LIBEROSIS
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 2 Tahun 2026
Online ISSN: 3026-7889

# STRES PENGASUHAN PADA IBU DI KAMPUNG TANJUNG KOTO MAMBANG SUNGAI DURIAN
## *PARENTING STRESS AMONG MOTHERS IN TANJUNG KOTO MAMBANG SUNGAI DURIAN VILLAGE*

**Malta Nelisa[1], Naurah Syifa Asridoni[2], Nisa Ramadhani Nasution[3], Nanda Vitaloka Irawan[4], Elvi Marlinis[5], Elvi Zulhaini[6]**
[1]Prodi Informasi Perpustakaan dan Kearsipan, Universitas Negeri Padang,
[2]Prodi Psikologi, Universitas Negeri Padang,
[3]Prodi Psikologi, Universitas Negeri Padang,
[4]Prodi Psikologi, Universitas Negeri Padang,
[5]Prodi Pendidikan Luar Biasa, Universitas Negeri Padang,
[6]Prodi Bahasa dan Sastra Inggris, Universitas Negeri Padang
maltanelisa@lecturer.unp.ac.id*

*Abstract*

*Parenting stress refers to the psychological pressure experienced by parents when the demands of parenting are perceived to exceed available resources. According to Abidin, parenting stress consists of three main aspects: parent distress, which relates to parents' internal emotional pressure; difficult child, which arises from parents' perceptions of challenging child behavior; and parent-child dysfunctional interaction, which reflects parents' dissatisfaction with the quality of interactions with their children. This qualitative study aimed to explore mothers' experiences of parenting stress based on these three aspects through in-depth interviews with three mothers living in Kampung Tanjung Koto Mambang, Nagari Sungai Durian. The findings indicate that parent distress was the most dominant aspect, characterized by emotional exhaustion, anxiety, and the burden of multiple roles, while the difficult child aspect emerged through mothers' perceptions of children's behavior as difficult to manage, particularly among boys, and parent-child dysfunctional interaction was reflected in mother-child interactions that were perceived as not fully emotionally satisfying, despite being generally described as adequate. These findings suggest that parenting stress among mothers is shaped by daily life demands and limited support within a rural context. Overall, this study emphasizes that parenting stress needs to be understood comprehensively by considering maternal conditions, child characteristics, the quality of mother-child relationships, and the surrounding social context. Family and community support play an important role in reducing parenting stress and improving the quality of parenting.*
***Keyword**: parenting stress, mothers, childrearing*

*Abstrak*

Stres pengasuhan merupakan tekanan psikologis yang dialami orang tua ketika tuntutan pengasuhan dirasakan melebihi sumber daya yang

**Article History**
Received : Januari 2026
Reviewed: Januari 2026
Published: Januari 2026

**COPYRIGHT : AUTHOR**
**PUBLISH BY : LIBEROSIS**

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

dimiliki. Menurut Abidin, stres pengasuhan mencakup tiga aspek, yaitu *parent distress* yang berkaitan dengan tekanan internal orang tua, *difficult child* yang muncul dari persepsi orang tua terhadap perilaku anak yang dianggap sulit, serta *parent-child dysfunctional interaction* yang berkaitan dengan ketidakpuasan orang tua terhadap kualitas interaksi dengan anak. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengalaman stres pengasuhan pada ibu berdasarkan ketiga aspek tersebut menggunakan pendekatan kualitatif melalui wawancara mendalam terhadap tiga orang ibu di Kampung Tanjung Koto Mambang, Nagari Sungai Durian. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *parent distress* menjadi aspek yang paling dominan, ditandai dengan kelelahan emosional, kecemasan, dan tekanan peran ganda, sementara aspek *difficult child* muncul melalui persepsi ibu terhadap perilaku anak yang dianggap sulit diatur, khususnya pada anak laki-laki, dan aspek *parent-child dysfunctional interaction* terlihat dari interaksi ibu dan anak yang dirasakan belum sepenuhnya memberikan kepuasan emosional bagi ibu meskipun hubungan secara umum dinilai cukup baik. Temuan ini menunjukkan bahwa stres pengasuhan pada ibu dipengaruhi oleh dinamika kehidupan sehari-hari dan keterbatasan dukungan dalam konteks masyarakat pedesaan. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa stres pengasuhan pada ibu perlu dipahami secara komprehensif dengan mempertimbangkan kondisi ibu, karakteristik anak, kualitas hubungan ibu dan anak, serta konteks sosial di sekitarnya. Dukungan keluarga dan komunitas menjadi faktor penting dalam membantu mengurangi stres pengasuhan dan meningkatkan kualitas pengasuhan anak.
***Kata kunci**: stres pengasuhan, ibu, pengasuhan anak*

**Pendahuluan**

Peran orang tua, khususnya ibu, merupakan tanggung jawab yang kompleks dan menuntut keterlibatan emosional, fisik, serta psikologis yang tinggi. Dalam konteks kehidupan sehari-hari, ibu tidak hanya berperan dalam memenuhi kebutuhan dasar anak, tetapi juga bertanggung jawab mendukung perkembangan emosional, sosial, dan kognitif anak secara berkelanjutan. Tuntutan pengasuhan tersebut kerap berjalan bersamaan dengan tuntutan lain, seperti pengelolaan rumah tangga dan pemenuhan kebutuhan ekonomi keluarga. Kondisi ini menjadikan ibu berada pada posisi yang rentan terhadap tekanan psikologis, terutama ketika sumber daya yang dimiliki tidak sebanding dengan tuntutan yang dihadapi (Nomaguchi & Milkie, 2020).

Fenomena tersebut tampak di Kampung Tanjung Koto Mambang, Nagari Sungai Durian. Berdasarkan hasil observasi awal dan percakapan informal dengan warga selama pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN), sejumlah ibu mengungkapkan perasaan kelelahan emosional akibat peran ganda sebagai ibu rumah tangga sekaligus pencari nafkah. Selain itu, keterbatasan akses terhadap informasi mengenai pola asuh yang tepat serta minimnya ruang untuk berbagi pengalaman dan memperoleh dukungan psikososial turut memperberat beban pengasuhan yang dirasakan. Kondisi ini menunjukkan bahwa tekanan pengasuhan tidak berdiri sebagai persoalan individual semata, melainkan berkaitan erat dengan konteks sosial dan lingkungan tempat ibu menjalani perannya.

Tekanan yang dialami orang tua dalam menjalankan peran pengasuhan dikenal sebagai stres pengasuhan (parenting stress). Abidin (1992) mendefinisikan stres pengasuhan sebagai kondisi ketika orang tua merasakan ketidakseimbangan antara tuntutan pengasuhan dan sumber daya yang dimiliki untuk merespons tuntutan tersebut. Stres ini muncul dari interaksi antara karakteristik orang tua, karakteristik anak, serta kualitas hubungan orang tua–anak dalam konteks lingkungan tertentu. Dengan demikian, stres pengasuhan dipahami sebagai konstruk multidimensional yang tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor tunggal.

Menurut Abidin (1992), stres pengasuhan terdiri atas tiga aspek utama. Aspek pertama adalah parent distress, yaitu stres yang bersumber dari kondisi internal orang tua, seperti kelelahan emosional, perasaan tidak kompeten dalam menjalankan peran pengasuhan, konflik peran, keterbatasan dukungan sosial, serta tekanan hidup lainnya. Ibu dengan tingkat parent distress yang tinggi cenderung merasa terbebani oleh perannya dan mengalami kesulitan dalam meregulasi emosi saat berinteraksi dengan anak. Aspek kedua adalah difficult child, yang merujuk pada stres yang muncul dari persepsi orang tua terhadap karakteristik anak yang dianggap sulit, seperti temperamen yang menantang, perilaku bermasalah, atau kebutuhan perhatian yang tinggi. Persepsi bahwa anak sulit diatur dapat meningkatkan tekanan emosional ibu dan memperberat pengalaman pengasuhan sehari-hari. Aspek ketiga adalah parent-child dysfunctional interaction, yaitu stres yang berkaitan dengan kualitas interaksi dan hubungan emosional antara orang tua dan anak. Stres pada aspek ini muncul ketika orang tua merasa bahwa interaksi dengan anak tidak menyenangkan, anak tidak memenuhi harapan orang tua, atau hubungan yang terjalin tidak memberikan kepuasan emosional.

