

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan stress pengasuhan pada ibu yang bekerja. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan stress pengasuhan pada ibu yang bekerja. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 80 ibu yang Bbkerja. Metode pengumpulan dalam penelitian ini menggunakan skala. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala stress pengasuhan dan regulasi emosi. Hasil uji korelasi *product moment* menunjukkan nilai *pearson corelation* sebesar $(r_{xy}) = -.251$ dengan signifikansi $p < 0,01$. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan negatif antara regulasi emosi dengan stress pengasuhan pada ibu yang bekerja. Selain itu, hasil analisis data tersebut juga menunjukkan nilai koefisien determinasi (R^2) yang diperoleh sebesar 0,426 yang artinya sumbangan regulasi emosi dengan stress pengasuhan sebesar 42,6%. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 57,4% disebabkan oleh variabel lain.

Kata Kunci: Stres Pengasuhan, Regulasi Emosi, Ibu Bekerja

Abstract

This research aims to determine whether there is a relationship between emotional regulation and parenting stress in working mothers. The hypothesis proposed in this research is that there is a negative relationship between emotional regulation and parenting stress in working mothers. The subjects in this study consisted of 80 working mothers. The collection method in this research uses a scale. The scales used in this research are the parenting stress and emotional regulation scales. The product moment correlation test results show a Pearson correlation value of $(r_{xy}) = -.251$ with a significance of $p < 0.01$. This shows that there is a negative relationship between emotional regulation and parenting stress in working mothers. Apart from that, the results of the data analysis also show that the coefficient of determination (R^2) obtained is 0.426, which means that the contribution of emotional regulation to parenting stress is 42.6%. This shows that as much as 57.4% is caused by other variables.

Keywords: Parenting Stress, Emotion Regulation, Working Mothers