

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL SUAMI TERHADAP TINGKAT STRES PENGASUHAN IBU BEKERJA

Nadilatul Maula¹, Anggraeni Swastikasari², Festa Yumpi Rahmanawati³

^{1, 2, 3} Universitas muhammadiyah jember

nadilamaula4@gmail.com

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Jember

INTISARI

Ibu bekerja yang memiliki anak usia dini sering menghadapi tantangan ganda, yaitu tuntutan pekerjaan dan tanggung jawab pengasuhan, kondisi ini dapat memicu munculnya stress. Dukungan suami dapat menurunkan tingkat stres pengasuhan karena memberikan rasa aman, meningkatkan kepercayaan diri, serta meringankan beban peran yang dihadapi ibu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial suami terhadap tingkat stres pengasuhan pada ibu yang bekerja. Jenis penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif regresi. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sampel jenuh karena hanya berjumlah 90 orang dari seluruh populasi. Instrumen yang digunakan adalah skala dukungan sosial suami dan *Parenting Stress Index Short Form* yang disebarkan menggunakan *Goolge Form*. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item memiliki nilai korelasi $> 0,3$ dan signifikan pada taraf 5% untuk skala stress pengasuhan dengan nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,952 dan 29 item valid pada skala dukungan sosial suami dengan nilai reabilitas 0,861 yang berarti instrumen dinyatakan valid dan reliabel. Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), Dimana H_0 diterima. Artinya ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial suami dengan tingkat stress pengasuhan ibu bekerja. Nilai koefisien regresi sebesar -1,030 artinya semakin rendah dukungan sosial suami maka akan mempengaruhi tingginya tingkat stress yang dirasakan ibu bekerja. Dengan persentase pengaruh R^2 sebesar 36,9%. Hasil deskriptif menunjukkan sebanyak 70% responden mengalami tingkat stress pengasuhan yang tinggi dan 60% berada pada tingkat dukungan sosial suami yang rendah.

Kata kunci: Dukungan sosial suami, Ibu bekerja , Stress pengasuhan

¹ Peneliti

² Dosen Pembimbing 1

³ Dosen Pembimbing 2

***THE EFFECT OF HUSBAND'S SOCIAL SUPPORT ON PARENTING
STRESS LEVELS OF WORKING MOTHERS***

Nadilatul Maula¹, Anggraeni Swastikasari², Festa Yumpi Rahmanawati³

^{1, 2, 3} *Muhammadiyah University of Jember*

nadilamaula4@gmail.com

Faculty of Psychology, Muhammadiyah University of Jember

ABSTRACT

Working mothers with young children often face dual challenges, namely job demands and parenting responsibilities, which can trigger stress. Husband's support can reduce parenting stress by providing a sense of security, increasing self-confidence, and alleviating the burden of multiple roles faced by mothers. This study aims to examine the influence of husband's social support on parenting stress levels among working mothers. The research employed a quantitative approach with simple regression analysis. The sample used was a saturated sample, consisting of 90 respondents from the entire population. The instruments utilized were the Husband's Social Support Scale and the Parenting Stress Index Short Form, distributed through Google Forms. The validity test results showed that all items had a correlation value greater than 0.3 and were significant at the 5% level for the parenting stress scale, with a Cronbach's Alpha reliability value of 0.952. Meanwhile, 29 items were valid on the husband's social support scale with a reliability value of 0.861, indicating that the instruments were valid and reliable. The simple regression analysis revealed a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), thus rejecting H_0 . This indicates that there is a significant effect of husband's social support on the level of parenting stress among working mothers. The regression coefficient value of -1.030 suggests that lower levels of husband's support are associated with higher levels of stress experienced by working mothers. The R Square value of 36.9% shows the percentage of influence. Descriptive results indicate that 70% of respondents experienced high parenting stress levels and 60% reported low levels of husband's social support.

Keywords: Husband's social support, Working mothers, Parenting stress

¹ *Researcher*

² *Supervisor 1*

³ *Supervisor 2*