Stres pengasuhan yang tidak dikelola dengan baik berpotensi menurunkan kualitas pengasuhan dan interaksi ibu-anak. Penelitian menunjukkan bahwa ibu dengan tingkat stres pengasuhan yang tinggi cenderung menunjukkan respons pengasuhan yang kurang sensitif, mengalami kelelahan emosional, serta lebih berisiko menerapkan pola asuh yang kurang adaptif (Crnic & Ross, 2017). Kondisi ini selanjutnya berhubungan dengan meningkatnya risiko munculnya masalah perilaku dan emosional pada anak, yang dapat berdampak pada perkembangan anak dalam jangka panjang (Neece et al., 2012).

Berbagai penelitian juga menegaskan bahwa stres pengasuhan dipengaruhi oleh faktor kontekstual, salah satunya adalah dukungan sosial. Dukungan sosial terbukti berperan sebagai faktor protektif yang dapat menurunkan tingkat stres pengasuhan pada ibu, baik melalui dukungan emosional, bantuan praktis, maupun validasi terhadap pengalaman pengasuhan yang dijalani (Barroso et al., 2018). Ketika ibu merasa didukung dan tidak menghadapi tuntutan pengasuhan seorang diri, mereka cenderung memiliki regulasi emosi yang lebih baik serta mampu membangun interaksi yang lebih positif dengan anak. Sebaliknya, minimnya dukungan sosial dapat memperburuk kelelahan emosional dan meningkatkan kerentanan ibu terhadap stres pengasuhan yang berkepanjangan (Leigh & Milgrom, 2008).

Dalam konteks masyarakat pedesaan seperti di Kampung Tanjung Koto Mambang, keterbatasan akses terhadap layanan pendukung pengasuhan dan informasi kesehatan mental keluarga berpotensi memperkuat beban pengasuhan yang dialami ibu. Penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan orang tua memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan anak serta dinamika keluarga secara keseluruhan (Nomaguchi & Milkie, 2020). Oleh karena itu, pemahaman yang komprehensif mengenai stres pengasuhan menjadi penting sebagai dasar dalam merancang upaya penguatan peran keluarga dan komunitas. Upaya peningkatan kesejahteraan ibu melalui dukungan sosial dan pengasuhan yang adaptif diharapkan tidak hanya berdampak pada ibu, tetapi juga pada kualitas perkembangan anak dan ketahanan keluarga dalam lingkungan masyarakat.

**Tinjauan Pustaka**

Stres pengasuhan (*parenting stress*) merupakan bentuk tekanan psikologis yang dialami orang tua sebagai konsekuensi dari tuntutan peran pengasuhan yang dijalani. Abidin (1992) mendefinisikan stres pengasuhan sebagai kondisi ketika individu yang menjalankan peran sebagai orang tua merasakan adanya ketidakseimbangan antara tuntutan pengasuhan dan sumber daya yang dimiliki untuk merespons tuntutan tersebut. Stres pengasuhan tidak muncul secara tunggal, melainkan sebagai hasil dari interaksi yang kompleks antara karakteristik orang tua, karakteristik anak, serta konteks lingkungan tempat pengasuhan berlangsung. Dengan demikian, stres pengasuhan dipahami sebagai pengalaman multidimensional yang terbentuk dalam dinamika relasi orang tua dan anak.

Menurut Abidin (1992), stres pengasuhan terdiri atas tiga aspek utama yang saling berkaitan, yaitu *parent distress*, *difficult child*, dan *parent-child dysfunctional interaction*. Ketiga aspek ini menggambarkan sumber stres yang berbeda namun saling memengaruhi dalam membentuk pengalaman pengasuhan orang tua secara menyeluruh. Aspek *parent distress* merujuk pada stres yang bersumber dari kondisi internal orang tua dalam menjalankan peran pengasuhan. Aspek ini mencakup kelelahan fisik dan emosional, rendahnya persepsi kompetensi diri sebagai orang tua, konflik peran, serta tekanan hidup seperti masalah ekonomi dan kurangnya dukungan sosial. Orang tua yang mengalami tingkat *parent distress* tinggi cenderung merasa terbebani oleh peran pengasuhan dan mengalami kesulitan dalam meregulasi emosi ketika menghadapi berbagai tantangan pengasuhan.

Aspek *difficult child* berkaitan dengan stres pengasuhan yang muncul dari persepsi orang tua terhadap karakteristik dan perilaku anak yang dianggap sulit. Karakteristik tersebut dapat berupa temperamen yang menantang, perilaku bermasalah, kesulitan dalam regulasi emosi, serta kebutuhan perhatian yang tinggi. Ketika orang tua memersepsikan anak sebagai sulit diatur, tekanan emosional yang dialami dapat meningkat dan memperberat tuntutan pengasuhan sehari-hari. Persepsi ini berperan penting dalam membentuk pengalaman stres pengasuhan, terutama ketika orang tua merasa tidak memiliki sumber daya yang memadai untuk mengelola perilaku anak.

Sementara itu, aspek *parent-child dysfunctional interaction* mengacu pada stres yang berkaitan dengan kualitas hubungan dan interaksi antara orang tua dan anak. Stres pada aspek ini muncul ketika orang tua merasa bahwa interaksi dengan anak tidak menyenangkan, anak tidak memenuhi harapan orang tua, atau hubungan yang terjalin tidak memberikan kepuasan emosional. Kondisi tersebut dapat menurunkan kualitas relasi orang tua–anak dan memperkuat pengalaman stres pengasuhan secara keseluruhan. Dengan demikian, ketiga aspek stres pengasuhan menurut Abidin (1992) menunjukkan bahwa stres pengasuhan merupakan hasil dari dinamika personal, karakteristik anak, serta kualitas interaksi relasional dalam konteks pengasuhan.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa stres pengasuhan pada ibu terbentuk melalui interaksi antara kondisi internal orang tua, karakteristik anak, serta konteks sosial tempat pengasuhan berlangsung (Abidin, 1992). Literatur secara konsisten menggambarkan bahwa tuntutan peran ganda dan ekspektasi sosial terhadap keibuan meningkatkan kerentanan ibu terhadap stres pengasuhan (Nomaguchi & Milkie, 2020). Pola ini menegaskan bahwa stres pengasuhan tidak hanya berkaitan dengan kemampuan individu ibu, tetapi juga dengan struktur peran dan kondisi sosial yang melingkupinya.

Selanjutnya, penelitian-penelitian mengidentifikasi bahwa kesejahteraan psikologis ibu berperan sentral dalam pengalaman stres pengasuhan. Tekanan emosional, kelelahan, dan rendahnya dukungan sosial memperburuk kemampuan ibu dalam merespons tuntutan pengasuhan secara adaptif (Leigh & Milgrom, 2008). Di sisi lain, karakteristik anak yang

menantang dapat memperkuat stres pengasuhan, terutama ketika ibu memersepsikan perilaku anak sebagai sulit dan merasa tidak memiliki sumber daya yang memadai untuk menghadapinya (Neece et al., 2012). Temuan ini menunjukkan pola bahwa stres pengasuhan tidak berdiri sebagai faktor tunggal, melainkan sebagai akumulasi pengalaman yang saling terkait.

Selain itu, literatur menegaskan bahwa stres pengasuhan berdampak langsung pada kualitas interaksi orang tua dan anak. Ibu dengan tingkat stres pengasuhan yang tinggi cenderung menunjukkan sensitivitas yang lebih rendah dalam pengasuhan, yang pada akhirnya memengaruhi kualitas relasi ibu–anak (Crnic & Ross, 2017). Pola ini menggambarkan adanya hubungan timbal balik antara stres pengasuhan dan interaksi relasional dalam keluarga.

Meskipun berbagai faktor stres pengasuhan telah banyak diidentifikasi, sebagian besar penelitian masih berfokus pada pengukuran tingkat stres dan hubungan antarvariabel menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan tersebut belum memberikan gambaran yang mendalam mengenai bagaimana ibu mengalami dan memaknai stres pengasuhan dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam konteks masyarakat pedesaan dengan keterbatasan akses terhadap dukungan sosial dan layanan kesehatan mental.

