

Pengaruh Stres Pengasuhan Dan Dukungan Sosial Keluarga Sebagai Variabel Moderator Terhadap Kebahagiaan Ibu

Mitha Evalista¹, Ahmad Razak², Lukman³

Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

*E-mail: mithaevalistaa@gmail.com ahmad7106@unm.ac.id lukman7210@unm.ac.id

Abstrak. Ibu mengalami berbagai peristiwa dan kondisi selama mengasuh anak yang memengaruhi emosi yang membuat ibu merasa bahagia dan kurang bahagia. Berbagai kondisi selama mengasuh anak dapat membuat ibu mengalami stres pengasuhan. Dukungan sosial dari keluarga sangat penting bagi ibu, agar ibu tetap merasa bahagia dan terhindar dari stres pengasuhan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh stres pengasuhan dan dukungan sosial keluarga sebagai variabel moderator terhadap kebahagiaan ibu. Subjek dalam penelitian ini adalah 178 ibu yang memiliki anak usia SD di Kota Makassar. Kebahagiaan diukur menggunakan skala *Oxford Happiness Questionnaire* (Hills & Argyle, 2002), stres pengasuhan diukur menggunakan skala *Parental Stress Scale* (Berry & Jones, 1995) dan dukungan sosial keluarga diukur menggunakan skala *Perceived Social Support – From Family* (Procidano & Heller, 1983). Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh yang signifikan positif antara stres pengasuhan terhadap kebahagiaan dimoderatori dukungan sosial keluarga pada ibu yang memiliki anak usia SD di kota Makassar. Ketika stres pengasuhan meningkat, namun terdapat dukungan sosial keluarga yang tinggi, maka dukungan sosial keluarga dapat meminimalisir pengaruh stress pengasuhan pada kebahagiaan yang dirasakan ibu.

Kata kunci: *kebahagiaan, stres pengasuhan, dukungan sosial keluarga.*

Abstract. Mothers experience various events and conditions during parenting that affect emotions that make them feel happy and less happy. Various conditions during parenting can make mothers experience parenting stress. Social support from the family is very important for mothers, so that mothers still feel happy and avoid parenting stress. The purpose of this study was to determine whether there is an effect of parenting stress and family social support as moderating variables on maternal happiness. The subjects in this study were 178 mothers who had elementary-aged children in Makassar City. Happiness was measured using the *Oxford Happiness Questionnaire* (Hills & Argyle, 2002), parenting stress was measured using the *Parental Stress Scale* (Berry & Jones, 1995) and family social support was measured using the *Perceived Social Support – From Family* scale (Procidano & Heller, 1983). The results showed that there was a significant positive effect between parenting stress on happiness moderated by family social support for mothers with elementary school-aged children in Makassar city. When parenting stress increases, but there is high family support, then family support can minimize the effect of parenting stress on the mother's perceived happiness.

Keywords: *happiness, parenting stress, family social support.*



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2022 by author.

Pendahuluan

Pengasuhan merupakan proses yang dijalani ketika menjadi orang tua. Pengasuhan merupakan proses interaksi antara orang tua dengan anak untuk membesarkan, merawat, mendidik, membimbing dan mempersiapkan anak. Pengasuhan orang tua sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak karena pendidikan awal anak adalah dari orang tua. Ibu mengalami berbagai peristiwa dan kondisi selama mengasuh anak yang memengaruhi emosi yang membuat ibu merasa bahagia dan kurang bahagia.

Masa kanak-kanak merupakan masa yang menyulitkan bagi kebanyakan orang tua. Masa kanak-kanak merupakan masa dimana anak tidak lagi mau

menuruti perintah orang tua. Pada masa kanak-kanak, anak lebih banyak dipengaruhi oleh teman sebaya daripada orang tua atau anggota keluarga (Hurlock, 1999). Anak usia 6 hingga 12 tahun masih membutuhkan pendampingan dari orangtua dalam membentuk jati diri anak. Peran orang tua dalam pembentukan karakter anak harusnya sebanding dengan yang diperoleh anak diluar rumah (Jahja, 2015). Ibu yang mengasuh anak usia sekolah dasar merasa anak adalah sumber stres dan memiliki lebih banyak kekhawatiran mengasuh anak. Kondisi ibu yang mengasuh anak usia sekolah dasar mengalami stres pengasuhan lebih tinggi disebabkan anak usia sekolah dasar masuk dalam fase perkembangan kognitif konkret, sehingga anak telah mampu

mengembangkan pikiran secara logis oleh karena itu, orang tua perlu memberi penjelasan secara lebih kompleks agar anak dapat mematuhi perkataan orang tua (Kumalasari & Gani, 2020).

