

HUBUNGAN PARENTING STRESS IBU DENGAN MASALAH KESEHATAN MENTAL ANAK USIA DINI DI TK DESA CURAHKALONG BANGSALSARI KABUPATEN JEMBER

Holida¹, Nikmatur Rohmah², Siti Kholifah³

holidaholida181@gmail.com¹, nikmaturrohmah@unmuhjember.ac.id²,
sitikholifah@unmuhjember.ac.id³

Universitas Muhammadiyah Jember

ABSTRAK

Latar Belakang: Parenting stress merupakan tekanan fisik dan emosional yang dialami ibu selama menjalankan peran pengasuhan. Tingginya stres pengasuhan dapat memengaruhi kualitas interaksi ibu dan anak sehingga berdampak pada kesehatan mental anak usia dini. Permasalahan kesehatan mental anak dapat ditandai dengan gejala emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas, kesulitan berhubungan dengan teman sebaya, serta rendahnya perilaku prososial. Tujuan: Menganalisis hubungan parenting stress pada ibu dengan kesehatan mental anak usia dini di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember. Metode: Penelitian ini menggunakan desain korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah ibu yang memiliki anak usia dini di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember. Sampel penelitian berjumlah 84 responden yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan yaitu Parental Stress Scale (PSS) untuk mengukur parenting stress dan Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) untuk mengukur kesehatan mental anak. Analisis data menggunakan uji Spearman Rank dengan tingkat signifikansi $\alpha \leq 0,05$. Hasil: Sebagian besar ibu memiliki parenting stress kategori rendah sebanyak 46 responden (54,8%). Sebagian besar anak mengalami gangguan emosional sebanyak 43 anak (51,2%) dan masalah perilaku sebanyak 45 anak (53,6%). Hasil uji Spearman Rank menunjukkan nilai koefisien korelasi $r = 0,214$ dengan $p = 0,050$, yang menunjukkan hubungan positif dengan kekuatan lemah antara parenting stress ibu dan masalah kesehatan mental anak usia dini. Kesimpulan: Semakin tinggi parenting stress pada ibu, semakin tinggi kecenderungan munculnya masalah kesehatan mental pada anak usia dini. Oleh karena itu, diperlukan dukungan keluarga, edukasi pengelolaan stres pengasuhan, serta deteksi dini masalah kesehatan mental anak untuk mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

Kata Kunci: Parenting Stress, Ibu, Kesehatan Mental Anak, Anak Usia Dini.

ABSTRACT

Background: Parenting stress is the physical and emotional pressure experienced by mothers during their parenting roles. High levels of parenting stress can affect the quality of mother-child interactions, thus impacting the mental health of early childhood. Children's mental health problems can be characterized by emotional symptoms, behavioral problems, hyperactivity, difficulties relating to peers, and low prosocial behavior. Objective: To analyze the relationship between maternal parenting stress and the mental health of early childhood children in Kindergarten, Curahkalong Village, Bangsalsari Regency, Jember Regency. Method: This study used a correlational design with a cross-sectional approach. The study population was mothers with early childhood children in Kindergarten, Curahkalong Village, Bangsalsari Regency, Jember Regency. The study sample consisted of 84 respondents selected using a total sampling technique. The instruments used were the Parental Stress Scale (PSS) to measure parenting stress and the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) to measure children's mental health. Data analysis used the Spearman Rank test with a significance level of $\alpha \leq 0.05$. Results: Most mothers had low parenting stress, as many as 46 respondents (54.8%). A majority of children experienced emotional disorders (43 children (51.2%)) and behavioral problems (45 children (53.6%)). The Spearman Rank test showed a correlation coefficient of $r = 0.214$ with $p = 0.050$, indicating a positive, weak relationship between maternal parenting stress and early childhood mental health problems. Conclusion: The higher the maternal parenting stress, the higher the likelihood of mental health problems in early

childhood. Therefore, family support, education on managing parenting stress, and early detection of mental health problems in children are needed to support optimal child growth and development.

Keywords: Parenting Stress, Mothers, Child Mental Health, Early Childhood.

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama dalam membentuk perkembangan anak, baik secara fisik, emosional, sosial, maupun mental. Ibu sebagai pengasuh utama memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan stimulasi, perhatian, serta kasih sayang yang menjadi dasar pembentukan karakter dan kesehatan mental anak usia dini. Namun dalam menjalankan peran tersebut, tidak sedikit ibu yang mengalami tekanan psikologis atau yang dikenal dengan istilah parenting stress, yaitu kondisi stres yang muncul ketika tuntutan dalam mengasuh anak dirasakan melebihi kemampuan dan sumber daya yang dimiliki oleh orang tua (Abidin, 2022).

Parenting stress dapat dikategorikan sebagai bentuk tekanan psikologis yang muncul akibat ketidakseimbangan antara tuntutan pengasuhan dan kapasitas pengasuh. Berbagai faktor dapat menjadi penyebab munculnya stres pengasuhan, seperti kondisi ekonomi keluarga yang kurang stabil, peran ganda ibu sebagai pekerja sekaligus pengasuh anak, perilaku anak yang sulit diatur, minimnya dukungan dari pasangan atau lingkungan sosial, hingga ekspektasi terhadap pola asuh ideal yang terlalu tinggi (Putri & Andriani, 2020). Ketika ibu berada dalam tekanan pengasuhan yang berat, respons emosional negatif seperti kelelahan, mudah marah, dan frustrasi dapat muncul sehingga mengganggu hubungan emosional antara ibu dan anak. Keadaan ini dapat menyebabkan terganggunya interaksi yang hangat, yang berimplikasi pada munculnya perilaku anak yang lebih mudah cemas, menarik diri, atau bahkan agresif (Rahmawati, 2021).