Berdasarkan telaah literatur, penelitian mengenai stres pengasuhan sebagian besar masih didominasi oleh pendekatan kuantitatif yang berfokus pada pengukuran tingkat stres pengasuhan dan hubungan antarvariabel, seperti karakteristik anak, kondisi psikologis orang tua, dan dukungan sosial. Pendekatan ini memberikan gambaran umum mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan stres pengasuhan, namun belum sepenuhnya menjelaskan bagaimana stres pengasuhan dialami, dimaknai, dan dinegosiasikan oleh ibu dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, kerangka stres pengasuhan menurut Abidin (1992) umumnya digunakan sebagai alat ukur melalui *Parenting Stress Index (PSI)*, sehingga pemahaman mengenai ketiga aspek stres pengasuhan *parent distress*, *difficult child*, dan *parent–child dysfunctional interaction* lebih sering dipahami secara kuantitatif. Masih terbatas penelitian yang mengeksplorasi ketiga aspek tersebut sebagai pengalaman subjektif ibu, khususnya dalam konteks sosial dan budaya tertentu.

Berdasarkan kondisi tersebut, terdapat celah penelitian berupa kurangnya kajian kualitatif yang menggali pengalaman hidup ibu terkait stres pengasuhan dengan menggunakan kerangka konseptual Abidin dalam konteks masyarakat pedesaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi celah tersebut dengan mengeksplorasi secara mendalam pengalaman ibu dalam menghadapi stres pengasuhan, sehingga diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih kontekstual dan relevan dengan realitas pengasuhan yang dihadapi ibu di komunitas pedesaan.

**Metodologi**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan rancangan fenomenologis guna mengeksplorasi secara intensif pengalaman subjektif ibu saat melaksanakan tugas merawat anak. Metode fenomenologis dipilih sebab menekankan pada penyingkapan esensi pengalaman kehidupan yang dialami secara langsung oleh individu, terutama dalam konteks menghadapi tekanan sebagai pengasuh utama di rumah tangga (Creswell & Poth, 2018).

Penelitian dilakukan di Kampung Tanjung Koto Mambang, Nagari Sungai Durian, berdasarkan hasil observasi awal selama pelaksanaan program Kuliah Kerja Nyata (KKN). Partisipan penelitian meliputi tiga orang ibu yang berperan sebagai pengasuh utama anak, dan mereka dipilih melalui teknik *purposive sampling*.

Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara intensif menggunakan panduan wawancara semi-terstruktur yang dirancang mengikuti konsep tekanan pengasuhan seperti yang diterapkan dalam penelitian ini. Data dianalisis dengan analisis tematik, melalui identifikasi

tema-tema yang muncul dari data dan pengelompokkannya sesuai dengan fokus studi. Validitas data dipertahankan melalui pembandingan data antarpeserta dan diskusi antarpeneliti.

**Hasil dan Pembahasan**

Dalam penelitian ini kami menggali informasi mengenai stress parenting atau stres pengasuhan pada ibu yang ada di Kampung Tanjung Koto Mambang Sungai Durian.

1.Narasumber 1

Tabel 1. Tema dan subtema stress parenting narasumber 1

| Tema | Subtema |
|---|---|
| *Parent Distress* (Stres Orang Tua) | Berusaha menjadi orang tua yang tidak mudah terbawa emosi. |
| | Lebih stress mengasuh anak laki-laki daripada anak perempuan. |
| | Mendapat dukungan dari pasangan. |
| *Difficult Child* (Anak Sulit) | Perbedaan anak perempuan dan laki-laki |
| | Anak membangkang bila merasa tak sesuai prinsipnya |
| *Parent-Child Dysfunctional Interaction* (Interaksi Disfungsional Orang Tua-Anak) | Hubungan dengan anak seperti teman |
| | Kurang puas dengan waktu yang dimiliki bersama anak |
| | Ibu banyak marahnya pada anak karena anak sering lalai |

1.1.*Parent Distress* (Stres Orang Tua)

a. Hubungan dengan anak seperti teman

Ibu FA berusaha menjadi orang yang tidak mudah emosi pada anaknya meskipun merasa dirinya sebagai orang tua tetap ada kesalahan dengan setiap anak karena setiap anak memiliki sifat yang berbeda-beda. Ibu FA berusaha untuk tidak terbawa emosi pada anak-anaknya yang mudah terpengaruh oleh zaman, ia berusaha menghadapinya dengan enjoy saja, berusaha menghadapi dengan lebih lembut disaat anak lebih keras.

*"Ya, mungkin kita ambil enjoy, walaupun ada sedikit ya, namanya orang tua pasti kan ada kesalahannya dengan setiap anak, dan semua itu kan tidak sama kalau sebenarnya dia berbeda-beda, ada dia yang patuh dengan kita, ada yang tidak, dan ada yang menurut dengan kita, kan apalagi zaman sekarang itu mudah-mudah pengaruh karena kita pun terbawa emosi gitu kan, nah itu kita ya kita hadapi dengan enjoy."*

b. Kurang puas dengan waktu yang dimiliki bersama anak

Ibu FA merasa kurang menghabiskan waktu bersama dengan anaknya karena siang ia harus bekerja dan malam jualan untuk memenuhi kebutuhan keluarga.

*"Kurang lah, kadang-kadang, mungkin nih apalagi ibu kan, siang kerja, malam jualan gitu kan, jadi kadang-kadang ada beberapa, kita pengen, mendidik anak kita, menemani dia belajar, tapi, kadang kita tidak punya waktu untuk hal itu, jadi, kurang puas waktu, waktu yang tersedia gitu kan."*

c. Ibu banyak marahnya pada anak karena anak sering lalai

Ibu FA merasa ia kadang banyak marahnya pada anaknya karena anak- anaknya sering lalai, seperti tidak membuat tugas, atau tidak pergi ngaji, malah pergi main.

*"Kadang-kadang ada banyak marahnya, ada juga banyak, tidak ada, yang marahnya misalnya, kadang dia, seharusnya di dalam buat tugas, ternyata dia nggak buat tugas, karena kita nggak di rumah, misalnya ada pulang sekolah, dia main gitu kan, dia seharusnya, dia jam empat tuh, dia pergi ngaji, tau-tau dia main gitu kan, pas kita pulang, dia masih nggak ada di rumah main, ternyata dia tidak mengaji, jadi kita marah jadinya."*

d. Membangun kedekatan emosional dengan mendekati anak secara benar

Ibu FA merasa untuk membangun kedekatan emosional dengan anak, ia harus mendekati anaknya secara benar. Ibu FA juga menjelaskan dan memberkan pengertian pada anaknya seperti saat Ibu FA marah, itu tandanya sayang.

*"Mungkin membangun emosionalnya, mendekati dia, dengan secara, benar namanya tuh, lebih mendekati diri ke dirinya, yang misalnya ditanya, gimana keadaannya, apa dia ngelakar, belajar akhbar tadi, senang lah, dapat berapa gitu, mungkin secara itu, kita mendekati diri anak, dan satu, kita mungkin, kita bilang sama dia, kalau marah bunda, tidak marah, seperti orang lain mungkin ya, bunda marah itu karena, sayang bunda, ke adek,"*

e. Liburan menjadi momen menyenangkan bagi ibu dan anak

Momen yang menyenangkan bagi Ibu FA bersama anak-anaknya adalah ketika ia libur kerja dan libur jualan, pergi makan-makan diluar atau pergi main- main bersama-sama.

*"Momen menyenangkannya, momen itu misalnya, waktu libur, libur jualan, kita kan libur kerja, libur juga jualan, kan kebanyakan libur jualan, kita, misalnya makan makan, pergi makan-makan duluan, dengan anak ibu, pergi bersama, atau kita pergi main-main, mungkin itu."*

1.2. *Difficult Child* (Anak Sulit)

a. Perbedaan anak perempuan dan laki-laki

Ibu FA merasa ada perbedaan antara anak perempuan dan laki-lakinya. Anak yang perempuan lebih suka di rumah saja dan lebih penurut, berbeda dengan anak laki-lakinya yang suka main keluar dengan temannya sampai lupa waktu dan membuat Ibu FA stres.

