

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pengasuhan anak adalah salah satu peran sentral dalam kehidupan seorang ibu. Peran ini melibatkan berbagai tugas yang mencakup pemenuhan kebutuhan fisik, emosional, dan psikologis anak-anak. Pengasuhan seringkali menjadi sumber kebahagiaan sekaligus stres bagi ibu. Sebagai sosok yang bertanggung jawab untuk membimbing anak-anak menuju perkembangan positif, ibu sering merasa tertekan oleh tugas-tugasnya tersebut. Perasaan tertekan ini berhubungan dengan ketidaksiapan ibu dalam memenuhi kebutuhan fisik, emosional dan psikologis anak. Contohnya, permasalahan stunting di Indonesia tidak hanya terjadi pada keluarga miskin saja, namun juga terjadi pada keluarga berkecukupan atau mempunyai tingkat kesejahteraan sosial ekonomi di atas 40%. Selain banyak menimbulkan masalah kesehatan, stunting juga berdampak pada menurunnya kecerdasan dan rendahnya produktivitas anak saat dewasa (Aziza, 2020).

Pada pemenuhan kebutuhan emosional dan psikologis, ketidaksiapan ibu dalam menjalankan peran pengasuhan menyebabkan stres. Stres pengasuhan ibu dapat muncul dari berbagai faktor. Tekanan sosial, ekonomi, perbedaan budaya, dan ekspektasi tinggi adalah beberapa hal yang dapat menjadi pemicu stres.

Penelitian menyebutkan bahwa stres kerja orang tua berpengaruh terhadap ikatan (*bonding*) antara orang tua dan anak.

Studi ini mengungkapkan bahwa stres kerja selama awal pandemi COVID-19 memiliki dampak yang signifikan pada ikatan antara orang tua dan anak-anak mereka. Penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres kerja yang lebih tinggi berhubungan dengan ikatan yang lebih lemah antara orang tua dan anak, walaupun hubungan ini baru terlihat setelah mempertimbangkan faktor demografis. Selain itu, stres kerja yang tinggi juga berhubungan dengan peningkatan gejala depresi dan agresivitas pada orang tua, yang pada gilirannya mempengaruhi kualitas ikatan orang tua-anak (Koerber et al., 2023). Temuan ini juga menunjukkan bahwa kondisi kesehatan mental orang tua menjadi penghubung kunci dalam transfer dampak stres dari lingkungan kerja ke dalam interaksi keluarga.

Penelitian kuantitatif tentang stres pengasuhan yang melibatkan 417 responden di Jabodetabek menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan stres pengasuhan antara ibu yang bekerja dan ibu yang tidak bekerja. Ibu yang bekerja maupun tidak bekerja sama-sama mengalami stres pengasuhan. Tidak pula ada perbedaan stres pengasuhan pada ibu berdasar bantuan pengasuhan. Ibu yang mendapatkan bantuan pengasuhan dari kakek, nenek, atau *babysitter* dan ibu yang tidak mendapatkan bantuan pengasuhan, tidak berbeda secara signifikan dalam tingkat stres pengasuhan. Hasil deskriptif dari penelitian tersebut diketahui bahwa subjek dengan bantuan babysitter berjumlah 120 orang, dengan nilai mean 39,85. Bantuan Kakek Nenek berjumlah 134 orang dengan nilai mean 39,08. Tanpa bantuan berjumlah 217 orang dengan nilai mean 39,23. Berdasar analisis anava dapat diketahui nilai $t = 0,406$; Nilai Sig = 0,666 atau $p > 0,05$. Artinya Tidak ada

perbedaan parenting stress berdasar bantuan pengasuhan. Meskipun demikian, dari nilai rerata menunjukkan bahwa stres tertinggi pada subjek dengan bantuan babysitter, yang kedua tanpa bantuan, dan paling rendah dengan bantuan Kakek Nenek. (Fitriani et al., 2021).

Studi kualitatif tentang analisis stres orang tua yang mengasuh anak usia pra sekolah (5-6 tahun) selama masa pandemi menunjukkan bahwa orang tua memiliki berbagai kendala, yaitu tidak bisa membagi waktu antara bekerja dan mendampingi anak, kesulitan dalam menumbuhkan minat anak dalam belajar, orang tua tidak sabar dalam mendampingi anak dan hal yang berhubungan dengan gangguan internet. Peningkatan stres orang tua diakibatkan tidak stabilnya emosi orang tua. Tekanan mental bagi orang tua yaitu, sulit membagi waktu dalam mendampingi anak, kekurangan dalam segi materi, kesulitan jaringan internet dan sifat anak yang mudah bosan saat harus belajar dari rumah. (Fernianti et al., 2022).