Parenting stress telah menjadi isu global yang mendapatkan perhatian serius di berbagai tingkat. Secara internasional, laporan World Health Organization (WHO, 2021) menunjukkan bahwa lebih dari 40% ibu di dunia mengalami stres pengasuhan yang disebabkan oleh tekanan sosial dan ekonomi yang meningkat. Di tingkat nasional, Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA, 2022) mencatat sekitar 45% ibu di Indonesia mengalami tekanan psikologis dalam menjalankan peran pengasuhan, khususnya pada anak usia di bawah enam tahun. Sementara di Provinsi Jawa Timur, hasil survei Dinas Kesehatan (2023) menunjukkan bahwa sekitar 38% ibu mengeluhkan stres pengasuhan akibat beban kerja ganda dan rendahnya dukungan sosial.

Pada tingkat kabupaten, khususnya di Kabupaten Jember, permasalahan ini juga cukup mengkhawatirkan. Berdasarkan penelitian di Desa Jatisari, Kecamatan Jenggawah, dari 118 ibu yang disurvei menggunakan Parenting Stress Index–Short Form (PSI–SF), ditemukan bahwa Sebanyak (76,3%) mengalami stres pengasuhan sedang, (13,6%) mengalami stres tinggi, dan hanya ibu (10,1%) yang mengalami stres rendah (Fatkuriyah, 2022). Berdasarkan hasil dari survei pendahuluan Di Tk Desa Curahkalong Kabupaten Jember ,sebanyak (75,3%) ibu mengalami Parenting stress rendah, (14,6%) ibu parenting tinggi,dan (10,1%) ibu parenting stress rendah.Temuan ini menegaskan bahwa mayoritas ibu menghadapi tekanan emosional dalam mengasuh anak, sehingga parenting stress merupakan persoalan kompleks yang memerlukan perhatian lintas sektor dan kebijakan yang tepat untuk mengatasinya.

Secara perkembangan, peningkatan parenting stress dapat dikaitkan dengan perubahan struktur sosial dan ekonomi masyarakat modern. Di masa lalu, sistem pengasuhan lebih bersifat kolektif dengan dukungan kuat dari keluarga besar dan komunitas sekitar. Namun, perkembangan zaman dan meningkatnya mobilitas sosial telah menyebabkan banyak

keluarga hidup secara mandiri, sehingga beban pengasuhan lebih terfokus pada ibu. Selain itu, tuntutan ekonomi yang semakin tinggi membuat banyak ibu berperan ganda sebagai ibu rumah tangga dan pekerja, yang pada akhirnya meningkatkan risiko stres pengasuhan (Hidayati, 2019). Bila stres pengasuhan ini tidak ditangani, maka akan berdampak pada munculnya pola asuh negatif seperti sikap keras, mudah marah, atau pengabaian terhadap kebutuhan emosional anak (Maslim, 2020). Oleh karena itu, penting bagi setiap keluarga dan lembaga sosial untuk memahami dinamika parenting stress sebagai faktor utama yang berpengaruh terhadap kualitas pengasuhan anak.

Kondisi parenting stress juga tampak nyata di wilayah pedesaan seperti di Desa Curahkalong, di mana banyak ibu harus menjalankan peran ganda sebagai ibu rumah tangga sekaligus pekerja di sektor pertanian atau perdagangan. Kondisi tersebut menyebabkan waktu dan energi ibu untuk mendampingi anak menjadi terbatas, yang pada akhirnya memicu munculnya stres pengasuhan (Astuti, 2021). Berdasarkan pengamatan awal di TK Desa Curahkalong, ditemukan beberapa anak menunjukkan tanda-tanda kecemasan, kurang percaya diri, dan kesulitan berinteraksi sosial. Fenomena ini memberikan indikasi bahwa tingkat stres pengasuhan ibu dapat berhubungan langsung dengan kondisi kesehatan mental anak usia dini.

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa parenting stress bukan hanya persoalan individu, melainkan juga berkaitan dengan dinamika sosial dan ekonomi yang memengaruhi pola interaksi ibu dan anak. Kondisi ini menegaskan pentingnya menelaah keterkaitan antara tingkat stres pengasuhan ibu dan kesehatan mental anak usia dini, mengingat lingkungan emosional keluarga memiliki peran sentral dalam membentuk kesejahteraan psikologis anak. Indikator hubungan tersebut dapat dilihat melalui perilaku anak yang sering menunjukkan kecemasan berlebihan, mudah menangis, sulit beradaptasi, kurang percaya diri, dan mengalami hambatan dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Hal ini menguatkan dugaan bahwa tekanan pengasuhan yang dialami ibu memiliki pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental anak usia dini (Sari & Wulandari, 2020).

Masalah kesehatan mental kemampuan anak dalam mengenali dan mengelola emosi, menjalin hubungan sosial yang positif, menunjukkan rasa percaya diri, serta berperilaku adaptif dalam kegiatan sehari-hari (WHO, 2022). Anak yang sehat secara mental umumnya menunjukkan indikator perilaku positif, seperti mampu menenangkan diri ketika marah, mudah berinteraksi dengan teman sebaya, memiliki rasa ingin tahu tinggi, dan menunjukkan ekspresi emosional yang wajar. Sebaliknya, anak dengan kondisi kesehatan mental yang terganggu sering menampilkan indikator negatif, seperti mudah menangis tanpa sebab, sulit fokus, cepat marah, enggan bergaul, dan menunjukkan rasa takut berlebihan (Desmita, 2018).

Berdasarkan berbagai fenomena tersebut, diperlukan adanya upaya sinergis antara keluarga, masyarakat, dan lembaga pendidikan anak usia dini dalam memberikan dukungan terhadap kesejahteraan emosional ibu. Lembaga pendidikan dapat berperan penting melalui penyelenggaraan parenting program, pelatihan regulasi emosi, serta peningkatan komunikasi efektif antara guru dan orang tua (Wulandari, 2023). Pendekatan ini diharapkan mampu membantu ibu mengurangi tingkat parenting stress dan menciptakan lingkungan pengasuhan yang lebih sehat secara emosional. Dengan demikian, keseimbangan psikologis antara ibu dan anak dapat terjaga, yang pada akhirnya menjadi dasar terbentuknya anak-anak yang sehat secara mental dan emosional di masa depan.