Kebahagiaan merupakan dimensi utama dari pengalaman individu meliputi suasana hati yang positif, kepuasan hidup, serta kognisi seperti optimisme dan *self-esteem* (Argyle, 2001). Kebahagiaan datang dari identifikasi dan pengembangan kekuatan individu, serta menggunakannya setiap hari dalam pekerjaan, cinta, bermain, dan mengasuh anak (Seligman, 2002). Kebahagiaan ditandai dengan kepuasan hidup, *efficacy*, *Socialbility/empathy*, *positive outlook*, *well-being*, *cheerfulness* dan *self-esteem* (Hills & Argyle, 2002).

Faktor yang memengaruhi kebahagiaan adalah uang, pernikahan, kehidupan sosial, usia, kesehatan, pendidikan, iklim, ras, gender, agama dan emosi negatif (Seligman, 2002). Salah satu faktor yang memengaruhi kebahagiaan adalah stres. Stres memengaruhi kebahagiaan individu, individu dengan tingkat stres tinggi merasa kurang bahagia dibandingkan dengan individu dengan tingkat stres yang rendah (Schirifin & Nelson, 2010). Ibu yang mengalami stres pengasuhan cenderung kurang bahagia dan cenderung kurang menunjukkan perilaku pengasuhan yang hangat (Bang & Jang, 2022).

Stres pengasuhan merupakan kecemasan dan ketegangan berlebih yang dirasakan oleh orang tua terkait perannya dalam interaksi antara orang tua dan anak (Abidin; Ahern, 2004). Stres pengasuhan merupakan serangkaian proses mengarah pada reaksi psikologis dan fisiologis yang tidak menyenangkan. Reaksi yang tidak menyenangkan muncul dari upaya berapdatasi dengan tuntutan peran menjadi orang tua. Stres pengasuhan melibatkan serangkaian proses dinamis dan kompleks yang menghubungkan anak dengan perilakunya, tuntutan yang dirasakan dari proses pengasuhan, reaksi fisiologis terhadap tuntutan pengasuhan, kualitas hubungan orang tua dengan anak dan hubungan antar orang tua, anak, serta anggota keluarga lain (Deater & Deckard, 2004). Stres pengasuhan ditandai dengan *strain* dan cenderung kurangnya *pleasure* (Berry & Jones, 1995)

Dukungan sosial keluarga merupakan faktor yang dapat mengurangi stres pengasuhan. Melalui dukungan sosial, individu memperoleh kenyamanan, kepedulian, penghargaan dan bantuan dari individu lain. Dukungan sosial dapat melindungi individu dari dampak negatif stres dan meningkatkan kesehatan (Sarafino & Smith, 2011). Orang tua dengan dukungan sosial yang tinggi memiliki tingkat stres rendah. Dukungan sosial berperan penting terhadap penurunan stres pengasuhan yang dialami orang tua (Kurnia, Putri, & Fitriani, 2019).

Dukungan sosial merupakan dukungan atau bantuan yang diperoleh secara verbal atau tindakan nyata dari individu lain. Dukungan sosial mengacu pada perasaan atau persepsi tentang kenyamanan,

perhatian dan bantuan yang akan tersedia saat dibutuhkan. Dukungan dapat diperoleh dari pasangan, keluarga, teman atau organisasi masyarakat. Individu yang memiliki dukungan sosial percaya bahwa dirinya dicintai, dihargai dan sebagai bagian dari lingkup sosial, seperti keluarga atau organisasi masyarakat (Sarafino & Smith, 2011). Dukungan sosial adalah informasi dari orang lain bahwa seseorang diperhatikan, dihargai, dan dicintai. Dukungan sosial dapat berasal dari pasangan, keluarga, teman dan masyarakat. Dukungan sosial dapat memberi kepuasan secara emosional, menghilangkan efek stres dan mengurangi dampak stres yang dapat menyebabkan kesehatan buruk (Taylor, 2018). Dukungan sosial keluarga ditandai dengan adanya *support*, *information* dan *feedback* (Procidano & Heller, 1983).

Keluarga merupakan sumber kebahagiaan sekaligus ketidakbahagiaan ketika terdapat masalah yang berkaitan dengan interaksi dengan pasangan dan anak, serta prediktor eksternal yang penting adalah dukungan emosional dari keluarga (Prastuti, Tairas & Hartini, 2020). Dukungan sosial yang tinggi dapat meningkatkan kebahagiaan, serta kualitas dan kuantitas dukungan sosial dapat menjadi prediktor kebahagiaan (Moeini, Barati, Farhadian & Ara, 2018).

Metode

1. Jenis dan Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan kebahagiaan sebagai variabel terikat (Y), stres pengasuhan sebagai variabel bebas (X) dan dukungan sosial keluarga sebagai variabel moderator (Z).

2. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak usia sekolah dasar yaitu 6 hingga 12 tahun yang berdomisili di Kota Makassar. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel 178 ibu.

3. Instrumen Penelitian

Variabel kebahagiaan diukur menggunakan skala *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) yang diadaptasi dari Hills dan Argyle (2002). Variabel stres pengasuhan diukur menggunakan skala *Parental Stress Scale* (PSS) yang diadaptasi dari Berry dan Jones (1995). Variabel dukungan sosial keluarga diukur menggunakan skala *Perceived Social Support from Family* (PSS-Fa) yang diadaptasi dari Procidano dan Heller (1983). Jenis skala dalam penelitian ini adalah skala *likert* dengan lima pilihan respon, yaitu sangat sesuai, sesuai, netral, tidak sesuai dan sangat tidak sesuai, oleh karena itu dilakukan modifikasi pilihan respon pada skala OHQ dan PSS-Fa.

4. Teknik Pengumpulan Data

Hasil daya diskriminasi item pada skala OHQ terdapat 10 item dengan nilai koefisien korelasi dibawah 0,3, sehingga jumlah item yang sebelumnya 29 item menjadi 19 item. Pada skala PSS terdapat 4 item dengan nilai koefisien korelasi dibawah 0,3, sehingga jumlah item yang sebelumnya 18 item menjadi 14 item. Pada skala PSS-Fa tidak terdapat item dengan nilai koefisien korelasi dibawah 0,3, sehingga item tetap berjumlah 20.

Validitas dalam penelitian ini menggunakan validitas isi dengan 3 orang *expert judgment*. Hasil reliabilitas pada skala kebahagiaan diperoleh nilai *alpha cronbach* sebesar 0,894 dan pada skala stres pengasuhan diperoleh nilai sebesar 0,894 yang masuk dalam kategori bagus. Pada skala dukungan sosial keluarga diperoleh nilai *alpha cronbach* sebesar 0,944 yang masuk dalam kategori sangat bagus.

5. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, uji asumsi yang meliputi uji normalitas, uji linearitas, uji heteroskedastisitas dan uji multikolinearitas. Hipotesis dalam penelitian ini diuji menggunakan metode *moderated regression analysis* (MRA).

Hasil dan Pembahasan

1. Hasil

1.1 Demografi Responden

Tabel 1. *Data responden*

Rentang Usia Responden	n	%
25 – 32 tahun	18	10,1
33 – 40 tahun	85	47,8
41 – 48 tahun	65	36,5
49 – 56 tahun	10	5,6
Rentang Usia Responden Saat Menikah		
< 18 tahun	1	0,6
18 – 20 tahun	14	7,9
21 – 30 tahun	152	85,4
31 – 40 tahun	9	5,1
> 40 tahun	2	1,1
Rentang Usia Pernikahan Responden		
6 – 10 tahun	31	17,4
11 – 15 tahun	82	46,1
16 – 20 tahun	41	23
> 20 tahun	24	13,5
Pekerjaan Responden		
Bekerja	99	55,6
Tidak bekerja	79	44,4
Pendidikan Terakhir Responden		
SMP	3	1,7
SMA	32	18
Diploma	14	7,9
S1	111	62,4
S2	15	8,4
S3	3	1,7

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa dari 178 ibu yang menjadi responden pada penelitian ini, mayoritas rentang usia responden yaitu 33 hingga 40 tahun, mayoritas responden menikah pada rentang usia 21 hingga 30 tahun, rentang usia pernikahan mayoritas responde antara 11 hingga 15 tahun, mayoritas

responden bekerja dan mayoritas tingkat pendidikan responden adalah S-1.

Tabel 2. *Data anak responden*

Rentang Usia Anak Responden (tahun)	n	%
7	30	16,9
8	15	8,4
9	20	11,2
10	37	20,8
11	38	21,3
12	38	21,3
Kelas (SD)		
1	34	19,1
2	13	7,3
3	19	10,7
4	52	29,2
5	25	14
6	35	19,7
Jumlah Anak Responden		
1	18	10,1
2	54	30,3
3	49	27,5
4	35	19,7
5	16	9
> 5	6	3,4

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa mayoritas usia anak responden berkisar antara 10 hingga 12 tahun, mayoritas responden memiliki anak kelas 4 SD dan mayoritas responden memiliki 2 anak.