Orang tua kemungkinan juga memiliki pendekatan yang berbeda dalam mengasuh anak-anak, yang bisa menjadi sumber konflik dan stres. Penelitian menunjukkan bahwa perbedaan pendapat antara ibu dan ayah dalam gaya pengasuhan dapat menciptakan konflik pernikahan dan stres pengasuhan yang signifikan. Temuan utama menegaskan bahwa gaya pengasuhan yang dirasakan oleh kedua orang tua cenderung saling terkait, dan gaya pengasuhan otoriter serta gaya pengasuhan permisif dari kedua orang tua berkontribusi pada peningkatan masalah perilaku internalisasi dan eksternalisasi pada anak-anak. Konflik pernikahan juga terbukti memiliki hubungan yang kuat dengan masalah perilaku anak, terutama ketika ada perbedaan besar dalam persepsi

gaya pengasuhan antara ibu dan ayah. Hasil ini menyoroti pentingnya harmonisasi pendekatan pengasuhan antara kedua orang tua untuk mengurangi ketegangan dalam hubungan pernikahan dan meminimalkan dampak negatifnya terhadap perkembangan anak-anak (Tavassolie et al., 2016).

Stres pengasuhan dapat pula terjadi ketika kebutuhan untuk membesarkan anak semakin mahal. Penelitian yang dilakukan untuk menyelidiki hubungan antara tekanan ekonomi, efikasi diri dalam pengasuhan, dan kepuasan dalam pengasuhan dalam sampel orang tua dengan bayi baru lahir yang secara universal berasal dari latar belakang berpenghasilan rendah, menunjukkan bahwa tekanan ekonomi berkorelasi negatif dengan efikasi diri dalam pengasuhan maupun kepuasan dalam pengasuhan orang tua. Temuan ini menyoroti bahwa kondisi ekonomi yang sulit dapat secara signifikan mempengaruhi keyakinan dan kepuasan orang tua dalam mengasuh anak, terutama selama periode awal kehidupan bayi (Gómez et al., 2022).

Penelitian tentang perbedaan stres pengasuhan berdasar status ekonomi keluarga menyebutkan bahwa status ekonomi tinggi justru digambarkan paling rentan mengalami stres pengasuhan paling tinggi, status ekonomi rendah diurutan kedua, dan status ekonomi sedang menggambarkan stres pengasuhan paling rendah (Fitriani et al., 2021). Penjelasan penelitian di atas yaitu, semakin tinggi status ekonomi menunjukkan semakin tinggi tingkat kebutuhan konsumsi, termasuk sekolah yang dianggap berkualitas tinggi, tempat tinggal yang nyaman, dan kebutuhan belanja yang lebih tinggi. Kebutuhan konsumsi yang tinggi dapat menjadi pemicu stres pada ibu, yang

berdampak pada kondisi emosi, seperti mudah marah dan tertekan, sehingga memicu stres pengasuhan. Hal ini sejalan dengan Gaol yang mengidentifikasi tiga jenis stressor yang dapat menyebabkan stres pengasuhan, termasuk peristiwa kehidupan, seperti ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri dalam masalah ekonomi (Lumban Gaol, 2016). Selain itu, penelitian oleh Griffin dkk menunjukkan bahwa kepuasan orang tua terhadap kehidupan dan tekanan ekonomi saling berkaitan, dengan kepuasan hidup dipengaruhi oleh aspek-aspek yang menjadi prioritas orang tua dalam pengeluaran ekonomi (Veldorale-Griffin et al., 2013).

Selama pandemi yang lalu, orang tua dihadapkan pada banyak masalah, yang paling utama adalah masalah ekonomi, pengasuhan anak, dan pembelajaran anak di rumah. Solusi yang sering dilakukan orang tua untuk menghemat waktu adalah dengan mengambil jalan pintas. Salah satu jalan pintas dalam mengasuh anak adalah kecenderungan orang tua untuk menggunakan hukuman fisik dalam mendisiplinkan anak. Banyak penelitian tentang bagaimana membangun kedisiplinan pada anak dengan menangkalkan bentuk-bentuk hukuman fisik yang selama ini diterapkan oleh orang tua. Bukti penelitian menunjukkan bahwa hukuman fisik berpengaruh terhadap perilaku, emosi, moral, dan kognitif anak (Gershoff, 2010; Gershoff, 2002; Gershoff & Grogan-Kaylor, 2016 dalam Gallitto, 2021). Sebuah meta-analisis dari 75 studi yang berfokus pada *parental corporal*, hukuman menghasilkan 79 ukuran efek unik yang signifikan; Dari jumlah tersebut, 99% menunjukkan hubungan antara memukul dan hasil negatif pada anak-anak termasuk perilaku agresif, perilaku antisosial, masalah perilaku eksternalisasi dan

internalisasi, hubungan negatif dengan orang tua, internalisasi moral yang lebih rendah, dan perkembangan kognitif yang lebih lambat (Gershoff & Grogan-Kaylor, 2016 dalam Gallitto, 2021). Terdapat pula hubungan yang signifikan antara stres pengasuhan dengan kekerasan verbal pada anak usia sekolah di masa pandemi Covid-19 karena interaksi orang tua dan anak semakin tinggi karena situasi *lockdown* (Maghfiroh & Wijayanti, 2021).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, stres tidak hanya mempengaruhi kesejahteraan psikologis ibu, namun juga berdampak pada perkembangan mental anak. Pada penelitian tentang stres pengasuhan dan perilaku kekerasan pada anak disebutkan bahwa semakin tinggi tingkat stres pengasuhan yang dialami ibu pengasuh, semakin tinggi perilaku kekerasan ibu pengasuh pada anak (Anggraini & Asi, 2022).