METODE PENELITIAN

Metode korelasional merupakan salah satu jenis penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih. Penelitian ini tidak bermaksud untuk mencari sebab-akibat, melainkan hanya ingin melihat sejauh mana hubungan antara variabel-variabel yang diteliti. Dengan kata lain, penelitian korelasional berfokus pada tingkat keterkaitan antarvariabel tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi terhadap variabel tersebut.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional dengan rancangan cross sectional yaitu penelitian yang digunakan untuk mencari hubungan antara dua variabel atau lebih yang bersifat kuantitatif (Ibrahim, 2018). Penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional yaitu peneliti melakukan pengukuran variabel di waktu tertentu dalam artian observasi yang dilakukan kepada subjek dilakukan sekali saja pada saat pemeriksaan (Adiputra dkk., 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Data Umum

1. Asal Sekolah

Distribusi responden berdasarkan asal sekolah di TK RA Baitul Mukminin dan TK RA Baitul Ulum Desa Curahkalong Kabupaten Jember dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Asal Sekolah Di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember Bulan April 2026 (n = 84)

No	Nama Sekolah	Jumlah	Persentase (%)
1	TK RA Baitul Mukminin	36	42,9
2	TK RA Baitul Ulum	48	57,1
Total		84	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden berasal dari TK RA Baitul Ulum sebanyak 36 responden (42,9%), sedangkan responden dari TK RA Baitul Mukminin sebanyak 48 responden (57,1%).

2. Usia Anak

Distribusi responden berdasarkan usia anak dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Asal Sekolah Di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember Bulan April 2026(n = 84)

No	Nama Sekolah	Jumlah	Persentase (%)
1	4 Tahun	30	35,7
2	5 Tahun	31	36,9
3	6 Tahun	23	27,4
Total		84	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar anak berusia 5 tahun sebanyak 30 anak (35,7%), sedangkan usia 4 tahun sebanyak 31 anak (36,9%) dan usia 6 tahun sebanyak 23 anak (27,4%).

3. Jenis kelamin

Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin anak dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Anak Di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember Bulan April 2026 (n = 84)

No	Nama Sekolah	Jumlah	Persentase (%)
1	Laki-laki	28	33,3
2	Perempuan	56	66,7
Total		84	100

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa sebagian besar anak berjenis kelamin laki-laki sebanyak 28 anak (33,3%), sedangkan anak perempuan sebanyak 56 anak (66,7%).

4. Usia Ibu

Distribusi responden berdasarkan usia ibu dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4 Distribusi Responden Berdasarkan Usia Ibu Di TK Desa Curahkalong Bangsalsari
Kabupaten Jember Bulan April 2026 (n = 84)

No	Nama Sekolah	Jumlah	Persentase (%)
1	15-25 Tahun	36	42,9
2	26-40 Tahun	19	22,6
3	41-55 Tahun	29	34,5
Total		84	100

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa sebagian besar ibu berusia 19-25 tahun sebanyak 36 responden (42,9%), sedangkan usia 26-40 tahun sebanyak 19 responden (22,6%) dan usia 41-55 tahun sebanyak 29 responden (34,5%).

5. Pendidikan Ibu

Distribusi responden berdasarkan tingkat pendidikan ibu dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 5 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu Di TK Desa Curahkalong Bangsalsari
Kabupaten Jember Bulan April 2026 (n = 84)

No	Nama Sekolah	Jumlah	Persentase (%)
1	Belum Tamat SD	6	7,1
2	SD	6	7,1
3	SMP	7	8,3
4	SMA	39	46,4
5	Perguruan Tinggi	26	31
Total		84	100

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa sebagian besar ibu memiliki tingkat pendidikan SMS sebanyak 39 responden (46,4%), sedangkan pendidikan Perguruan Tinggi sebanyak 26 responden (31%), SMP sebanyak 7 responden (8,3%), SD dan Belum Tamat SD sebanyak 6 responden (7,1%).

6. Pekerjaan Ibu

Distribusi responden berdasarkan pekerjaan ibu dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 6 Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Di TK Desa Curahkalong Bangsalsari
Kabupaten Jember Bulan April 2026 (n = 84)

No	Nama Sekolah	Jumlah	Persentase (%)
1	IRT (Ibu rumah tangga)	34	40,5
2	Penggawai Swasta	22	26,2
3	PNS	7	8,3
4	Lainnya	21	25
Total		84	100

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 34 responden (40,5%), sedangkan wiraswasta sebanyak 22 responden (26,2%), Lainnya sebanyak 21 responden (25%), dan PNS sebanyak 7 responden (8,3%).

7. Parenting Stress dan Masalah Kesehatan Mental

Tabel 7 Distribusi Skor Parenting Stress Ibu Dan Masalah Kesehatan Mental Anak Usia Dini
Berdasarkan Nilai Minimum, Maksimum, Rerata, Dan Standar Deviasi Di TK Desa Curahkalong
Bangsalsari Kabupaten Jember Bulan April 2026 (n=84)

Variabel/dimensi	Minimum	Max imu m	Mean	Std. Deviation
Kepuasan menjadi	4	12	8.38	2.853

ibu				
Beban pengasuhan	4	12	7.86	2.685
Kelelahan emosional	3	9	5.58	2.251
Stres terhadap perilaku anak	3	9	5.83	2.076
Terbentuknya makna dan ikatan emosional	4	12	8.36	2.919
Stres pengasuhan	25	45	36.01	3.612
Gejala emosional	7	21	15.55	4.137
Masalah perilaku	5	15	11.55	3.190
Hiperaktivitas dan kurang perhatian	8	18	12.08	1.805
Hubungan dengan sebaya	3	9	5.54	1.418
Perilaku prososial	4	12	6.87	2.767
Masalah kesehatan mental anak	36	62	5.,58	5.645