Tabel 3. *Data pengasilan perbulan responden*

Tingkat Penghasilan Keluarga	n	%
< 1 juta	3	1,7
1 – 5 juta	38	21,3
5 – 10 juta	80	44,9
10 – 15 juta	32	18
15 – 20 juta	19	10,7
20 – 25 juta	3	1,7
> 25 juta	3	1,7
Kecukupan Penghasilan		
Cukup	158	88,8
Kurang cukup	18	10,1
Tidak cukup	2	1,1

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa tingkat penghasilan keluarga mayoritas responden berada pada rentang 5 hingga 10 juta perbulan dan mayoritas responden merasa cukup dengan penghasilan keluarga yang diperoleh.

Tabel 4. *Data responden tinggal bersama dan bantuan pengasuhan*

Tinggal Bersama	n	%
Suami	83	46,6%
Suami dan keluarga	65	36,5%
Keluarga	19	10,7%
Hanya bersama anak	11	6,2%
Bantuan Pengasuhan Dari		
Suami	63	35,4
Suami dan keluarga	27	15,2
Keluarga	31	17,4
Diri sendiri	44	24,7
Pengasuh dan lain-lain	13	7,3

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa mayoritas responden tinggal bersama suami dan bantuan

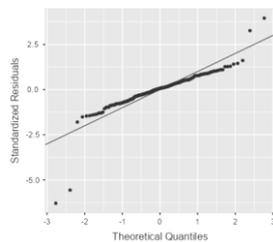
pengasuhan yang diperoleh responden paling banyak adalah dari suami.

1.2 Hasil Uji Asumsi

Penelitian ini menggunakan uji normalitas *Kolmogorov-smirnov* dengan taraf signifikansi lebih besar dari 0,05 ($>0,05$) dan menggunakan metode visual (Q-Q plot).

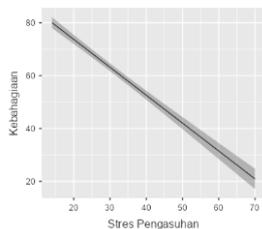
Tabel 5. Hasil uji normalitas

	Statistic	p
Kolmogorov-Smirnov	0,100	0,056

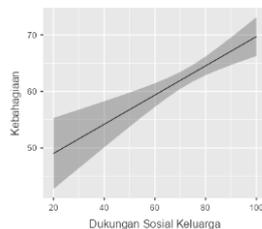


Gambar 1. Grafik Q-Q plot

Hasil uji normalitas dengan metode *Kolmogorov-smirnov* dalam penelitian ini menunjukkan bahwa data pada variabel stres pengasuhan, dukungan sosial keluarga, dan kebahagiaan berdistribusi normal ($p = 0,056 > 0,05$). Berdasarkan metode visual grafik Q-Q plot yang dapat dilihat pada gambar 1, data penelitian menunjukkan bahwa data menyebar disekitar garis diagonal dan mengikuti arah garis tersebut, sehingga dapat disimpulkan bahwa model regresi berdistribusi secara normal.

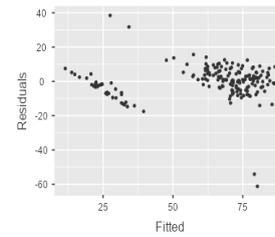


Gambar 2. Grafik linearitas stres pengasuhan dengan kebahagiaan.



Gambar 3. Grafik linearitas dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan.

Penelitian ini menggunakan uji linearitas dengan metode visual grafik linearitas. Berdasarkan gambar 2 terlihat plot data membentuk pola garis lurus kanan bawah naik ke kiri atas yang menunjukkan adanya hubungan linear bersifat negatif antara variabel kebahagiaan (Y) dengan variabel stres pengasuhan (X). Berdasarkan gambar 3 terlihat plot data membentuk pola garis lurus dari kiri bawah naik ke kanan atas yang menunjukkan adanya hubungan linear bersifat positif antara variabel kebahagiaan (Y) dengan variabel dukungan sosial keluarga (Z).



Gambar 4. Grafik residual plot

Penelitian ini menggunakan uji heteroskedastisitas dengan metode visual grafik residual plot. Grafik residual plot pada gambar 4 menunjukkan bahwa titik-titik pada grafik tidak menunjukkan pola yang jelas dan cenderung menyebar di atas dan di bawah angka 0, maka tidak terjadi gejala heteroskedastisitas.

Tabel 6. Hasil uji multikolinearitas

Variabel	VIF	Tolerance
Stres pengasuhan	1,17	0,856
Dukungan sosial keluarga	1,17	0,856

Penelitian ini menggunakan uji multikolinearitas Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa nilai variabel stres pengasuhan dan dukungan sosial yaitu nilai VIF sebesar 1,17 ($VIF < 10,00$) dan nilai *tolerance* sebesar 0,856 ($tolerance > 0,1$), maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala multikolinearitas.