*" Kalau anak ibu perempuan itu, dia sukanya di rumah aja, nggak ada yang ikut- ikutan, iya, nggak ada bagaimana ya, dia nggak ada banyak yang ikut-ikutan, dia nurut aja gitu."*

b. Anak membangkang bila merasa tak sesuai prinsipnya

Ibu FA tak merasa anaknya tidak sering membangkang, tetapi tetap ada momen saat ketika anaknya malas atau saat sesuatu yang dikatakan Ibu tidak sesuai dengan prinsip anaknya, bila apa yang direkomendasikan sang Ibu tidak sesuai menurut ana. Anaknya merasa zaman dulu sudah berbeda dengan sekarang setiap Ibu menceramahinya.

*"Kalau membangkangnya, nggak juga ada sering, tapi cuman ada ketika dia malas mungkin, atau gimana gitu kan, atau menurut dia tidak sesuai dengan prinsip dia, baru dia membangkang pada kita gitu, saya rekomen kan, tidak sesuai menurut dia,"*

1.3. *Parent-Child Dysfunctional Interaction* (Interaksi Disfungsional Orang Tua-Anak)

a. Hubungan dengan anak seperti teman

Ibu FA merasa hubungan dengan anak-anaknya baik-baik saja, ia menggambarkannya seperti teman meskipun bila dengan anak laki-lakinya sedikit berbeda, ia merasa anak laki-lakinya tidak terlalu mau curhat dengan Ibunya, lebih memilih curhat dengan adiknya. Ibu FA merasa anak laki-lakinya dekat dengannya, tetapi tidak terlalu detail saat curhat, hanya sekadarnya.

*"Hubungannya, baik-baik aja gitu, maksudnya menggambarinnya gimana ya, mungkin kayak sebagai teman, sama lain kondisi anak ibu gimana, ibu gimana, jadi ibu mendengarkan, atau bagaimana? kalau sama, sama anak itu, kalau dengan anak laki-laki tuh, berbeda hubungannya istilahnya, dia nggak, nggak terlalu mau, begitu curhat pada kita, tentang kesalahan dia, dengan temannya, atau apa, dia lebih sukanya curhatnya kepada adiknya, jadi, kalau ke ibunya sih, dekat-dekat, tapi terlalu curhat, dalamnya gimana dengan temannya, itu tidak detail gitu, cuma sekedar aja gitu kan, cuman itu."*

b. Kurang puas dengan waktu yang dimiliki bersama anak

Ibu FA merasa kurang menghabiskan waktu bersama dengan anaknya karena siang ia harus bekerja dan malam jualan untuk memenuhi kebutuhan keluarga.

*"Kurang lah, kadang-kadang, mungkin nih apalagi ibu kan, siang kerja, malam jualan gitu kan, jadi kadang-kadang ada beberapa, kita pengen, mendidik anak kita, menemani dia belajar, tapi, kadang kita tidak punya waktu untuk hal itu, jadi, kurang puas waktu, waktu yang tersedia gitu kan."*

c. Ibu banyak marahnya pada anak karena anak sering lalai

Ibu FA merasa ia kadang banyak marahnya pada anaknya karena anak- anaknya sering lalai, seperti tidak membuat tugas, atau tidak pergi ngaji, malah pergi main.

*"Kadang-kadang ada banyak marahnya, ada juga banyak, tidak ada, yang marahnya misalnya, kadang dia, seharusnya di dalam buat tugas, ternyata dia nggak buat tugas, karena kita nggak di rumah, misalnya ada pulang sekolah, dia main gitu kan, dia seharusnya, dia jam empat tuh, dia pergi ngaji, tau-tau dia main gitu kan, pas kita pulang, dia masih nggak ada di rumah main, ternyata dia tidak mengaji, jadi kita marah jadinya."*

d. Membangun kedekatan emosional dengan mendekati anak secara benar

Ibu FA merasa untuk membangun kedekatan emosional dengan anak, ia harus mendekati anaknya secara benar. Ibu FA juga menjelaskan dan memberkan pengertian pada anaknya seperti saat Ibu FA marah, itu tandanya sayang.

*"Mungkin membangun emosionalnya, mendekati dia, dengan secara, benar namanya tuh, lebih mendekati diri ke dirinya, yang misalnya ditanya, gimana keadaannya, apa dia ngelakar, belajar akhbar tadi, senang lah, dapat berapa gitu, mungkin secara itu, kita mendekati diri anak, dan satu, kita mungkin, kita bilang sama dia, kalau marah*

*bunda, tidak marah, seperti orang lain mungkin ya, bunda marah itu karena, sayang bunda, ke adek,"*

e. Liburan menjadi momen menyenangkan bagi ibu dan anak

Momen yang menyenangkan bagi Ibu FA bersama anak-anaknya adalah ketika ia libur kerja dan libur jualan, pergi makan-makan diluar atau pergi main- main bersama-sama. *"Momen menyenangkannya, momen itu misalnya, waktu libur, libur jualan, kita kan libur kerja, libur juga jualan, kan kebanyakan libur jualan, kita, misalnya makan makan, pergi makan-makan duluan, dengan anak ibu, pergi bersama, atau kita pergi main-main, mungkin itu."*

2. Narasumber 2

Tabel 2. Tema dan subtema stress parenting narasumber 2

| Tema | Sub Tema |
|---|---|
| *Parent Distress* (Stress Orang Tua) | Kelelahan fisik dan mental karena beban ganda |
| | Perasaan cemas dan was-was sebagai orang tua |
| | Kurangnya dukungan saat lelah |
| *Difficult Child* (Anak Sulit) | Anak tidak patuh terhadap permintaan orang tua |
| | Perilaku anak memancing emosi |
| | Anak suka melawan |
| *Parent-Child Dysfunctional Interaction* (Interaksi tidak efektif orang tua dan anak) | Interaksi pasif setelah konflik atau kesal |
| | Timbulnya konflik akibat ketidaksesuaian harapan |

2.1 *Parent Distress*

a. Kelelahan fisik dan mental karena beban ganda

Ibu I merasa mengalami kelelahan fisik dan mental karena beban ganda. Beban ganda yang dimaksud adalah bekerja dan mengurus anak, dilakukan secara terus menerus setiap hari. Ibu I juga menyampaikan bahwa hal tersebut terkadang membuatnya mumet. *"Sebelum ibu pergi bekerja itu kan ibu ngurusin rumah, ngurusin anak, habis itu pulang kerja ngurusin anak lagi, kadang-kadang mumet lah gitu pikiran."*

b. Perasaan cemas dan was-was sebagai orang tua

Menurut ibu I, sangat wajar merasa cemas dan was-was sebagai orang tua. *"yang namanya orang tua pastilah ada perasaan was-was, rasa cemas..."*

c. Stress karena kurangnya dukungan saat lelah

Ibu I merasa kurangnya dukungan atau bantuan dari anaknya saat merasa lelah. Ibu I mengungkapkan bahwa ia sudah meminta bantuan kepada anaknya tetapi tetap tidak

dibantu, ibu I pun akhirnya memilih mengerjakan pekerjaan itu sendiri daripada harus lelah meminta tolong kepada anaknya.

*"Kadang ibu minta tolong tapi dia ga mau bantu... daripada ibu capek-capek ngomong mendingan ibu kerjakan sendiri."*

2.2. *Difficult Child*

a. Anak tidak patuh terhadap permintaan orang tua

Anak ibu I terkadang menolak instruksi saat dimintai tolong oleh ibu I. Ibu I memberi contoh saat anaknya dimintai tolong menyapu rumah dan ia tidak melakukan instruksi yang diberikan oleh ibu I.

*"Kalau menolak insruksi ya gitu, pada sat ibu minta tolong untuk menyapu rumah lah, dia ga mau bantuin."*

b. Perilaku anak yang memancing emosi

Ibu I mengaku kadang merasa kesal kepada anaknya ketika dimintai tolong, malah tidak mau membantu, padahal ibu I pun sedang lelah.