Rata-rata skor parenting stress sebesar $36,01 > 3,61$ dengan dimensi tertinggi pada kepuasan menjadi ibu ($8,38 > 2,85$) dan terbentuknya makna serta ikatan emosional ($8,36 > 2,92$). Sementara itu, rata-rata skor masalah kesehatan mental anak sebesar $51,58 > 5,65$, dengan dimensi tertinggi pada gejala emosional ($15,55 > 4,14$) dan hiperaktivitas/kurang perhatian ($12,08 > 1,81$). nilai rata-rata setiap dimensi parenting stress, dimensi yang memiliki nilai rata-rata tertinggi adalah kepuasan menjadi ibu (mean = 8,38) dan terbentuknya makna serta ikatan emosional (mean = 8,36).

Sebagian besar ibu masih memiliki perasaan positif terhadap perannya sebagai ibu dan mampu menjalin hubungan emosional yang baik dengan anak. Pada variabel masalah kesehatan mental anak, dimensi yang memiliki nilai rata-rata tertinggi adalah gejala emosional (mean = 15,55), diikuti masalah perilaku (mean = 11,55). Hasil ini menunjukkan bahwa gejala emosional merupakan masalah kesehatan mental yang paling dominan ditemukan pada anak usia dini dalam penelitian ini.

B. Data Khusus

1. Parenting Stress Ibu

Distribusi frekuensi responden berdasarkan Parenting Stress di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel. 8 Distribusi frekuensi Parenting stress ibu Dan Dimensinya Di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember Bulan April 2026 (n = 84)

Variabel / dimensi	Kategori	n	%
Stres pengasuhan ibu	Rendah	46	54,8
	Tinggi	38	45,2
Kepuasan menjadi ibu	Kurang puas	39	46,4
	Puas	45	53,6
Beban pengasuhan	Tidak merasa menjadi beban	36	42,9
	Merasa menjadi beban	48	57,1
Variabel / dimensi	Kategori	n	%
Kelelahan emosional	Tidak merasa lelah	36	42,9

	Lelah secara emosional	35	41,7
Stress terhadap perilaku anak	Tidak stress dengan perilaku anak	45	53,6
	Stress dengan perilaku anak	39	46,4
Terbentuk makna dan ikatan emosional	Makna dan ikatan rendah	41	48,8
	Makna dan ikatan baik	43	51,2

Berdasarkan tabel 8 sebagian besar ibu memiliki parenting stress kategori rendah sebanyak 46 responden (54,8%), sedangkan 38 responden (45,2%) berada pada kategori tinggi. Pada dimensi stres pengasuhan, proporsi tertinggi terdapat pada beban pengasuhan, yaitu ibu yang merasa pengasuhan sebagai beban sebanyak 48 responden (57,1%). Sementara itu, pada dimensi lain sebagian besar responden berada pada kategori puas menjadi ibu (53,6%), tidak merasa lelah secara emosional (58,3%), tidak mengalami stres terhadap perilaku anak (53,6%), dan memiliki makna serta ikatan emosional yang baik dengan anak (51,2%).

2. Masalah Kesehatan Mental

Distribusi frekuensi responden berdasarkan Masalah Kesehatan Mental Pada Usia Dini Di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel. 9 Distribusi Frekuensi Masalah Kesehatan Mental Anak Usia Dini Dan Dimensinya Di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember Bulan April 2026 (n = 84)

Variabel / dimensi	Kategori	n	%
Gangguan emosional	Tidak ada	41	48,8
	Ada gangguan emosional	43	51,2
Variabel / dimensi	Kategori	n	%
Masalah perilaku	Tidak ada	39	46,4
	Ada masalah perilaku	45	53,6
Hiperaktivitas dan Kurang perhatian	Tidak ada	54	64,3
	Ada masalah hiperaktivitas/perhatian	30	35,7
Hubungan dengan sebaya	Kurang	54	64,3
	Baik	30	35,7
Perilaku prososial	Kurang	46	54,8
Masalah kesehatan mental	Baik	38	45,2

Berdasarkan tabel. 9 lebih dari separuh anak mengalami gangguan emosional sebanyak 43 anak (51,2%) dan masalah perilaku sebanyak 45 anak (53,6%). Pada dimensi hiperaktivitas dan kurang perhatian, sebagian besar anak tidak mengalami gangguan yaitu 54 anak (64,3%). Pada dimensi hubungan dengan teman sebaya, sebagian besar anak berada pada kategori kurang sebanyak 54 anak (64,3%). Sementara itu, pada dimensi perilaku prososial, sebagian besar anak berada pada kategori kurang prososial sebanyak 46 anak (54,8%), sedangkan 38 anak (45,2%) berada pada kategori prososial baik.

3. Hubungan Antara Parenting Stress Pada Ibu Dengan Kesehatan Mental Anak Usia Dini Di Tk Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember.

Tabel 10 Hubungan Antara Parenting Stress Ibu Dengan Masalah Kesehatan Mental Anak Usi Dini (uji Spearman) Di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember Bulan April 2026 (n = 84)

Variable	r	p
Parenting Stress masalah kesehatan mental anak	0,214	0,050

Berdasarkan tabel 10 uji korelasi Spearman Rank pada 84 responden diperoleh koefisien korelasi sebesar $r=0,214$ dengan nilai $p=0,050$. Hasil tersebut menunjukkan kecenderungan hubungan positif dengan kekuatan lemah antara stres pengasuhan ibu dan masalah kesehatan mental anak, namun hubungan tersebut belum bermakna secara statistik.