1.3 Analisis Deskriptif

Tabel 7. Deskripsi data hasil penelitian skala kebahagiaan, stres pengasuhan dan dukungan sosial keluarga

Variabel	Hipotetik			
	Min	Maks	Mean	SD
Kebahagiaan	19	95	57	12,667
Stres pengasuhan	14	70	42	9,333
Dukungan sosial keluarga	20	100	60	13,333

Tabel 8. Kategorisasi skor kebahagiaan, stres pengasuhan dan dukungan sosial keluarga pada ibu

Variabel Kebahagiaan			
Interval	f	%	Kategori
70 >	87	48,876	Tinggi
45 - 69	55	30,899	Sedang
0 - 44	36	20,225	Rendah
Jumlah	178	100	

Variabel Stres Pengasuhan			
Interval	f	%	Kategori
52 >	34	19,101	Tinggi
33 - 51	9	5,056	Sedang
0 - 32	135	75,843	Rendah
Jumlah	178	100	

Variabel Dukungan Sosial Keluarga			
Interval	f	%	Kategori
74 >	93	52,247	Tinggi
47 - 73	80	44,944	Sedang
0 - 46	5	2,809	Rendah
Jumlah	178	100%	

Berdasarkan tabel 7 dan 8 menunjukkan bahwa nilai *mean* hipotetik kebahagiaan pada ibu adalah 57

dengan nilai standar deviasi sebesar 12,667. Berdasarkan hasil data skor subjek penelitian menunjukkan bahwa ibu memiliki kebahagiaan yang tinggi dengan persentase sebesar 48,876%. Pada stres pengasuhan diketahui nilai *mean* hipotetik pada ibu adalah 42 dan skor standar deviasi sebesar 9,333. Berdasarkan hasil data skor subjek penelitian menunjukkan bahwa ibu memiliki stres pengasuhan yang rendah dengan persentase sebesar 75,843%. Pada dukungan sosial keluarga diketahui *mean* hipotetik adalah 60 dan skor standar deviasi sebesar 13,333. Berdasarkan hasil data skor subjek penelitian menunjukkan bahwa ibu memiliki dukungan sosial keluarga yang tinggi dengan persentase sebesar 52,247%.

1.4 Hasil Uji Hipotesis

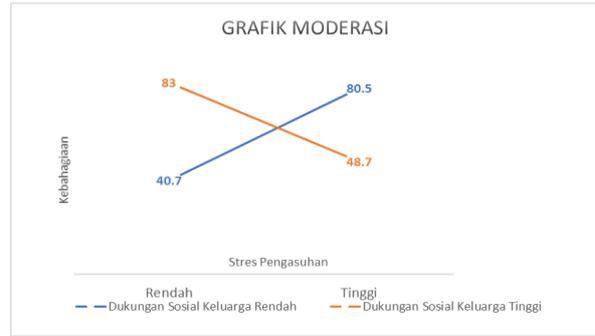
Tabel 9. Hasil uji hipotesis

Predictor	Estimate	SE	95% confidence Interval		t	p	Stand. Estimate
			Lower	Upper			
Intercept	94,0	9,90	74,4	113,	9,4	<,00	
	0902	135	67	5512	95	1	
Stres pengasuhan	-	0,20	-	-	-	<,00	-
	1,47	0,323	1,87	1,07	7,2	1	0,831
	300		4	19	48		5
Dukungan sosial keluarga	0,01	0,12	-	0,27	0,1	0,87	0,117
	998	702	0,23	0,07	57	5	3
Stres pengasuhan * Dukungan sosial keluarga	0,00	0,00	3,61	0,01	2,1	0,03	0,060
	566	268	e-4	10	08	6	5

Tabel 10. Nilai R-square

Model	R	R2	RMSE	Overall Model Test			p
				F	df1	df2	
1	0,902	0,0814	9,58	254	3	174	<,001

Berdasarkan tabel 9 diketahui hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara stres pengasuhan terhadap kebahagiaan yang dimoderatori dukungan sosial keluarga ($\beta = 0,005, p = 0,036 < 0,05$), maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Nilai estimasi yang diperoleh bernilai positif yang berarti bahwa walaupun stres pengasuhan meningkat, namun jika terdapat dukungan sosial keluarga yang tinggi, maka dukungan ini dapat menghilangkan pengaruh stres pengasuhan pada kebahagiaan yang dirasakan ibu. Grafik peran variabel moderasi dapat dilihat pada gambar 5. Berdasarkan tabel 10 diketahui hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai *R-square* yang diperoleh sebesar 0,814 yang berarti bahwa dukungan sosial keluarga memberikan kontribusi sebesar 81,4% dalam meminimalisir stres pengasuhan yang dialami oleh ibu. Hasil uji hipotesis juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara stres pengasuhan terhadap kebahagiaan ($\beta = -1,473, p = 0,000 < 0,05$). Nilai estimasi yang diperoleh bernilai negatif yang berarti bahwa semakin tinggi stres pengasuhan, maka semakin rendah tingkat kebahagiaan yang dirasakan.



