful Parenting Dan Stres Pengasuhan Pada Ibu Dari Anak Usia Middle Childhood Di Jakarta. *Jurnal Psikologi*, 15, 98-107.
- Hanifa, N., & Fisabilillah, L. W. P., (2021). Peran dan Kebijakan Pemerintah Indonesia Dimasa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Ekonomi*, 2, 9-19
- Kemendikbud (2020). Kebijakan Kemendikbud di Masa Pandemi. diterima 31 Juli 2022 dari <https://gtk.kemendikbud.go.id/read-news/kebijakan-kemendikbud-di-masa-pandemi>
- Kurniawati, N. A., Solehuddin, Ilfiandra. (2019). Tugas Perkembangan pada Anak Akhir. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3, 83-90.

Jurnal Sudut Pandang (JSP)

EISSN: 2798-5962, Vol. 2 No. 12 (2022): Special Issue

DOI: <https://doi.org/10.55314/jsp.v2i12>

- Lestari, S. & Widyawati, Y. (2016). Gambaran Parenting Stress dan Coping Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Kembar. *Jurnal Psikogenesis*, 4, 41-57.
- Mah, V. K. & Ford-Jones L. (2012). Spotlight on middle childhood: Rejuvenating the 'forgotten years'. *Paediatr Child Health*, 17, 81-83.
- Marinda, L. (2020). Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget dan Problematikanya Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Kajian Perempuan & Keislaman*, 13, 116-152.
- Moreira, H. & Canavarro, M. C. (2016). Does the association between mindful parenting and adolescents' dispositional mindfulness depend on the levels of anxiety and depression symptomatology in mothers?. *Journal of Adolescence*, 68, 22-31.
- Mubarok, P. P. (2016). Program Pengasuhan Positif untuk Meningkatkan Keterampilan Mindful Parenting Orangtua Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3, 35-50.
- McCaffrey, S., Reitman, D., & Black (2016). *Mindfulness In Parenting Questionnaire (MIPQ): Development and Validation of a Measure of Mindful Parenting*. (disertasi). Nova Southeastern University, Florida.
- Palupi, N. T. (2021) Tingkat Stres Ibu dalam Mendampingi Siswa-siswi Sekolah Dasar Selama Belajar di Rumah pada Masa Pandemi. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM*, 10, 36-48.
- Putri, A. S. S., Rahayu M. S., Khasanah, A. N. (2021) Pengaruh Mindful Parenting terhadap Stres Pengasuhan Ibu Rumah Tangga dalam Pendampingan Pendidikan Jarak Jauh. *Prosiding Psikologi*, 7, 589-594
- Putri, U. N. A., Rahayu M. S., Khasanah A. N. (2021). Pengaruh Mindful Parenting terhadap Stres Pengasuhan pada Guru Wanita yang Memiliki Anak Sekolah Dasar. *Journal Riset Psikologi.*, 1, 69-75.
- Sadam, J. A., (2020). Hubungan Parental Stress Dengan Kecenderungan Depresi Pada Ibu. (Skripsi dipublikasikan). Psikologi Universitas Sanata Dharma: Yogyakarta.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development* edisi ketigabelas jilid 1. Penerbit Erlangga
- Saraswati, W., Febriani, Z. (2018). Hubungan antara Mindful Parenting dengan Gaya Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak Usia 3-6 Tahun. *Jurnal Psikogenesis*, 6, 214- 222.
- Solopos, (2021). Hasil Penelitian: Tingkat Stres Ibu di Indonesia Naik 95 Persen Selama Pandemi Covid-19. Diterima 29 Oktober 2021 dari <https://www.solopos.com/hasil-penelitian-tingkat-stres-ibu-di-indonesia-naik-95-persen-selama-pandemi-covid-19-1158543>
- Srifianti, (2020). Hubungan Antara Parenting Stress dengan Strategi Regulasi Emosi Orang Tua yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar (Middle childhood) di JABODETABEK. *Jurnal psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, 18, 93-99.
- Suleman, F. (2017). Keberagaman Budaya dan Agama di Kota Manado. *Endogami : Jurnal Ilmiah Kajian Antropologi*, 1, 55-62.
- Wahib, A. (2021). Peran Orang Tuan dalam Membimbing Anak Belajar Daring Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Paradigma*, 12, 107-117
- Widarsson, M., Engstrom, G., Rosenblad, A., Kerstis, B., Edlund, B., & Lundberg, P. Parental Stress in Early Parenthood Among Mothers and Fathers in Sweden. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 27, 839-847.