Orang tua juga sering merasa stres dan cemas tentang apakah mereka sudah melakukan yang terbaik dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak-anak mereka. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Kabupaten Majalaya, sebagian besar orang tua mengalami tingkat kecemasan yang signifikan saat anak mereka dirawat di rumah sakit. Sekitar 59,8% dari responden menunjukkan tingkat kecemasan yang beragam, dari ringan hingga berat. Meskipun demikian, kesadaran orang tua terhadap kebutuhan informasi terkait perawatan anak mereka dapat menjadi faktor penting dalam mengelola kecemasan ini (Pragholapati et al., 2020).

Kecemasan akan kesehatan dan keselamatan anak-anak juga dapat menjadi sumber stres yang signifikan bagi orang tua, hal ini

berkaitan dengan usia anak. Usia anak yang lebih besar akan memunculkan kekhawatiran yang lebih besar akan kesehatan dan keselamatan mereka karena anak-anak sudah mulai bereksplorasi lebih luas dengan dunia di sekitarnya. Pada penelitian, stres orang tua dilihat dari perbandingan pengasuhan anak pra sekolah dan anak sekolah menunjukkan bahwa ibu yang mengasuh anak usia sekolah dasar mengalami stres pengasuhan yang lebih tinggi dibandingkan ibu yang mengasuh anak usia prasekolah. Hasil penelitian ini terkait dengan perbedaan karakteristik fase perkembangan, tuntutan pengasuhan dan ekspektasi pengasuhan antara usia prasekolah dan usia sekolah dasar (Kumalasari & Gani, 2020).

Kurangnya dukungan dari keluarga, teman, atau masyarakat dalam pengasuhan anak juga dapat meningkatkan tingkat stres. Pada penelitian Abidin, salah satu indikator stres pengasuhan adalah isolasi sosial, yaitu orang tua merasa terisolasi secara sosial dan kekurangan dukungan emosional dari teman, sehingga meningkatkan kemungkinan tidak berfungsinya pengasuhan. Konflik dengan pasangan juga merupakan sumber utama stres orang tua karena berkurangnya dukungan emosional dari pasangan dalam pengasuhan (Cabrera & Mitchell, 2010).

Penelitian di sebuah komunitas di Hongkong, menunjukkan bahwa faktor sosial, budaya, dan komunitas yang berbeda memprediksi stres orang tua pada ayah dan ibu. Bantuan informal dari anggota keluarga mengurangi stres ibu dalam mengasuh anak. Ayah yang menunjukkan dukungan kuat terhadap nilai-nilai tradisional keluarga dan mempraktikkan konsep berbakti merasakan berkurangnya stres dalam mengasuh anak. Sedangkan, persepsi

efektivitas layanan keluarga formal (seperti layanan kesehatan atau sosial) dikaitkan dengan peningkatan stres orang tua pada ayah. Temuan ini menyoroti pentingnya program dan layanan dukungan keluarga yang spesifik gender agar efektif dalam mengatasi stres orang tua. Pendekatan intervensi yang memanfaatkan dukungan sosial informal dari anggota keluarga kemungkinan sesuai untuk para ibu, sementara program yang menyentuh nilai-nilai budaya akan mengurangi stres dalam pengasuhan para ayah. (Lo et al., 2023).

Penelitian pada ekspektasi pengasuhan menunjukkan bahwa jika seorang ibu memiliki kecenderungan untuk mengejar standar perfeksionisme pengasuhan yang ditentukan oleh norma-norma atau harapan sosial, maka tingkat keyakinan dirinya lebih rendah dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Kemungkinan ada tekanan atau ekspektasi dari lingkungan sosial yang membuatnya merasa kurang yakin dengan kemampuannya sebagai orang tua. Sebaliknya, ketika seorang ibu memiliki perfeksionisme pengasuhan yang lebih berpusat pada dirinya sendiri, ternyata berhubungan dengan tingkat kepuasan yang lebih tinggi dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Dalam konteks ini, upaya untuk mencapai standar perfeksionisme lebih terfokus pada kebutuhan dan nilai-nilai pribadi, sehingga memberikan rasa kepuasan yang lebih besar. (Lee et al., 2012). Dengan demikian, rasa kepuasan yang lebih besar dapat menghindarkan stres, sedangkan efikasi diri yang rendah menyebabkan stres pengasuhan.