4. Hubungan Antara Dimensi Parenting Stress Ibu Dengan Dimensi Masalah Kesehatan Mental Anak Usia Dini Di Tk Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember.

Tabel 11 Hubungan Antar Dimensi Parenting Stress Ibu Dengan Dimensi Masalah Kesehatan Mental Anak Usia Dini Berdasarkan Skor Dimensi (uji Spearman) Di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember Bulan April 2026 (n = 84)

Dimensi stres pengasuhan ibu	Gangguan emosional r (p)	Masalah perilaku r (p)	Hiperaktivitas/perhatian r (p)	Hubungan sebaya r (p)	Perilaku prososial r (p)
Kepuasan menjadi ibu	-0,488 ($<0,001$)	-0,480 ($<0,001$)	-0,403 ($<0,001$)	0,390 ($<0,001$)	0,500 ($<0,001$)
Beban pengasuhan ibu	0,620 ($<0,001$)	0,481 ($<0,001$)	0,541 ($<0,001$)	-0,499 ($<0,001$)	-0,571 ($<0,001$)
Kelelahan emosional ibu	0,528 ($<0,001$)	0,500 ($<0,001$)	0,467 ($<0,001$)	-0,422 ($<0,001$)	-0,447 ($<0,001$)
Stres terhadap perilaku anak	0,462 ($<0,001$)	0,336 (0,002)	0,362 (0,001)	-0,358 (0,001)	-0,407 ($<0,001$)
Terbentuknya makna & ikatan emosional	-0,559 ($<0,001$)	-0,511 ($<0,001$)	-0,438 ($<0,001$)	0,499 ($<0,001$)	0,564 ($<0,001$)

Keterangan: Uji Kolerasi Spearman Rank; jika bermakna jika $p<0,05$.

Berdasarkan Tabel 11, seluruh dimensi stres pengasuhan ibu menunjukkan hubungan bermakna dengan dimensi masalah kesehatan mental anak ($p<0,05$). Dimensi yang bersifat protektif, yaitu kepuasan menjadi ibu dan terbentuknya makna serta ikatan emosional ibu, menunjukkan hubungan negatif dengan gangguan emosional, masalah perilaku, dan hiperaktivitas/kurang perhatian, serta menunjukkan hubungan positif dengan hubungan sebaya dan perilaku prososial anak.

Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kepuasan ibu dalam menjalankan peran pengasuhan dan semakin baik makna serta ikatan emosional ibu dengan anak, maka masalah kesehatan mental anak cenderung lebih rendah, sementara kemampuan anak dalam menjalin hubungan sosial dan berperilaku prososial cenderung lebih baik.

Dimensi beban Parenting, kelelahan emosional, dan stres terhadap perilaku anak menunjukkan hubungan positif dengan gangguan emosional, masalah perilaku, dan hiperaktivitas/kurang perhatian, serta hubungan negatif dengan hubungan sebaya dan perilaku prososial anak. Temuan ini menunjukkan adanya kecenderungan bahwa semakin tinggi tekanan pengasuhan yang dirasakan ibu, maka semakin tinggi pula masalah

emosional dan perilaku pada anak, disertai kecenderungan menurunnya kemampuan interaksi sosial anak. Hubungan dengan kekuatan paling besar ditemukan antara beban pengasuhan ibu dengan gangguan emosional anak ($r=0,620$; $p<0,001$), sedangkan pada dimensi protektif hubungan paling kuat ditemukan antara terbentuknya makna dan ikatan emosional ibu dengan perilaku prososial anak ($r=0,564$; $p<0,001$).

Pembahasan

A. Parenting Stress Pada Ibu Yang Memiliki Anak Usia Dini Di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor stres pengasuhan ibu sebesar $36,01 > 3,61$, dengan rentang skor 25–45.

Berdasarkan masing-masing dimensi, skor tertinggi terdapat pada dimensi kepuasan menjadi ibu dan terbentuknya makna serta ikatan emosional, sedangkan dimensi kelelahan emosional dan stres terhadap perilaku anak menunjukkan skor yang lebih rendah. Menurut Berry dan Jones, parenting stress merupakan pengalaman multidimensi yang mencakup aspek positif dan negatif dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Aspek positif meliputi kepuasan menjadi orang tua dan ikatan emosional dengan anak, sedangkan aspek negatif meliputi beban pengasuhan, kelelahan emosional, dan tekanan akibat perilaku anak. Menurut peneliti, tingginya kepuasan menjadi ibu dan terbentuknya ikatan emosional menunjukkan bahwa sebagian besar ibu masih mampu memaknai pengalaman pengasuhan secara positif sehingga dapat membantu mengurangi dampak negative parenting stress.

B. Gambaran Masalah Kesehatan Mental Anak Usia Dini Di Tk Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember

Nilai rata-rata skor masalah kesehatan mental anak sebesar $51,58 > 5,65$ dengan rentang skor 36–62. Pada analisis per dimensi ditemukan bahwa gejala emosional, masalah perilaku, dan hiperaktivitas/kurang perhatian merupakan dimensi yang paling menonjol. Menurut Goodman, masalah kesehatan mental anak meliputi gejala emosional, masalah perilaku, hiperaktivitas dan kurang perhatian, hubungan dengan teman sebaya, serta perilaku prososial. Masa prasekolah merupakan periode penting dalam perkembangan kemampuan emosi dan sosial anak. Menurut peneliti, munculnya variasi masalah kesehatan mental pada anak usia prasekolah merupakan bagian dari proses perkembangan, namun tetap perlu mendapat perhatian karena dapat memengaruhi kemampuan anak beradaptasi dengan lingkungan.