*"Kadang ibu minta tolong tapi dia ga mau bantu kadang ada kesalnya juga padahal kita udah capek ni dia ga mau ngebantu, ya ibu kalau dia udah kaya gitu dari pada ibu capek capek ngomong, capek capek nguruh mendingan ibu kerjakan sendiri."*

2.3. *Parent-Child Dysfunctional Interaction*

a. Interaksi pasif setelah konflik atau kesal

Ibu I mengaku tidak berbicara dengan anaknya setelah terjadi konflik kecil, dan akan mulai berbicara lagi ketika sang anak merasa butuh terhadap ibunya.

*"kalau udah gitu tu biasanya ibu diamin aja dan dia juga diamin ibu, ga lama setelah itu kan pasti dia butuh kita dan disitu udah mulai baikan lagi..."*

b. Timbulnya konflik akibat ketidaksesuaian harapan

Ibu I mengatakan ketika anaknya dimintai tolong ketika sedang lelah pulang sekolah, maka timbul rasa kesal atau melawan.

*"Ibu minnta tolong untuk nyuci piring atau nyapu rumah kadang kan dia capek tu pulang sekolah... kadang timbul rasa kesal atau ngelawannya."*

3. Narasumber 3

Tabel 3. Tema dan subtema stress parenting narasumber 3

| Tema | Sub Tema |
|---|---|
| *Parent Distress* (Stres Orang Tua) | Perasaan stress muncul karna kekhawatiran akibat rasa takut akan kemungkinan buruk yang menimpa anak |
| | Anak laki-laki lebih sulit diatur dibandingkan anak perempuan |
| | Mengelola stres dengan mendekatkan diri kepada Tuhan |
| *Parent-Child Dysfunctional* | Hubungan dengan anak cukup baik, |

| | |
|---|---|
| *Interaction* | tetapi anak laki-laki kurang terbuka pada ibunya |
| (Interaksi Disfungsional Orang Tua-Anak) | Ibu mencoba mendekati diri dengan anaknya dengan menanyakan kegiatan sehari-hari |
| | Ibu kadang marah pada anaknya karna tidak mengaji atau mengerjakan pr |

3.1. *Parent Distress* (Stres Orang Tua)

a. Perasaan stres karena kekhawatiran akan keselamatan anak

Ibu MN mengaku sering merasa stres ketika anak laki-lakinya tidak pulang- pulang dan sulit dihubungi. Dia khawatir tentang hal-hal buruk karena kondisi zaman yang menurutnya semakin buruk. Ini sesuai dengan apa yang dia katakan, *"Biasanya kalau anak yang besar pergi sama temannya, terus nggak pulang- pulang, susah dihubungi... takut terjadi apa-apa. Apalagi sekarang zaman makin rawan."* Karena perasaan tanggung jawab dan ketidakpastian tentang kondisi anak, kekhawatiran ini menimbulkan stres.

b. Anak laki-laki lebih sulit diatur dibanding perempuan

Ibu MN juga menekankan perbedaan pengasuhan antara laki-laki dan perempuan dengan mengatakan bahwa anak laki-laki cenderung lebih sulit diatur, yang berarti mereka membutuhkan lebih banyak perhatian dan perhatian. *"Anak laki-laki lebih susah diatur dibanding perempuan,"* katanya dengan jelas.

c. Mengelola stres dengan mendekatkan diri kepada Tuhan

Ibu MN memilih untuk menenangkan diri dengan beribadah, seperti salat. Ia percaya bahwa dengan menyerahkan semuanya kepada Allah, hatinya menjadi lebih tenang dan ia tidak melampiaskan perasaannya pada anak. Ia mengatakan bahwa *"Ibu biasanya sholat, serahkan semuanya ke Allah. Itu bikin hati lebih tenang, karena itu jalan yang seharusnya, soalnya kalo lagi stres tetapi malah di lampiaskan ke anak pasti anak akan memberontak dan bisa melawan kita."* ini menunjukkan mekanisme perawatan religius yang digunakan untuk mengendalikan perasaan yang tidak menyenangkan yang muncul selama pengasuhan.

3.2. *Parent-Child Dysfunctional Interaction* (Interaksi Disfungsional Orang Tua-Anak)

a. Hubungan dengan anak cukup baik, tetapi anak laki-laki kurang terbuka pada ibunya.

Ibu MN mengatakan bahwa, meskipun hubungannya dengan anaknya dianggap baik, anak laki-lakinya jarang curhat kepadanya dan lebih suka berbagi cerita dengan adiknya. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan ibu-anak kurangnya komunikasi terbuka. *"Cukup baik, tapi anak laki-laki tuh jarang curhat ke ibu, lebih banyak ke adiknya."*

b. Ibu mencoba mendekati diri dengan anaknya dengan menanyakan kegiatan sehari-hari.

Ibu mencoba mendekati anak dengan menanyakan tentang kegiatan sekolah dan rutinitas sehari-hari mereka untuk memperbaiki komunikasi. *"Tapi ibu tetap coba dekati mereka, nanya tentang sekolah, kegiatan mereka."*

c. Ibu kadang marah pada anaknya karna tidak mengaji atau mengerjakan PR

> Selama proses pengasuhan, ibu mengakui kadang-kadang merasa perlu marah jika anak tidak mengaji atau tidak mengerjakan PR. Namun, dia menegaskan bahwa kemarahan itu berasal dari rasa sayang dan tujuan mendidik. *"Kadang marah juga sih, kalau mereka nggak ngaji atau nggak ngerjain PR. Tapi ibu selalu bilang marahnya karena saya sayang, dan tegas agar saat mereka udah besar mereka ga manja." Ini menunjukkan bentuk disiplin yang berasal dari perhatian dan kasih sayang*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman stres pengasuhan pada ibu di Kampung Tanjung Koto Mambang Sungai Durian merupakan fenomena yang kompleks dan multidimensional. Temuan ini sejalan dengan konsep stres pengasuhan yang dikemukakan oleh Abidin (1992), yang memandang stres pengasuhan sebagai hasil interaksi antara karakteristik orang tua, karakteristik anak, serta kualitas hubungan orang tua dan anak dalam konteks lingkungan tertentu. Ketiga aspek tersebut, parent distress, difficult child, dan parent–child dysfunctional interaction tampak secara nyata dalam pengalaman subjektif para partisipan.

*Parent Distress* (Stres Orang Tua)

Aspek parent distress muncul sebagai pengalaman yang paling dominan pada ketiga narasumber. Ibu FA, Ibu I, dan Ibu MN sama-sama mengungkapkan kelelahan emosional dan mental akibat tuntutan peran pengasuhan yang berjalan bersamaan dengan tanggung jawab lain, seperti bekerja, mengurus rumah tangga, dan memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga. Temuan ini sejalan dengan definisi parent distress menurut Abidin (1992), yaitu stres yang bersumber dari kondisi internal orang tua, termasuk kelelahan emosional, konflik peran, keterbatasan dukungan sosial, serta tekanan hidup yang dialami di luar peran pengasuhan.

Pengalaman ibu FA yang merasa kurang puas dengan waktu bersama anak karena harus bekerja siang dan berjualan malam menunjukkan adanya konflik peran yang berkontribusi pada stres pengasuhan. Hal serupa juga dialami oleh ibu I yang menggambarkan dengan kondisi “mumet” akibat rutinitas yang terus-menerus tanpa jeda. Temuan ini selaras dengan pandangan Nomaguchi dan Milkie (2020) bahwa peran pengasuhan yang beriringan dengan tuntutan ekonomi dan domestik dapat meningkatkan kerentanan ibu terhadap tekanan psikologis, terutama ketika sumber daya yang dimiliki tidak sebanding dengan tuntutan yang dihadapi.

Selain kelelahan, kecemasan juga menjadi bagian dari parent distress, khususnya pada ibu MN yang merasa khawatir berlebihan terhadap keselamatan anak laki-lakinya. Kekhawatiran ini dipicu oleh persepsi lingkungan yang dianggap semakin tidak aman. Kondisi tersebut mencerminkan stres pengasuhan yang bersumber dari tanggung jawab emosional orang tua terhadap kesejahteraan anak, sebagaimana dijelaskan oleh Abidin (1992). Dalam menghadapi stres ini, ibu MN menunjukkan strategi koping religius dengan mendekatkan diri kepada Tuhan, yang membantunya menenangkan emosi agar tidak dilampiaskan kepada anak. Strategi ini menunjukkan upaya regulasi emosi ibu dalam menghadapi tekanan pengasuhan.