Kondisi ibu yang sebelumnya telah mengalami gangguan psikologis, ternyata dapat menghambat berkembangnya

motherhood (sifat keibuan). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman masa kanak-kanak yang negatif (ACEs = *adverse childhood experiences*) secara signifikan meningkatkan kemungkinan terjadinya depresi dan stres pengasuhan pada ibu. Sebanyak 67,7% dari sampel ibu Latina yang berbicara bahasa Inggris melaporkan memiliki satu atau lebih ACEs. Analisis regresi mengungkapkan bahwa ACEs dan stres pengasuhan secara positif memprediksi tingkat depresi pada ibu. Selain itu, depresi yang dialami oleh ibu juga mempengaruhi tingkat stres pengasuhan yang mereka rasakan. Namun, hubungan antara depresi dan stres pengasuhan ini dapat dimoderasi oleh dukungan sosial yang memadai (Dosanjh et al., 2023).

Lebih lanjut, penelitian ini menemukan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam mengurangi efek depresi terhadap stres pengasuhan. Meskipun ACEs meningkatkan risiko depresi dan stres pengasuhan, dukungan sosial yang kuat dapat membantu mengurangi stres pengasuhan yang disebabkan oleh depresi. Dengan kata lain, dukungan sosial dapat berfungsi sebagai *buffer* atau pelindung yang meningkatkan kesejahteraan keluarga. Hasil ini menekankan pentingnya menyediakan dukungan sosial yang kuat untuk ibu guna membantu mereka mengatasi dampak negatif dari pengalaman masa kanak-kanak yang merugikan dan depresi pada pengasuhan anak mereka.

Permasalahan lain terkait dengan dukungan keluarga adalah kurangnya peran ayah dalam pengasuhan anak dapat berkontribusi secara signifikan terhadap meningkatnya stres pengasuhan ibu. Penelitian menyebutkan bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan

anak memiliki dampak langsung terhadap tingkat stres ibu. Ketika ayah kurang terlibat dalam perawatan anak, beban pengasuhan sepenuhnya jatuh pada ibu, yang sering kali merasa kewalahan oleh kebutuhan untuk menyeimbangkan pekerjaan dan tugas keibuan.

Namun, penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak dapat mengurangi stres ibu, terutama ketika dimediasi oleh *coparenting* yang kooperatif. Artinya, ketika ayah dan ibu bekerja sama dengan baik dalam pengasuhan anak dan konflik dalam *coparenting* diminimalkan, keterlibatan ayah yang lebih besar dalam pengasuhan, baik langsung maupun tidak langsung, dapat mengurangi stres ibu (d'Orsi et al., 2023).

Orang tua yang sering mengorbankan waktu untuk diri mereka sendiri dalam upaya untuk mengurus anak-anak, dapat mengalami kelelahan dan stres yang lebih tinggi. Kondisi kelelahan kronis tersebut disebut *parental burnout*. Kondisi *burnout* orang tua menjadi mengkhawatirkan karena jumlah dan frekuensi gejalanya yang menjadi indikator langsung dari keparahannya. Semakin banyak dan semakin sering gejala-gejala *burnout* dialami, semakin berat kondisi *burnout* tersebut, yang pada gilirannya memprediksi dampak negatif yang luas pada kehidupan keluarga dan kesejahteraan orang tua.

Burnout orang tua berbeda dengan stres pengasuhan biasa, meskipun stres pengasuhan adalah hal yang umum, normal, dan bahkan diperlukan. *Burnout* terjadi ketika stres pengasuhan secara parah dan kronis melebihi kemampuan orang tua untuk mengatasinya, dan memanifestasikan melalui empat gejala utama:

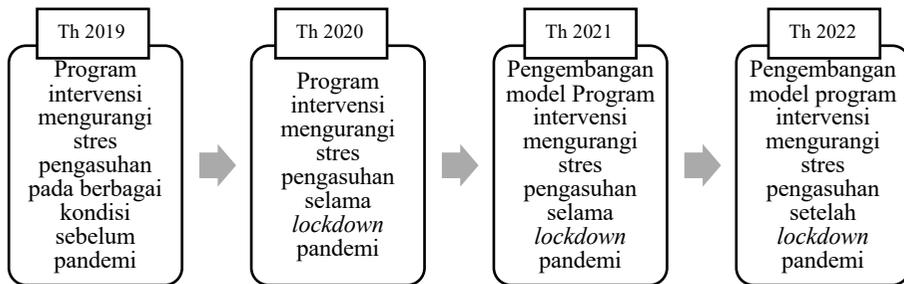
kelelahan ekstrem dalam peran pengasuhan, keterlepasan emosional dari anak-anak, hilangnya kesenangan dalam pengasuhan, dan ketidakmampuan untuk mengenali diri sebagai orang tua yang diinginkan. Gejala-gejala ini menunjukkan bahwa *burnout* bukan hanya stres sementara, tetapi kondisi serius yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis orang tua (Mikolajczak & Roskam, 2020; Swit & Breen, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian - penelitian di atas, stres pengasuhan berdampak signifikan pada kesejahteraan ibu yang berimbas pula pada perkembangan anak. Stres pengasuhan adalah bagian tak terpisahkan dari menjadi orang tua, namun, bila tidak ditangani dengan baik, dapat berkembang menjadi *burnout* orang tua, kondisi yang jauh lebih serius.