Gambar 5. Grafik moderasi

1.5 Hasil Uji Perbedaan

Tabel 11 Hasil uji perbedaan kebahagiaan ibu

No	Demografi	p
1.	Pekerjaan ibu	0,044
2.	Pendidikan ibu	0,012
3.	Penghasilan keluarga	0,088
4.	Tinggal dengan	0,042

Berdasarkan tabel 11 diketahui bahwa ada perbedaan kebahagiaan ibu ditinjau dari pekerjaan ($p=0,044$), pendidikan ($p=0,012$) bersama dengan siapa ibu tinggal ($p=0,042$) dan tidak ada perbedaan kebahagiaan ibu ditinjau dari penghasilan keluarga ($x=0,088$).

Tabel 12 Perbedaan kebahagiaan ibu

Pekerjaan	N	Mean rank
Tidak bekerja	79	80,80
Bekerja	99	94,44
Total	178	
Pendidikan		
SMP	3	37,67
SMA	32	75,63
DIPLOMA	14	59,18
S1	111	99,61
S2	15	84,30
S3	3	82,67
Total	178	
Tinggal Bersama		
Hanya bersama anak	11	72,59
Keluarga	19	61,55
Suami	83	95,42
Suami & keluarga	65	92,97
Total	178	

Berdasarkan tabel 12 diketahui bahwa ibu yang bekerja ($x= 94,44$), ibu dengan tingkat pendidikan S-1 ($x= 99,61$) dan ibu yang tinggal bersama suami ($x= 95,42$) memiliki tingkat kebahagiaan yang cenderung lebih tinggi.

2. Pembahasan

Hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan metode *Moderated Regression Analysis* (MRA) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara stres pengasuhan terhadap kebahagiaan yang dimoderatori dukungan sosial keluarga ($\beta = 0,005, p = 0,036 < 0,05$) pada ibu yang memiliki anak usia SD di kota Makassar, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Nilai estimasi yang diperoleh bernilai positif yang berarti bahwa walaupun stres pengasuhan meningkat, namun jika terdapat dukungan sosial keluarga yang tinggi, maka dukungan ini dapat meminimalisir pengaruh stress pengasuhan pada kebahagiaan yang dirasakan ibu. Nilai *R-square* yang diperoleh sebesar 0,814 yang berarti bahwa dukungan sosial keluarga memberikan kontribusi sebesar 81,4% dalam meminimalisir stres pengasuhan yang dialami oleh ibu. Hasil uji hipotesis juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara stres pengasuhan terhadap kebahagiaan ($\beta = -1,473, p = 0,000 < 0,05$). Nilai estimasi yang diperoleh bernilai negatif yang berarti bahwa semakin tinggi stres pengasuhan, maka semakin rendah tingkat kebahagiaan yang dirasakan.

Penelitian Bang dan Jang (2022) menunjukkan hasil bahwa stres pengasuhan secara signifikan berkorelasi negatif terhadap kebahagiaan dan perilaku pengasuhan yang hangat, berarti ibu yang stres cenderung kurang bahagia dan kurang menunjukkan perilaku pengasuhan yang hangat. Penelitian Findler, Jacoby dan Gabis (2016) menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial berkorelasi secara positif terhadap kebahagiaan, berarti semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh maka kebahagiaan pada ibu semakin tinggi. Hasil penelitian juga menunjukkan stres berkorelasi secara negatif terhadap kebahagiaan, berarti semakin tinggi stres yang dialami, maka semakin rendah kebahagiaan yang dirasakan ibu. Hasil penelitian juga menunjukkan dukungan sosial berkontribusi secara negatif terhadap stres, berarti tingkat dukungan sosial yang tinggi berkaitan dengan tingkat stres yang lebih rendah. Berdasarkan dari beberapa penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan dapat dipengaruhi oleh stres pengasuhan yang ibu alami. Namun dengan adanya dukungan sosial dari keluarga, ibu tetap merasa bahagia walaupun dihadapkan pada berbagai situasi yang membuat ibu mengalami stres pengasuhan.