Pengalaman *parent distress* pada ketiga narasumber menunjukkan bahwa tekanan pengasuhan lebih banyak dirasakan sebagai beban emosional dan mental yang terakumulasi dari berbagai tuntutan hidup sehari-hari. Pengasuhan tidak dialami sebagai peran yang berdiri sendiri, melainkan menyatu dengan tanggung jawab lain yang terus berjalan tanpa jeda. Kondisi ini membuat para ibu berada dalam situasi kelelahan yang bersifat kronis, di mana ruang untuk beristirahat secara emosional menjadi sangat terbatas.

Pengalaman konflik peran yang dialami ibu FA dan ibu I menggambarkan bagaimana keterbatasan waktu dan energi memengaruhi kepuasan ibu dalam menjalani peran pengasuhan. Perasaan kurang hadir secara utuh bagi anak memunculkan beban emosional tersendiri, yang tidak selalu diungkapkan secara terbuka, namun dirasakan secara mendalam. Rutinitas yang

berulang dan tuntutan yang terus datang memperkuat perasaan terjebak dalam peran, sehingga stres tidak hanya dirasakan sebagai kelelahan fisik, tetapi juga sebagai tekanan mental yang menetap.

Kecemasan yang dialami ibu MN menunjukkan bentuk lain dari tekanan pengasuhan, yaitu kekhawatiran yang terus-menerus terhadap keselamatan dan masa depan anak. Kekhawatiran ini tidak hanya muncul dari kondisi anak, tetapi juga dari persepsi terhadap lingkungan yang dirasakan semakin tidak aman. Kondisi tersebut memperberat beban emosional ibu karena tanggung jawab pengasuhan tidak hanya dipahami sebagai pemenuhan kebutuhan anak saat ini, tetapi juga sebagai upaya melindungi anak dari berbagai kemungkinan risiko.

Meskipun berada dalam kondisi tertekan, para ibu tetap berupaya mengelola emosi agar tidak berdampak langsung pada anak. Strategi yang digunakan bersifat personal dan kontekstual, seperti menenangkan diri, menahan emosi, atau mencari ketenangan melalui aktivitas tertentu. Hal ini menunjukkan adanya usaha sadar ibu untuk tetap menjalankan peran pengasuhan secara optimal meskipun berada dalam kondisi kelelahan emosional.

Secara keseluruhan, temuan ini memperlihatkan bahwa stres pengasuhan dialami sebagai pengalaman yang sunyi dan personal, yang sering kali tidak disertai dengan ruang berbagi atau dukungan emosional yang memadai. Tekanan yang dialami ibu tidak selalu tampak secara kasat mata, namun terakumulasi dalam keseharian dan membentuk cara ibu memaknai peran pengasuhan. Kondisi ini menegaskan pentingnya perhatian terhadap pengalaman subjektif ibu sebagai dasar dalam memahami dinamika pengasuhan di lingkungan masyarakat pedesaan.

*Difficult Child* (Anak Sulit)

Aspek difficult child dalam penelitian ini muncul melalui persepsi ibu terhadap perilaku dan karakteristik anak yang dianggap menantang. Ibu FA, ibu I, dan ibu MN sama-sama menilai bahwa anak laki-laki lebih sulit diatur dibandingkan anak perempuan. Anak digambarkan sering membangkang, tidak patuh terhadap instruksi, mudah terpengaruh lingkungan, serta menunjukkan perilaku yang memancing emosi orang tua. Persepsi ini sesuai dengan konsep difficult child menurut Abidin (1992), yaitu stres yang muncul dari penilaian orang tua terhadap temperamen dan perilaku anak yang dirasa melebihi kapasitas adaptasi orang tua.

Pada ibu I, perilaku anak yang menolak membantu pekerjaan rumah ketika ibu merasa lelah memperkuat pengalaman stres pengasuhan. Situasi ini menunjukkan bagaimana perilaku anak dapat menjadi pemicu langsung munculnya emosi negatif pada orang tua. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa perilaku anak yang bermasalah berkaitan erat dengan meningkatnya stres pengasuhan dan dapat memperburuk kesejahteraan emosional orang tua (Neece et al., 2012).

Selain itu, persepsi ibu bahwa anak “melawan” atau tidak sejalan dengan prinsip orang tua juga memperkuat tekanan emosional yang dirasakan. Dalam konteks ini, stres pengasuhan tidak hanya dipicu oleh perilaku objektif anak, tetapi juga oleh interpretasi subjektif ibu terhadap perilaku tersebut, sebagaimana ditekankan dalam model stres pengasuhan Abidin (1992).

Pengalaman *difficult child* dalam penelitian ini menunjukkan bahwa stres pengasuhan tidak hanya bersumber dari beban peran ibu, tetapi juga dari cara ibu memaknai perilaku anak dalam keseharian. Persepsi bahwa anak laki-laki lebih sulit diatur membentuk kerangka berpikir ibu dalam menghadapi perilaku anak, sehingga setiap bentuk pembangkangan, ketidakpatuhan, atau respons emosional anak lebih mudah dipersepsikan sebagai perilaku yang menantang. Kondisi ini memperkuat tekanan emosional ibu, terutama ketika perilaku anak muncul di tengah kelelahan fisik dan mental yang sudah lebih dulu dirasakan.

Pada ibu I, penolakan anak untuk membantu pekerjaan rumah menjadi pengalaman yang memicu emosi secara langsung. Situasi ini tidak hanya dipahami sebagai perilaku anak yang tidak kooperatif, tetapi juga sebagai bentuk ketidaksepahaman antara harapan ibu dan respons anak. Ketika ibu berada dalam kondisi lelah, perilaku anak yang tidak sesuai harapan dirasakan lebih berat dan memicu perasaan kesal, marah, atau tidak dihargai. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman *difficult child* bersifat situasional dan sangat dipengaruhi oleh kondisi emosional ibu pada saat itu.

Selain itu, persepsi bahwa anak "melawan" atau mudah terpengaruh lingkungan mencerminkan kekhawatiran ibu terhadap kontrol dan pengaruh dalam pengasuhan. Anak tidak hanya dipandang sebagai individu dengan perilaku tertentu, tetapi juga sebagai pihak yang berpotensi membawa risiko jika tidak diarahkan dengan baik. Kekhawatiran ini memperbesar tekanan emosional ibu karena pengasuhan dipahami sebagai tanggung jawab penuh atas perilaku dan masa depan anak. Dalam konteks ini, perilaku anak yang dianggap menyimpang dari nilai atau prinsip keluarga menjadi sumber stres yang berkelanjutan.

Temuan ini juga memperlihatkan bahwa pengalaman *difficult child* tidak selalu berdiri sendiri, melainkan saling berkaitan dengan kelelahan dan tekanan emosional ibu. Ketika ibu berada dalam kondisi lelah atau tertekan, toleransi terhadap perilaku anak cenderung menurun, sehingga perilaku yang sebelumnya dianggap wajar dapat dirasakan sebagai lebih menantang. Hal ini memperlihatkan adanya siklus emosional, di mana kondisi ibu dan perilaku anak saling memengaruhi dalam membentuk pengalaman stres pengasuhan.

Secara keseluruhan, aspek *difficult child* dalam penelitian ini lebih banyak dimaknai sebagai pengalaman subjektif ibu dalam menghadapi perilaku anak, bukan semata-mata sebagai karakteristik anak itu sendiri. Persepsi, kondisi emosional, dan konteks kehidupan ibu berperan besar dalam membentuk pengalaman ini. Temuan ini menegaskan pentingnya memahami stres pengasuhan dari sudut pandang ibu, dengan mempertimbangkan bagaimana perilaku anak dimaknai dalam situasi kehidupan yang penuh tuntutan.

*Parent–Child Dysfunctional Interaction* (Interaksi Disfungsional Orang Tua–Anak)

Aspek parent–child dysfunctional interaction terlihat dari kualitas interaksi ibu dan anak yang belum sepenuhnya memberikan kepuasan emosional bagi ibu. Meskipun ketiga ibu menggambarkan hubungan dengan anak sebagai "cukup baik" atau "seperti teman", terdapat indikasi adanya jarak emosional, terutama pada anak laki-laki yang cenderung kurang terbuka dan jarang curhat kepada ibu. Hal ini mencerminkan interaksi yang belum sepenuhnya memenuhi harapan emosional ibu sebagai orang tua.