Sejak krisis COVID-19, banyak orang tua menghadapi tantangan baru yang belum pernah terjadi sebelumnya, termasuk penutupan sekolah, pembatasan sosial, dan tekanan ekonomi. Akibatnya, banyak orang tua mengalami peningkatan stres pengasuhan yang signifikan, dan risiko *burnout* semakin tinggi. Terjadi perubahan arah dalam pengasuhan anak dan remaja, dengan fokus khusus pada mengatasi *burnout* orang tua melalui berbagai intervensi yang sesuai. Hal ini termasuk dukungan psikologis, pelatihan pengasuhan, bantuan komunitas, dan strategi penanganan stres yang efektif (Mikolajczak & Roskam, 2020).

Banyak penelitian yang telah dilakukan selama ini terkait dengan program intervensi menurunkan stres pengasuhan, sehingga perlu digambarkan roadmap penelitian mengenai program intervensi tersebut. Berikut adalah skema yang menggambarkan

roadmap penelitian program intervensi untuk menurunkan stres parenting dari tahun 2019 hingga 2022:



Gambar 1.1. Roadmap penelitian

Penelitian yang dilakukan sebelum pandemi menunjukkan hubungan antara stres pengasuhan dan masalah perilaku anak. Tingkat stres pengasuhan lebih tinggi di antara orang tua dari anak-anak yang berisiko mengalami masalah perilaku, seperti mereka yang menderita autisme dan keterlambatan perkembangan (ASD/DD). Studi *systematic review* yang meneliti stres pengasuhan dan masalah anak di antara kelompok klinis yang berbeda (yaitu, ASD/DD, penyakit kronis, berisiko mengalami gangguan mood), menunjukkan bahwa stres pengasuhan yang lebih tinggi terkait dengan eksternalisasi anak daripada internalisasi masalah. Secara keseluruhan, tingkat stres pengasuhan lebih tinggi pada orang tua dari anak-anak dengan ASD/DD dibandingkan dengan orang tua dari anak-anak dari kelompok klinis lain (Barroso et al., 2018).

Penelitian yang mengukur efektivitas pelatihan orang tua dengan anak ASD untuk meningkatkan mekanisme koping dan mengurangi stres pengasuhan, menunjukkan bahwa program intervensi Pendidikan (parenting education) efektif dalam

meningkatkan pengetahuan pengasuhan. Menurut Schultz et al., pelatihan orang tua dirancang untuk memberi mereka edukasi pengasuhan dan mengajari mereka keterampilan yang bermanfaat bagi fungsi keluarga (Schultz et al., 2011). Chiang juga mencatat bahwa program intervensi pendidikan seharusnya tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan fungsi keluarga tetapi juga membantu orang tua dalam mengembangkan keterampilan koping. Seperti dicatat oleh Al-Khalaf dan rekan, perbaikan dalam meningkatkan koping pada kedua orang tua memprediksi hasil positif pada anak-anak dengan ASD (Al-Oran et al., 2019).

Tellegen dan Sanders menyatakan bahwa program *parental education* memiliki pengaruh langsung terhadap orang tua dan anak, terutama dalam hal keterampilan sosial dan komunikasi. Strategi multi-intervensi sering digunakan dalam penelitian, termasuk pemberian materi tentang topik tertentu (misalnya, definisi dan etiologi ASD, faktor yang terkait dengan stres orang tua, prinsip-prinsip mengelola perilaku, disiplin positif untuk beradaptasi dengan gangguan, strategi koping, dan strategi untuk meningkatkan keterampilan sosial dan komunikasi, dan mengelola stres orang tua), diskusi kelompok, keterampilan pemecahan masalah, bermain peran, pekerjaan rumah, dan membangun dukungan sosial melalui hubungan antar orang tua (Al-Oran et al., 2019).