C. Hubungan Antara Parenting Stress Pada Ibu Dengan Masalah Kesehatan Mental Anak Usia Dini Di Tk Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember

Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan nilai $r=0,214$ dengan $p=0,050$ antara skor total stres pengasuhan ibu dan skor total masalah kesehatan mental anak. Hasil ini menunjukkan adanya kecenderungan hubungan positif dengan kekuatan lemah, namun belum mencapai kemaknaan statistik. Menurut Abidin, stres pengasuhan yang tinggi dapat memengaruhi kualitas hubungan orang tua dan anak sehingga berpotensi meningkatkan masalah emosional dan perilaku anak. Teori Ekologi Bronfenbrenner juga menjelaskan bahwa kesehatan mental anak dipengaruhi oleh berbagai sistem lingkungan yang saling berinteraksi. Menurut peneliti, hubungan yang lemah dalam penelitian ini kemungkinan disebabkan oleh adanya faktor lain yang turut memengaruhi Kesehatan mental anak, seperti lingkungan sekolah, dukungan keluarga, dan karakteristik perkembangan anak. Selain faktor-faktor tersebut, kesehatan mental anak usia dini juga dapat dipengaruhi oleh pola asuh yang diterapkan orang tua, kondisi sosial ekonomi keluarga, keterlibatan ayah dalam pengasuhan, hubungan anak dengan teman sebaya, temperamen atau karakteristik anak, serta kondisi psikologis orang tua. Faktor-faktor tersebut tidak diteliti dalam penelitian ini sehingga kemungkinan turut memengaruhi hasil penelitian. Oleh karena itu, tidak

ditemukannya hubungan yang signifikan antara parenting stress ibu dengan masalah kesehatan mental anak usia dini menunjukkan bahwa kesehatan mental anak dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi, bukan hanya oleh parenting stress ibu.

D. Hubungan Dimensi Parenting Stress Ibu dengan Dimensi Masalah Kesehatan Mental Anak Usia Dini Di Tk Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember

Seluruh dimensi Parenting stress ibu berhubungan bermakna dengan dimensi masalah kesehatan mental anak ($p < 0,05$). Hubungan paling kuat ditemukan pada beban pengasuhan ibu dengan gangguan emosional anak ($r = 0,620$; $p < 0,001$). Menurut teori Attachment Bowlby, hubungan emosional yang aman dan hangat antara orang tua dan anak berperan penting dalam perkembangan emosi, perilaku, dan kemampuan sosial anak. Menurut peneliti, kualitas hubungan emosional ibu dan anak dapat menjadi faktor protektif bagi kesehatan mental anak, sedangkan beban pengasuhan dan kelelahan emosional yang tinggi dapat meningkatkan risiko munculnya masalah emosional dan perilaku pada anak.

E. Keterbatasan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan yang dapat memengaruhi hasil penelitian. Keterbatasan tersebut antara lain sebagai berikut:

1. Penelitian ini hanya dilakukan pada dua lembaga pendidikan, yaitu TK RA Baitul Mukminin dan TK RA Baitul Ulum di Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan pada seluruh ibu yang memiliki anak usia dini di wilayah lain.
2. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner sehingga jawaban responden sangat bergantung pada tingkat kejujuran, pemahaman, serta kondisi emosional responden saat mengisi instrumen penelitian. Hal tersebut memungkinkan terjadinya subjektivitas jawaban.
3. Pada saat proses pengambilan data terdapat beberapa responden yang tidak dapat mengikuti penelitian karena tidak hadir dan terdapat anak yang sedang sakit, sehingga jumlah sampel penelitian menjadi berkurang dari total populasi awal.
4. Penelitian ini hanya meneliti hubungan antara parenting stress pada ibu dengan kesehatan mental anak usia dini tanpa mengkaji faktor lain yang juga dapat memengaruhi kesehatan mental anak, seperti kondisi ekonomi keluarga, pola asuh ayah, lingkungan sosial, maupun faktor biologis anak.
5. Penelitian menggunakan desain cross sectional sehingga data hanya diperoleh dalam satu waktu pengambilan data dan tidak dapat menggambarkan perubahan tingkat parenting stress maupun kesehatan mental anak dalam jangka panjang. Meskipun terdapat beberapa keterbatasan, penelitian ini diharapkan tetap dapat memberikan gambaran mengenai hubungan parenting stress pada ibu dengan kesehatan mental anak usia dini serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

F. Implikasi dalam Keperawatan

Hasil penelitian mengenai hubungan parenting stress pada ibu dengan kesehatan mental anak usia dini di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember memiliki implikasi penting dalam bidang keperawatan, khususnya keperawatan anak dan keperawatan komunitas. Penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi psikologis ibu dalam menjalankan pengasuhan memiliki hubungan terhadap kesehatan mental anak usia dini, sehingga perawat memiliki peran penting dalam upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif.

Pada aspek promotif, perawat dapat memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu mengenai pentingnya pengelolaan stres dalam pengasuhan anak usia dini. Edukasi dapat dilakukan melalui penyuluhan di sekolah, posyandu, maupun kegiatan masyarakat mengenai pola asuh positif, komunikasi efektif dengan anak, serta cara mengontrol emosi

selama proses pengasuhan. Dengan adanya edukasi tersebut diharapkan ibu mampu memahami cara menghadapi tekanan pengasuhan secara lebih baik sehingga dapat menciptakan lingkungan keluarga yang sehat bagi perkembangan mental anak.

Pada aspek preventif, perawat dapat melakukan deteksi dini terhadap tanda-tanda parenting stress dan gangguan kesehatan mental pada anak usia dini. Upaya tersebut dapat dilakukan melalui observasi, wawancara, maupun penggunaan instrumen skrining untuk mengetahui kondisi psikologis ibu dan anak. Deteksi dini penting dilakukan agar permasalahan psikologis dapat segera ditangani sebelum menimbulkan dampak yang lebih berat terhadap perkembangan anak.