Penelitian Ati, Matulesy dan Rochim (2018) menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial berkorelasi secara negatif terhadap stres ibu, berarti semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh maka tingkat stres semakin rendah. Dukungan sosial dapat mengantisipasi timbulnya stres, individu yang mendapatkan dukungan sosial mampu melalui masalah dengan baik karena memperoleh saran dan solusi dari individu lain. Penelitian terkait juga dilakukan oleh Machmiah (2019) yang menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial berkorelasi secara negatif terhadap stres pengasuhan, berarti semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh maka semakin rendah stres pengasuhan yang di alami ibu. Penelitian Putri dan Lutfianawati (2021) menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial dan tingkat pendidikan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres pengasuhan. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan prediktor terkuat dari stres pengasuhan, sehingga dukungan sosial dapat

menjadi intervensi untuk mengatasi stres pengasuhan. Berdasarkan beberapa penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memengaruhi stres pengasuhan. Dukungan sosial mampu meminimalisir dan mengurangi stres pengasuhan. Dukungan sosial juga dapat mengantisipasi dan menjadi intervensi untuk mengatasi stres pengasuhan.

Penelitian Prastuti, Tairas dan Hartini (2020) menunjukkan hasil bahwa keluarga merupakan sumber kebahagiaan sekaligus ketidakbahagiaan ketika terdapat masalah yang berkaitan dengan interaksi dengan pasangan dan anak, serta prediktor eksternal yang penting adalah dukungan emosional dari keluarga. Penelitian Uraningsari dan Djalali (2016) menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan kebahagiaan, berarti semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh maka semakin tinggi tingkat kebahagiaan. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Moeini, Barati, Farhadian dan Ara (2018) yang menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial berkorelasi positif terhadap kebahagiaan. Dukungan sosial yang tinggi dapat meningkatkan kebahagiaan, serta kualitas dan kuantitas dukungan sosial dapat menjadi prediktor kebahagiaan. Berdasarkan beberapa penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memengaruhi kebahagiaan. Dukungan sosial mampu meningkatkan kebahagiaan yang dirasakan individu. Dukungan sosial dari keluarga sangat penting bagi individu untuk meningkatkan kebahagiaan, serta mencegah dan meminimalisir stres pengasuhan.

Hasil uji beda menggunakan *Kruskal Wallis* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kebahagiaan ditinjau dari pekerjaan ($p = 0,044$). Hasil *mean rank* menunjukkan bahwa ibu yang bekerja memiliki kebahagiaan cenderung lebih tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Ditasari (2020) menunjukkan hasil bahwa ibu bekerja merasa bahagia. Sumber kebahagiaan pada ibu bekerja berasal dari keluarga dan pekerjaan yang berbentuk finansial meliputi gaji dan jaminan hari tua serta non-finansial meliputi rasa bangga suami, cinta dari suami dan anak, perasaan berguna, keseimbangan peran, status sosial sebagai ibu bekerja, serta bekerja menjadi sarana pereda stres. Komponen kebahagiaan ibu yang bekerja meliputi emosi positif, makna hidup, kesenangan hidup, keterikatan dan keterlibatan dalam kehidupan dalam keluarga dan pekerjaan.

Hasil uji beda menunjukkan hasil bahwa ada perbedaan kebahagiaan ibu ditinjau dari pendidikan ($p = 0,012$). Hasil *mean rank* menunjukkan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan S-1 memiliki kebahagiaan yang cenderung lebih tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Parasari dan Setiyartini (2020) menunjukkan hasil bahwa tingkat pendidikan berpengaruh positif terhadap kebahagiaan individu. Semakin tinggi tingkat pendidikan individu maka probabilitas kebahagiaan individu juga meningkat.

Hasil uji beda menunjukkan hasil bahwa tidak ada perbedaan kebahagiaan ibu ditinjau dari penghasilan

keluarga ($p = 0,088$). Penelitian yang dilakukan oleh Buono (2013) menunjukkan hasil bahwa tidak ada perbedaan kebahagiaan antara individu dengan status sosial ekonomi tinggi dengan individu dengan status sosial ekonomi rendah. Kebahagiaan cenderung lebih ditentukan oleh perilaku dan pikiran individu.

Hasil uji beda menunjukkan hasil bahwa ada perbedaan kebahagiaan ibu ditinjau dari bersama siapa ibu tinggal ($p = 0,042$). Hasil *mean rank* menunjukkan bahwa ibu yang tinggal bersama suami memiliki kebahagiaan yang cenderung lebih tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Saputra, Hartati, Aviani (2014) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kepuasan pernikahan antara pasangan yang tinggal terpisah dengan orang tua dan pasangan yang tinggal dengan orang tua. Pasangan yang tinggal terpisah dengan orang tua memiliki tingkat kepuasan pernikahan yang lebih tinggi, merasa lebih bahagia, tenang dan nyaman karena hal yang di raih merupakan jerih payah berdua.

Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh negatif yang signifikan antara stres pengasuhan terhadap kebahagiaan. Ada pengaruh positif yang signifikan antara stres pengasuhan terhadap kebahagiaan yang dimoderatori oleh dukungan sosial keluarga pada ibu yang memiliki anak usia SD di kota Makassar.