Setelah memasuki masa pandemi, banyak intervensi diarahkan pada program untuk mengurangi stres pengasuhan dan meningkatkan keterampilan pengasuhan yang dapat diakses secara luas dan dapat langsung diterapkan di tempat pengasuhan anak. Beberapa intervensi dirangkum dalam *systematic review* tentang

cara mengurangi stres pengasuhan di tengah pandemi (Ashshiddiq et al., 2019). Intervensi tersebut meliputi: (1) coping parenting stres dengan aktivitas fisik: aktivitas fisik dapat mengurangi stres kerja dan kelelahan serta mendorong pemulihan emosional dari stresor, (2) *telehealth*: layanan medis yang mudah diakses dengan peralatan komunikasi yang ada mengurangi stres parenting, (3) *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT): ACT mengkonseptualisasikan pikiran dan perasaan yang sulit sebagai bagian alami dari pengalaman manusia untuk dirangkul secara fleksibel, (4) *The Building Regulation in Dual-Generations Program* (BRIDGE): program parenting untuk Ibu-Ibu Depresi dari Anak Prasekolah, (5) *Cognitive reappraisal* (CR): Regulasi emosi (ER) termasuk dalam strategi koping dalam pendekatan transdiagnostik yang bertujuan untuk mendorong keadaan afektif positif dan mengelola keadaan afektif negatif, dan (6) terapis okupasi (OT) mampu memberikan efek dalam mengurangi stres dan efektif untuk mengurangi depresi terkait parenting selama pandemi COVID-19.

Intervensi untuk mengurangi *parenting stres* tersebut di atas secara langsung dapat mengurangi stres pengasuhan, namun intervensi tersebut belum menyeluruh dalam mengatasi stres pengasuhan. Setelah intervensi diberikan, tidak ada jaminan orang tua akan terbebas dari stres pengasuhan, karena masalah tidak ditangani dari akarnya. Jika akar masalahnya adalah pola asuh, maka akan ditemukan solusinya di sana. Oleh karena itu diperlukan suatu metode yang dapat mengubah pola pikir dan pola perilaku orang tua dalam mengasuh dan mendidik anak. Sebelum membahas intervensi yang dibutuhkan oleh orang tua, tulisan akan membahas

masalah parenting yang selalu muncul dan semakin banyak terjadi selama pandemi, dan kemungkinan akan tetap ada setelah masa *lockdown* usai.

Masa *lockdown* pandemi sudah berlalu di Indonesia. Saat ini kehidupan masyarakat telah memasuki masa *new normal*, pemerintah menerapkan aturan protokol kesehatan dan menggalakkan vaksinasi covid – 19 pada seluruh lapisan masyarakat. Banyak pelajaran yang diambil dari pengasuhan di masa pandemi covid – 19, antara lain pengaruh lingkungan sekitar sangat penting pada tingkat stres pengasuhan orang tua, meskipun prediktor bagi stres pengasuhan yang signifikan adalah penyesuaian orang tua yang buruk (depresi yang tinggi, kecemasan, dan stres) (Sandoval-obando et al., 2022), namun demikian tidak dipungkiri bahwa kondisi masyarakat yang rentan secara sosial ekonomi menyebabkan berbagai masalah kesehatan mental.

Pasca pandemi juga mengubah sistem pengasuhan dalam keluarga, karena pada masa pandemi, kedua orang tua secara fisik berada di rumah bersama anak – anaknya, tidak hanya didominasi oleh ibu. Sebuah program bernama *TRUE Dads* yang dibiayai oleh pemerintah federal Amerika berusaha memanfaatkan momentum pandemi, dimana program ini diikuti oleh ayah yang bertujuan untuk memperkuat tiga peran kunci pria dalam keluarga, yaitu (1) sebagai ayah, membangun dan memelihara keterlibatan positif dengan anak mereka; (2) sebagai mitra, memelihara hubungan positif dengan pasangan; dan (3) sebagai penyedia, melalui pengembangan lapangan pekerjaan dan kemandirian ekonomi. Program ini melaporkan bahwa pesertanya memiliki gejala depresi

yang lebih sedikit, komunikasi pasangan yang lebih baik sehingga mengurangi kekerasan dalam rumah tangga, dan peningkatan pekerjaan untuk ayah. Kedekatan antar anggota keluarga merupakan salah satu modal pengasuhan yang secara tidak langsung muncul karena pandemi. (Cowan et al., 2022).

Pada pengasuhan, peran dan kekompakan kedua orang tua dalam penerapan disiplin sangat dibutuhkan. Penerapan disiplin yang tidak tepat menyebabkan anak mengalami berbagai masalah perilaku, seperti internalisasi dan eksternalisasi, dll. Masalah perilaku ini akhirnya menjadi lingkaran setan yang kembali menyebabkan stres pengasuhan.

Penerapan disiplin adalah hal yang mutlak dalam pengasuhan anak. Salah satu metode pengasuhan yang sangat diminati oleh orang tua saat ini adalah penerapan disiplin positif. Disiplin positif merupakan metode yang digunakan oleh orang tua di rumah dan guru di sekolah yang berfokus pada aspek positif dari perilaku. Baik dan buruk disini berhubungan dengan perilaku saja, tidak berarti menunjukkan baik dan buruk seorang anak (Prabha, 2020). Disiplin positif merupakan suatu cara penerapan disiplin tanpa kekerasan dan ancaman yang dalam praktiknya melibatkan komunikasi tentang perilaku yang efektif antara orang tua dan anak. Dalam penerapan disiplin positif ini, anak diajarkan untuk memahami konsekuensi dari perilaku mereka. Selain itu, disiplin positif juga mengajarkan anak mengenai tanggung jawab serta rasa hormat dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Jadi, disiplin positif merupakan salah satu cara penerapan disiplin yang bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran serta memberdayakan anak untuk

melakukan sesuatu tanpa sogokan, ancaman, maupun hukuman (J. Nelsen et al., 2007b).