Pada aspek kuratif, perawat dapat memberikan dukungan emosional dan konseling sederhana kepada ibu yang mengalami stres pengasuhan. Perawat juga dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan lain seperti psikolog dan konselor untuk membantu ibu dalam mengatasi masalah emosional dan meningkatkan kemampuan coping terhadap tekanan pengasuhan. Pendekatan tersebut dapat membantu ibu menjadi lebih tenang dan mampu memberikan pengasuhan yang lebih positif kepada anak.

Pada aspek rehabilitatif, perawat dapat mendampingi keluarga dalam mempertahankan kondisi psikologis yang baik setelah mendapatkan intervensi. Dukungan berkelanjutan dari tenaga kesehatan, keluarga, dan lingkungan sekolah sangat diperlukan agar ibu mampu menjaga kestabilan emosional dan anak dapat berkembang secara optimal baik secara fisik, sosial, maupun mental.

Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi perawat dalam meningkatkan pelayanan kesehatan jiwa anak dan keluarga, khususnya dalam upaya pencegahan dan penanganan parenting stress pada ibu guna mendukung kesehatan mental anak usia dini.

G. Kesesuaian Hasil Penelitian dengan Teori

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan skor total stres pengasuhan ibu dengan masalah kesehatan mental anak belum signifikan, namun seluruh dimensi stres pengasuhan memiliki hubungan bermakna dengan dimensi kesehatan mental anak. Temuan ini sesuai dengan teori Parenting Stress dari Abidin, teori Attachment Bowlby, dan teori Ekologi Bronfenbrenner yang menjelaskan bahwa perkembangan kesehatan mental anak dipengaruhi oleh kualitas pengasuhan dan berbagai faktor lingkungan yang saling berinteraksi. Menurut peneliti, kesehatan mental anak usia prasekolah merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang kompleks sehingga upaya peningkatan kesehatan mental anak perlu melibatkan keluarga, sekolah, tenaga kesehatan, dan lingkungan sosial secara bersama-sama.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan parenting stress pada ibu dengan masalah kesehatan mental anak usia dini di TK Desa Curahkalong Bangsalsari Kabupaten Jember, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Parenting stress ibu pada penelitian ini menunjukkan, dimensi dengan nilai rata-rata tertinggi adalah kepuasan menjadi ibu, terendah kelelahan emosional. Berdasarkan analisis dimensi, pengalaman pengasuhan ibu mencakup aspek kepuasan menjadi ibu, beban pengasuhan, kelelahan emosional, stres terhadap perilaku anak, serta terbentuknya makna dan ikatan emosional ibu. Hasil ini menunjukkan bahwa pengalaman pengasuhan ibu pada anak usia dini merupakan pengalaman multidimensi yang melibatkan tuntutan pengasuhan sekaligus aspek emosional dalam hubungan ibu dan anak.

2. Berdasarkan analisis dimensi, gejala emosional memiliki nilai rata-rata tertinggi, sedangkan hubungan dengan teman sebaya memiliki nilai rata-rata terendah. Hal ini menunjukkan bahwa gejala emosional merupakan aspek yang paling dominan pada masalah kesehatan mental anak usia dini dalam penelitian ini.
3. Hubungan antara parenting stress ibu dengan masalah kesehatan mental anak menunjukkan nilai korelasi Spearman sebesar $r = 0,214$ dengan $p = 0,050$. Hasil ini menunjukkan adanya hubungan positif dengan kekuatan hubungan yang lemah, sehingga semakin tinggi Parenting stress ibu terdapat kecenderungan meningkatnya masalah kesehatan mental anak usia dini. Namun, hubungan tersebut tidak signifikan secara statistik sehingga kemungkinan terdapat faktor-faktor lain yang juga memengaruhi kesehatan mental anak usia dini, tetapi belum diteliti dalam penelitian ini. Hubungan antara dimensi Parenting stress ibu dengan dimensi masalah kesehatan mental anak menunjukkan bahwa seluruh dimensi parenting stress ibu berhubungan bermakna dengan dimensi masalah kesehatan mental anak ($p < 0,05$).
4. Dimensi yang bersifat protektif, yaitu kepuasan menjadi ibu dan terbentuknya makna serta ikatan emosional ibu, berhubungan dengan kondisi emosional dan perilaku anak yang lebih baik, hubungan sebaya yang lebih positif, serta perilaku prososial yang lebih baik. Sebaliknya, beban pengasuhan, kelelahan emosional, dan stres terhadap perilaku anak berhubungan dengan meningkatnya masalah emosional dan perilaku anak serta kecenderungan menurunnya interaksi sosial anak.

Dimensi beban Parenting ibu menunjukkan hubungan paling kuat dengan gangguan emosional anak, sedangkan dimensi makna dan ikatan emosional ibu menunjukkan hubungan paling kuat dengan perilaku prososial anak. Temuan ini menunjukkan bahwa aspek-aspek spesifik dalam pengalaman pengasuhan memiliki peran penting terhadap kesehatan mental anak usia dini.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Ibu dan Keluarga

Ibu dan keluarga diharapkan semakin memperhatikan pengalaman pengasuhan sehari-hari, terutama terkait beban pengasuhan, kelelahan emosional, serta kualitas hubungan emosional antara ibu dan anak. Pengasuhan yang dilakukan secara hangat, responsif, dan konsisten dapat mendukung perkembangan emosi, perilaku, dan kemampuan sosial anak usia prasekolah. Keluarga juga perlu membangun dukungan yang saling membantu dalam pengasuhan agar ibu tidak menanggung beban pengasuhan sendiri dan memiliki kesempatan untuk menjaga kesejahteraan emosionalnya.

2. Sekolah/Paud

Lembaga pendidikan anak usia dini diharapkan dapat memperkuat kerja sama dengan orang tua dalam mendukung perkembangan kesehatan mental anak melalui kegiatan edukasi parenting, komunikasi rutin antara guru dan orang tua, serta deteksi dini masalah emosional dan perilaku anak usia dini. Kolaborasi sekolah dan keluarga penting untuk membantu anak memperoleh dukungan yang konsisten baik di rumah maupun di lingkungan sekolah.