Ibu FA dan ibu MN mengungkapkan bahwa anak laki-laki lebih memilih bercerita kepada adik atau orang lain dibandingkan kepada ibu. Kondisi ini sejalan dengan aspek parent–child dysfunctional interaction menurut Abidin (1992), yaitu ketika orang tua merasa hubungan dengan anak kurang memuaskan atau tidak sesuai dengan harapan. Selain itu, keterbatasan waktu bersama anak akibat kesibukan kerja turut memperkuat perasaan tidak puas dalam interaksi ibu–anak.

Respons ibu terhadap kondisi ini sering kali muncul dalam bentuk kemarahan atau sikap pasif setelah konflik, seperti yang dialami oleh ibu I yang memilih diam setelah terjadi pertengkaran kecil. Pola interaksi ini menunjukkan adanya kesulitan dalam membangun komunikasi yang konsisten dan hangat ketika ibu berada dalam kondisi stres. Temuan ini selaras dengan penelitian Crnic dan Ross (2017) yang menyatakan bahwa tingkat stres pengasuhan yang tinggi dapat menurunkan sensitivitas orang tua dalam merespons anak dan berdampak pada kualitas interaksi sehari-hari.

Aspek *parent–child dysfunctional interaction* dalam penelitian ini terlihat dari kualitas interaksi ibu dan anak yang belum sepenuhnya memberikan kepuasan emosional bagi ibu. Meskipun ketiga ibu menggambarkan hubungan dengan anak sebagai "cukup baik" atau "seperti teman", deskripsi tersebut disertai dengan adanya jarak emosional yang dirasakan, khususnya pada anak laki-laki yang cenderung kurang terbuka dan jarang berbagi cerita dengan ibu. Kondisi ini menunjukkan bahwa kedekatan yang dirasakan secara umum tidak selalu diikuti oleh kedalaman emosional dalam relasi ibu–anak.

Pengalaman ibu FA dan ibu MN yang menyadari bahwa anak lebih memilih bercerita kepada adik atau orang lain memperkuat perasaan kurang terhubung secara emosional dengan anak. Situasi ini tidak selalu dimaknai sebagai konflik terbuka, tetapi lebih sebagai rasa kehilangan kedekatan dan keterlibatan emosional dalam kehidupan anak. Ketika anak tidak menjadikan ibu sebagai figur utama untuk berbagi cerita atau perasaan, ibu dapat merasakan bahwa perannya dalam relasi emosional dengan anak menjadi terbatas.

Keterbatasan waktu bersama anak akibat kesibukan kerja turut memperkuat pengalaman interaksi yang kurang memuaskan. Minimnya kesempatan untuk berkomunikasi secara mendalam membuat interaksi ibu–anak lebih banyak terjadi dalam konteks rutinitas dan pemenuhan kebutuhan sehari-hari, bukan dalam ruang emosional yang hangat dan reflektif. Kondisi ini memperbesar jarak emosional, meskipun secara fisik ibu dan anak tetap berada dalam satu lingkungan keluarga.

Respons ibu terhadap situasi tersebut sering kali muncul dalam bentuk pola interaksi yang kurang adaptif, seperti kemarahan atau penarikan diri setelah konflik. Pengalaman ibu I yang memilih diam setelah pertengkaran kecil menggambarkan adanya kesulitan dalam mengelola komunikasi ketika emosi sedang meningkat. Sikap diam ini menjadi bentuk perlindungan diri ibu agar konflik tidak semakin membesar, namun pada saat yang sama dapat menghambat proses pemulihan relasi dan komunikasi yang terbuka.

Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa *parent-child dysfunctional interaction* tidak selalu muncul dalam bentuk konflik besar atau hubungan yang buruk secara kasat mata, melainkan melalui interaksi sehari-hari yang terasa datar, terbatas, dan kurang memuaskan secara emosional bagi ibu. Pengalaman ini berkaitan erat dengan kelelahan, keterbatasan waktu, serta tekanan emosional yang dialami ibu, sehingga kualitas interaksi ibu–anak menjadi salah satu area yang paling rentan terdampak dalam kondisi stres pengasuhan.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga aspek stres pengasuhan, *parent distress*, *difficult child*, dan *parent-child dysfunctional interaction* tidak berdiri sendiri, melainkan saling terkait dan membentuk satu pengalaman pengasuhan yang utuh. Stres pengasuhan pada ibu muncul sebagai proses yang berlapis, dimulai dari kelelahan dan tekanan internal ibu, kemudian diperkuat oleh persepsi terhadap perilaku anak, dan akhirnya tercermin dalam kualitas interaksi ibu dan anak sehari-hari.

Kelelahan emosional dan mental yang dialami ibu menjadi kondisi awal yang memengaruhi cara ibu menghadapi anak. Ketika ibu berada dalam keadaan lelah, toleransi terhadap perilaku anak cenderung menurun, sehingga perilaku yang sebelumnya masih bisa diterima menjadi terasa lebih mengganggu. Kondisi ini memperlihatkan bahwa *parent distress* dapat memperkuat persepsi ibu terhadap anak sebagai sulit, bukan semata-mata karena perilaku anak itu sendiri, tetapi karena keterbatasan energi emosional ibu dalam merespons situasi pengasuhan (Abidin, 1992).

Persepsi anak sebagai sulit kemudian berdampak pada pola interaksi antara ibu dan anak. Perilaku anak yang dianggap membangkang atau tidak patuh lebih mudah memicu emosi negatif, seperti marah atau kecewa, terutama ketika ibu merasa tidak didukung atau tidak

memiliki waktu yang cukup untuk beristirahat. Situasi ini membuat interaksi ibu–anak lebih sering diwarnai ketegangan atau jarak emosional, meskipun hubungan secara umum tetap dinilai "baik" oleh ibu. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas interaksi tidak selalu tercermin dari absennya konflik, tetapi juga dari sejauh mana hubungan tersebut memberikan kepuasan emosional bagi ibu (Crnic & Ross, 2017).

Keterbatasan waktu bersama anak akibat tuntutan kerja dan tanggung jawab rumah tangga juga memperkuat dinamika stres pengasuhan. Minimnya waktu berkualitas membuat ibu kesulitan membangun komunikasi yang lebih mendalam dengan anak. Akibatnya, anak cenderung mencari figur lain untuk berbagi cerita, sementara ibu merasakan jarak emosional yang semakin lebar. Kondisi ini memperlihatkan bagaimana tekanan struktural dalam kehidupan sehari-hari dapat memengaruhi kualitas relasi orang tua dan anak (Nomaguchi & Milkie, 2020).

Meskipun demikian, para ibu dalam penelitian ini tidak sepenuhnya pasif dalam menghadapi stres pengasuhan. Mereka menunjukkan berbagai upaya untuk mengelola emosi, seperti menahan amarah, menarik diri sementara dari konflik, atau mendekatkan diri pada nilai-nilai religius. Upaya-upaya ini menjadi bentuk adaptasi yang dilakukan ibu agar stres tidak sepenuhnya dilampiaskan kepada anak. Hal ini menunjukkan bahwa ibu memiliki kesadaran akan pentingnya menjaga hubungan dengan anak, meskipun berada dalam kondisi tertekan.

Secara keseluruhan, stres pengasuhan pada ibu di Kampung Tanjung Koto Mambang merupakan pengalaman yang terbentuk dari interaksi antara tekanan internal ibu, perilaku anak, dan kualitas interaksi dalam keluarga. Ketiga aspek tersebut saling memengaruhi dan dapat membentuk siklus stres yang berulang apabila tidak disertai dengan dukungan emosional dan sosial yang memadai. Temuan ini menegaskan pentingnya melihat stres pengasuhan sebagai pengalaman yang kontekstual dan berkelanjutan, bukan sekadar kondisi individu ibu semata.