Disiplin Positif adalah pendekatan dalam mendidik anak yang berasal dari ajaran Alfred Adler dan Rudolph Dreikurs, yang menekankan pentingnya rasa memiliki sebagai motivasi dasar manusia. Premis dasar dari pendekatan ini adalah pemahaman bahwa anak-anak yang berperilaku buruk sebenarnya sedang mencari cara yang salah untuk mencapai tujuan utama mereka, yaitu untuk merasa menjadi bagian dari sesuatu atau ingin dianggap keberadaannya (Carroll & Brown, 2020).

Fokus utama Disiplin Positif adalah membantu orang tua dan pendidik memahami pemikiran keliru yang mungkin dimiliki anak-anak, serta menggunakan berbagai strategi khusus guna membantu mereka merasa memiliki. Beberapa konsep utama yang ditekankan meliputi penggunaan dorongan (bukan sekadar pujian) dan mengadakan pertemuan keluarga untuk menyelesaikan masalah secara demokratis, yang pada akhirnya membantu anak-anak merasa memiliki dan menemukan signifikansi dalam prosesnya. (Carroll & Carroll, 2021).

Disiplin positif yang dikembangkan Jane Nelsen di Amerika dari teori Adler dan Dreikurs menggunakan patokan nilai dan norma yang berlaku di masyarakat tertentu, yaitu norma sekuler yang memisahkan unsur agama dengan lainnya. Artinya benar salah, atau baik buruk didasarkan pada rugi tidaknya seseorang menerima konsekuensi tertentu. Berbeda dengan penduduk Indonesia yang mayoritas beragama Islam, mereka memiliki aturan kedisiplinan sendiri berdasarkan aturan ajaran agama Islam.

Namun demikian, pendidikan kedisiplinan dalam Islam lebih dimaknai sebagai hal yang “keras” sehingga membuat skeptis pada sebagian orang tua dan pendidik. Pendisiplinan yang dicitrakan cenderung boleh memukul dan mengancam anak, menjadi semacam citra dari disiplin dalam Islam. Padahal sesungguhnya citra negatif dari disiplin Islam berasal dari kurangnya pemahaman masyarakat terhadap esensi aturan-aturan pendisiplinan tersebut.

Satu contoh pendisiplinan yang paling sering disalahpahami adalah tentang pembelajaran shalat, dimana secara umum terbentuk opini bahwa anak yang tidak mau shalat boleh dipukul. Fakta yang sesungguhnya mengenai ajaran tersebut adalah tentang pembelajaran yang bertahap tentang shalat. Bahkan tidak ada satupun prinsip pengasuhan dalam Islam yang memperbolehkan berbuat kasar pada anak.

Berikut ini Hadist mengenai pembelajaran Shalat yang dilakukan secara bertahap. Dari ‘Abdullah bin ‘Amr Radhiyallahu anhu , ia berkata, Rasulullah Saw bersabda:

مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ ، وَاضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ سِنِينَ

Artinya: “*Suruhlah anak kalian shalat ketika berumur tujuh tahun! Dan pukullah mereka ketika berusia sepuluh tahun (jika mereka meninggalkan shalat)!*”

Setiap tahap memiliki waktunya masing – masing, yaitu: (1) tahap menyaksikan, (2) tahap perintah, dan (3) tahap ketiga, tahap hukuman, dari usia sepuluh sampai seterusnya (Suwaid, 2010). Tahapan – tahapan tersebut harus dilalui oleh orang tua dengan sebaik – baiknya. Tidak akan disebut adil jika tanpa melihat contoh

shalat yang dilakukan oleh orang tua (tahap pertama), kemudian orang tua langsung menerapkan tahap ketiga yaitu tahap hukuman.

Pendisiplinan dalam Islam tidak sebatas pada anak memahami konsekuensi dan bertanggungjawab atas pilihan-pilihan hidupnya, namun juga bersumber pada ketaatan pada Allah. Artinya Tauhid menjadi dasar dalam pendidikan disiplin Islam.

Surah Luqman ayat 13 berbunyi:

Artinya: "Dan (ingatlah) ketika Luqman berkata kepada anaknya, di waktu ia memberi pelajaran kepadanya, 'Wahai anakku, janganlah kamu mempersekutukan Allah, sesungguhnya mempersekutukan (Allah) adalah benar-benar kezaliman yang besar.'"