3. Tenaga Kesehatan dan Perawat

Perawat, khususnya pada bidang keperawatan anak, keperawatan keluarga, dan keperawatan komunitas, diharapkan dapat mengembangkan pelayanan promotif dan preventif terkait kesehatan mental anak usia dini, termasuk pengkajian pengalaman pengasuhan ibu, edukasi pengelolaan parenting stress, serta pendampingan keluarga dalam membangun hubungan emosional yang positif dengan anak. Perawat juga dapat mengembangkan program edukasi parenting dan kelompok dukungan (support group) bagi

orang tua untuk membantu mengurangi beban pengasuhan serta meningkatkan kemampuan coping dalam menghadapi stres pengasuhan.

4. Institusi Pendidikan dan Pelayanan Kesehatan

Institusi pendidikan dan fasilitas pelayanan kesehatan diharapkan dapat meningkatkan program edukasi tentang kesehatan mental anak usia dini dan penguatan kapasitas keluarga dalam pengasuhan. Skrining sederhana terkait stres pengasuhan dan kondisi emosional-perilaku anak dapat menjadi bagian dari pelayanan promotif di masyarakat untuk mendukung deteksi dini dan tindak lanjut yang sesuai.

5. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan melakukan penelitian dengan jumlah responden yang lebih besar dan wilayah yang lebih luas agar hasil penelitian memiliki keterwakilan yang lebih baik.

Penelitian selanjutnya juga dapat menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan masalah kesehatan mental anak, seperti pola asuh, dukungan sosial keluarga, kondisi sosial ekonomi, atau lingkungan sekolah. Selain itu, penelitian lanjutan dapat menggunakan desain longitudinal atau pendekatan campuran kuantitatif-kualitatif untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman pengasuhan ibu dan kesehatan mental anak usia prasekolah. Penelitian berikutnya juga disarankan menganalisis hubungan antar dimensi parenting stress dan kesehatan mental anak secara lebih spesifik untuk mengidentifikasi aspek pengasuhan yang paling berpengaruh terhadap perkembangan kesehatan mental anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, R. (2022). *Parenting Stress Index Manual*. New York: Psychological Assessment Resources.
- Anggraini, D. (2022). Hubungan antara stres pengasuhan dengan perilaku anak usia dini di TK Negeri Pembina. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Astuti, S. (2021). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi stres pengasuhan pada ibu bekerja. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan Anak*, 3(2), 112–121.
- Choiriyah, N. (2020). Pengaruh stres pengasuhan terhadap perilaku sosial anak usia dini. Yogyakarta: Deepublish.
- Deloitte. (2022). *Global Parenting Index Report 2022*. London: Deloitte Insights.
- Desmita. (2018). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja
- Fakhriyani, D. (2019). Kesehatan mental anak usia dini dan faktor-faktor yang memengaruhinya. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 45–58.
- Fatkuriyah, S. (2022). Hubungan antara dukungan sosial dan stres pengasuhan ibu bekerja. *Jurnal Psikologi Islami*, 9(2), 67–75.
- Hardiyanto, D., Nuraini, R., & Utami, L. (2021). Analisis univariat dan bivariat dalam penelitian kesehatan masyarakat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 12(3), 145–153.
- Hidayati, L. (2019). Hubungan stres pengasuhan dengan kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Ibrahim, I. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia (KemenPPPA). (2022). *Profil Anak Indonesia 2022*. Jakarta: KemenPPPA.
- Jakarta: Kencana.
- Maslim, R. (2020). *Diagnosis Gangguan Jiwa Berdasarkan PPDGJ-III*. Jakarta: FKUI Press.
- Melline, D. (2022). Hubungan antara stres pengasuhan dan kualitas interaksi ibu-anak usia dini. Bandung: Alfabeta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ohrnberger, J. (2017). The relationship between mental and physical health: Evidence from UK households. *BMC Public Health*, 17(1), 147–159.
- Panghela, R., Sari, M., & Putra, D. (2020). Stres pengasuhan dan dampaknya terhadap

- perkembangan anak usia dini di Indonesia. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan Anak*, 5(2), 101–110.
- Pebriana, P. (2017). Analisis kesehatan mental anak usia dini berdasarkan faktor keluarga. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 25–34.
- Puteri, A. (2019). Hubungan antara stres pengasuhan dan perilaku emosional anak prasekolah di PAUD Melati. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Radliya, E. (2017). Peran keluarga dalam menjaga kesehatan mental anak usia dini. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 89–98.
- Rahmawati, D. (2021). Stres pengasuhan dan dampaknya terhadap kesehatan fisik ibu rumah tangga. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 9(1), 34–41.
- Rosdakarya.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syapitri, A., Nurhayati, M., & Fadilah, R. (2021). Pengaruh stres pengasuhan terhadap perilaku anak usia dini di PAUD Kenanga. *Jurnal Psikologi Anak dan Keluarga*, 8(3), 122–130.
- Tarjo, M. (2019). Analisis statistik dalam penelitian kesehatan masyarakat.
- World Health Organization (WHO). (2021). *Mental Health in Early Childhood: A Global Framework*. Geneva: WHO Press.
- World Health Organization (WHO). (2022). *Guidelines on Mental Health Promotion and Early Childhood Care*. Geneva: WHO Press.
- Wulandari, N. (2023). *Peran dukungan sosial dalam menurunkan stres pengasuhan ibu bekerja*. Yogyakarta: Deepublish.
- Wulandari, S., Hartati, D., & Lestari, R. (2021). Stres pengasuhan dan kesehatan mental ibu dengan anak usia prasekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi dan Pendidikan Anak*, 6(2), 95–104.