Stres Pengasuhan dalam Konteks Sosial dan Dukungan

Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa stres pengasuhan pada ibu tidak dapat dilepaskan dari konteks sosial dan lingkungan. Keterbatasan dukungan sosial, baik dari anak maupun lingkungan sekitar, memperkuat pengalaman kelelahan emosional ibu, sebagaimana terlihat pada ibu I yang merasa kurang mendapat bantuan saat lelah. Temuan ini sejalan dengan pandangan bahwa dukungan sosial merupakan faktor protektif penting dalam menurunkan stres pengasuhan (Barroso et al., 2018).

Sebaliknya, ketika ibu merasa memiliki dukungan, seperti dukungan pasangan yang dialami oleh ibu FA, stres pengasuhan cenderung lebih dapat dikelola. Hal ini mendukung temuan Leigh dan Milgrom (2008) bahwa minimnya dukungan sosial dapat meningkatkan kerentanan ibu terhadap stres pengasuhan yang berkepanjangan. Dalam konteks pedesaan seperti Kampung Tanjung Koto Mambang, keterbatasan akses terhadap informasi pengasuhan dan layanan dukungan psikososial semakin memperkuat beban pengasuhan yang dirasakan ibu, sebagaimana telah diuraikan dalam pendahuluan.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menegaskan bahwa stres pengasuhan pada ibu di Kampung Tanjung Koto Mambang merupakan hasil dari interaksi antara tuntutan peran orang tua, persepsi terhadap perilaku anak, serta kualitas hubungan ibu–anak dalam konteks sosial yang terbatas. Pemahaman ini memperkuat relevansi teori stres pengasuhan Abidin (1992) dan menegaskan pentingnya pendekatan yang komprehensif, tidak hanya berfokus pada individu ibu, tetapi juga pada dukungan keluarga dan komunitas.

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa stres pengasuhan yang dialami ibu di Kampung Tanjung Koto Mambang Sungai Durian merupakan pengalaman yang bersifat multidimensional dan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Stres pengasuhan tidak hanya muncul dari tuntutan pengasuhan itu sendiri, tetapi juga dari kondisi

kehidupan ibu secara keseluruhan, termasuk peran ganda, keterbatasan waktu, tekanan ekonomi, serta minimnya dukungan sosial.

Aspek parent distress menjadi bentuk stres yang paling menonjol, ditandai dengan kelelahan fisik dan emosional, kecemasan terhadap keselamatan dan masa depan anak, serta perasaan terbebani oleh tanggung jawab sebagai orang tua. Ibu berupaya mengelola kondisi ini dengan berbagai cara, seperti menahan emosi, mencoba bersikap lebih sabar kepada anak, dan menggunakan strategi koping religius agar stres tidak berdampak langsung pada hubungan ibu–anak.

Aspek difficult child terlihat dari persepsi ibu terhadap perilaku anak yang dianggap sulit, khususnya anak laki-laki yang dinilai lebih sulit diatur, cenderung membangkang, dan kurang patuh terhadap arahan orang tua. Persepsi ini memperkuat tekanan emosional ibu dan memperberat pengalaman pengasuhan sehari-hari, terutama ketika ibu berada dalam kondisi lelah atau kurang mendapat dukungan.

Sementara itu, aspek parent–child dysfunctional interaction tercermin dalam kualitas interaksi ibu dan anak yang belum sepenuhnya memberikan kepuasan emosional bagi ibu. Keterbatasan komunikasi terbuka, konflik kecil yang berulang, sikap pasif setelah pertengkaran, serta kurangnya waktu bersama anak menjadi faktor yang memengaruhi kedekatan emosional antara ibu dan anak, meskipun secara umum hubungan tetap dipersepsikan cukup baik.

Secara keseluruhan, pembahasan ini menegaskan bahwa stres pengasuhan pada ibu merupakan hasil dari interaksi antara kondisi internal ibu, karakteristik anak, dan kualitas hubungan ibu–anak dalam konteks sosial yang terbatas. Oleh karena itu, upaya untuk mengurangi stres pengasuhan perlu mempertimbangkan penguatan dukungan sosial, peningkatan kualitas interaksi dalam keluarga, serta pemahaman yang lebih empatik terhadap pengalaman ibu dalam menjalani peran pengasuhan sehari-hari.

**Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa stres pengasuhan merupakan pengalaman yang nyata dan tidak terpisahkan dari kehidupan ibu di Kampung Tanjung Koto Mambang Sungai Durian. Ibu menjalani peran pengasuhan yang penuh tuntutan, sering kali bersamaan dengan tanggung jawab lain seperti mengurus rumah tangga dan bekerja untuk memenuhi kebutuhan keluarga. Kondisi tersebut membuat ibu rentan mengalami kelelahan fisik dan emosional, terutama ketika dukungan dan sumber daya yang dimiliki terasa terbatas.

Pengalaman stres pengasuhan yang dirasakan ibu mencerminkan tiga aspek utama sebagaimana dijelaskan oleh Abidin (1992), yaitu parent distress, difficult child, dan parent–child dysfunctional interaction. Aspek parent distress muncul paling kuat, ditandai dengan rasa lelah, cemas, mudah emosi, serta perasaan terbebani oleh tanggung jawab sebagai orang tua. Meski demikian, ibu tetap berusaha mengelola perasaan tersebut dengan bersikap lebih sabar, menahan emosi, dan mencari ketenangan melalui pendekatan religius agar hubungan dengan anak tetap terjaga.

Aspek difficult child tampak dari cara ibu memaknai perilaku anak yang dianggap sulit, seperti tidak patuh, membangkang, atau lebih sulit diatur, terutama pada anak laki-laki. Persepsi ini sering kali membuat ibu merasa semakin tertekan, apalagi ketika ibu sedang lelah atau tidak mendapatkan bantuan. Sementara itu, aspek parent–child dysfunctional interaction terlihat dari interaksi ibu dan anak yang belum sepenuhnya memberikan kepuasan emosional bagi ibu, seperti kurangnya komunikasi terbuka, konflik kecil yang berulang, serta keterbatasan waktu kebersamaan.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa stres pengasuhan tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi pribadi ibu, tetapi sangat berkaitan dengan lingkungan sosial tempat ibu menjalani

perannya. Minimnya dukungan sosial dan keterbatasan akses terhadap informasi pengasuhan membuat beban yang dirasakan ibu semakin berat. Sebaliknya, dukungan dari pasangan dan keluarga membantu ibu dalam menghadapi tekanan pengasuhan dengan lebih baik.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa memahami stres pengasuhan pada ibu perlu dilakukan secara menyeluruh, dengan melihat kondisi ibu, anak, hubungan di antara keduanya, serta konteks sosial di sekitarnya. Upaya untuk meningkatkan kesejahteraan ibu melalui dukungan keluarga dan komunitas diharapkan dapat membantu mengurangi stres pengasuhan, memperbaiki kualitas interaksi ibu dan anak, serta mendukung tumbuh kembang anak secara lebih optimal.

**Daftar Referensi**

Abidin, R. R. (1992). The determinants of parenting behavior. Journal of Clinical Child Psychology, 21(4), 407–412. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2104_12

Barroso, N. E., Mendez, L., Graziano, P. A., & Bagner, D. M. (2018). Parenting stress through the lens of different clinical groups: A systematic review and meta-analysis. Journal of Abnormal Child Psychology, 46(3), 449–461. https://doi.org/10.1007/s10802-017-0313-6

Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches (4th ed.). SAGE Publications.

Crnic, K., & Ross, E. (2017). Parenting stress and parental efficacy. In K. Deater-Deckard & R. Panneton (Eds.), Parental stress and early child development (pp. 263–284). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-55376-4_11

Deater-Deckard, K. (2004). Parenting stress. Yale University Press.

Leigh, B., & Milgrom, J. (2008). Risk factors for antenatal depression, postnatal depression and parenting stress. BMC Psychiatry, 8, 24. https://doi.org/10.1186/1471-244X-8-24

Neece, C. L., Green, S. A., & Baker, B. L. (2012). Parenting stress and child behavior problems: A transactional relationship across time. American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities, 117(1), 48–66. https://doi.org/10.1352/1944-7558-117.1.48

Nomaguchi, K. M., & Milkie, M. A. (2020). Parenthood and well-being: A decade in review. Journal of Marriage and Family, 82(1), 198–223. https://doi.org/10.1111/jomf.12646