Hasil penelitian menyatakan bahwa ibu yang mengalami stres pengasuhan tinggi memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah namun, walaupun stres pengasuhan tinggi, jika ibu mendapatkan dukungan sosial dari keluarga yang tinggi, maka stres pengasuhan tidak akan menurunkan tingkat kebahagiaan yang dirasakan ibu. Hasil penelitian menyatakan bahwa ada perbedaan kebahagiaan ditinjau dari pekerjaan, pendidikan dan dengan siapa ibu tinggal.

Daftar Pustaka

- Ahern, L. S. 2004. Psychometric properties of the parenting stress index-short form. (Thesis, North Carolina State University), diakses dari <http://repository.lib.ncsu.edu/ir/handle/1840.16/2765>, pada 05 Desember 2021.
- Argyle, M. 2001. *The psychology of happiness* (2nd ed.). New York: Routledge.
- Ati, M. R. S., Matulesky, A., & Rochim, M. F. 2018. The relationship between gratitude and social support with the stress of parents who have children in need of special. *Journal of Child Development Studies*, 3(1), 44. <https://doi.org/10.29244/jcids.3.1.44-58>.
- Bang, K.S., & Jang, S.Y. 2022. Influence of parenting role sharing, parenting stress, and happiness on warm parenting behavior in mothers of children aged 6 years: An analysis using data from the seventh panel study on Korean children. *Child Health Nursing Research*, 28(1),82–90. <https://doi.org/10.4094/chnr.2022.28.1.82>.
- Berry, J. O., & Jones, W. H. 1995. The parental stress scale: Initial psychometric evidence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(3), 463–472. <https://doi.org/10.1177/0265407595123009>.
- Deater, K., & Deckard. 2004. *Parenting stress*. USA: Penguin Group.
- Findler, L., Klein Jacoby, A., & Gabis, L. 2016. Subjective happiness among mothers of children with disabilities: The role of stress, attachment, guilt and social support. *Research in Developmental Disabilities*, 55, 44–54. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2016.03.006>.
- Hills, P., & Argyle, M. 2002. The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1073–1082. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6).
- Hurlock, E. B. 1999. *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jahja, Y. 2015. *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Kumalasari, D., & Gani, I. A. A. 2020. Mengasuh anak usia prasekolah vs anak usia sekolah dasar: Manakah yang lebih menimbulkan stres pengasuhan pada ibu?. *Personifikasi*, 11(2), 146–160.
- Kurnia, R. T. R., Putri, A. M., & Fitriani, D. (2019). Dukungan sosial dan tingkat stres orang tua yang memiliki anak retardasi mental. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 1(2), 28–34.
- Machmiah, N. 2019. Hubungan dukungan sosial dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autisme di SLB Autis Laboratorium UM Kota Malang. (Skripsi, Universitas Maulana Malik Ibrahim Malang) diakses dari <http://etheses.uin-malang.ac.id/15407/1/15410025.pdf>, pada 21 Juni 2022.
- Moeini, B., Barati, M., Farhadian, M., & Ara, M. H. 2018. The association between social support and happiness among elderly in Iran. *Korean Journal of Family Medicine*, 39(4), 260–265. <https://doi.org/10.4082/kjfm.17.0121>.
- Prastuti, E., Tairas, M. M. W., & Hartini, N. 2020. The meaning and the source of mother's happiness: An explorative study to young adult mothers with ages 20- 40 years old. *ICP-HESOS*, 101–107. <https://doi.org/10.5220/0008585901010107>.
- Procidano, M. E., & Heller, K. 1983. Measures of perceived social support from friends and from family: Three validation studies. *American Journal of Community Psychology*, 11(1), 1–24. <https://doi.org/10.1007/BF00898416>.
- Putri, A. M., & Lutfianawati, D. 2021. Parenting stress, social support and parental characteristic in

- parents of ASD children. *International Journal of Early Childhood Special Education*, 13(1), 144–151. <https://doi.org/10.9756/INTJECSE/V13I1.21101791>.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. 2011. *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (7th ed.). USA: John Wiley & Sons.
- Schiffirin, H. H., & Nelson, S. K. 2010. Stressed and happy? Investigating the relationship between happiness and perceived stress. *Journal of Happiness Studies*, 11(1), 33–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-008-9104-7>.
- Seligman, M. E. P. 2002. *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Simon and Schuster.
- Taylor, S. E. 2018. *Health psychology (10th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Uraningsari, F., & Djalali, M. A. 2016. Penerimaan diri, dukungan sosial dan kebahagiaan pada lanjut usia. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(01), 15–27.