Ayat ini menekankan pentingnya tauhid atau keyakinan akan keesaan Allah SWT sebagai dasar utama dalam pendidikan Islam. Luqman mengajarkan kepada anaknya bahwa tidak ada yang patut disembah selain Allah SWT. Tauhid menanamkan rasa tanggung jawab yang tinggi dalam diri seseorang. Kesadaran bahwa segala perbuatan diawasi oleh Allah yang Maha Melihat dan Maha Mengetahui mendorong seseorang untuk berperilaku baik dan berdisiplin.

Pandangan Islam sebagai kerangka etika dalam pengasuhan anak menawarkan pedoman moral dan etika yang kaya. Dalam Islam, kasih sayang mendorong orang tua untuk memberikan cinta, perhatian, dan perawatan yang diperlukan kepada anak-anak mereka, seperti dalam Firman Allah SWT:

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ

Artinya: "Dan dia (tidak pula) termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang." (QS Al-Balad: 17).

Pada sebuah hadist, Rasulullah bersabda:

Artinya: *Dari Anas, ia berkata, "Rasulullah SAW bersabda, "Wahai Anas, hormati yang lebih tua dan sayangi yang lebih muda, maka kau akan menemaniku di surga." (HR Baihaqi).*

Sementara itu, keadilan menuntut perlakuan yang setara dan adil terhadap semua anak. Sebuah hadist menyebutkan Rasulullah tidak suka orang tua yang pilih kasih, Rasulullah SAW bersabda: Artinya: *"Adillah kepada anakmu, adillah kepada anakmu, adillah kepada anakmu!" (HR. Abu Dawud).* Betapa pentingnya bersikap adil pada anak, hingga wasiat tersebut diulang sampai tiga kali.

Kesabaran, yang sangat dihargai dalam Islam, membantu orang tua dalam menghadapi tantangan dan ketidakpatuhan anak dengan tenang. Allah SWT dalam Al Qur'an telah menjanjikan pertolongan bagi orang yang bersabar, berikut dalam Q.S Al-Baqoroh : 153:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya: *"Mintalah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan shalat. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar."*

Selain itu, penghargaan terhadap hak-hak anak mencakup perlindungan, pemenuhan kebutuhan, dan memberikan hak-hak dasar yang diakui dalam Islam. Memberikan hak anak adalah salah satu cara orang tua untuk berbakti kepada anaknya. Rasulullah shalallahu 'alaihi wassalam bersabda sebagaimana yang diriwayatkan At-Tirmizi yang artinya *"Tidak ada pemberian seorang ayah yang lebih baik, selain dari budi pekerti yang luhur"*.

Dalam Islam, taraf kesempurnaan insani dilakukan dengan cara berinteraksi dengan Al Qur'an, dimana di dalamnya Allah SWT menyapa akal dan perasaan manusia, mengajarkan tauhid kepada manusia, menyucikan manusia dengan berbagai ibadah, menunjukkan manusia hal – hal yang dapat membawa kebaikan dan kemaslahatan dalam kehidupan individual dan sosial manusia, membimbing manusia pada agama yang luhur agar mewujudkan diri, dan mengembangkan kepribadian manusia. Allah SWT berfirman dalam surat Al Jatsiyah (45) : 20: artinya: *"Ini adalah pedoman bagi manusia serta petunjuk dan rahmat bagi kaum yang meyakini."* Dengan demikian, disiplin dalam pandangan Islam telah diatur oleh Al Qur'an sebagai pedoman hidup bagi manusia. Pandangan Islam dan prinsip-prinsip Disiplin Positif dapat saling melengkapi dalam membentuk pendekatan pengasuhan yang berlandaskan etika dan moral, yang memberikan landasan kuat bagi keluarga Muslim dalam mendidik anak-anak dengan cinta, keadilan, kesabaran, dan penghargaan terhadap hak-hak mereka.

Pada pengasuhan anak dalam perspektif Islam, orang tua diajak untuk menjadi teladan bagi anak-anak mereka dalam menerapkan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, pandangan Islam sebagai kerangka etika juga mendefinisikan cara keluarga muslim menjalani kehidupan sehari-hari dengan nilai-nilai moral dan etika yang mendalam. Seperti firman Allah dalam Al Qur'an, artinya: *"Dan katakanlah, 'Bertindaklah, maka Allah akan melihat pekerjaanmu, demikian pula Rasul-Nya dan orang-orang mukmin'"* (Surat At-Tawbah:105). Makna dalam ayat tersebut adalah bahwa dalam mendidik anak,

individu seharusnya berpegang pada prinsip-prinsip etika Islam dan berusaha untuk menjadi teladan yang baik bagi anak-anak. Dengan cara ini, tindakan orang tua dalam mendidik anak-anak akan dipandang baik oleh Allah, Rasul-Nya, dan masyarakat mukmin. Dalam Surat At-Tahrim : 6, Allah SWT menyerukan kepada orang-orang yang beriman untuk menjaga diri dan keluarga mereka dari api neraka, yang disebut sebagai bahan bakar yang terdiri dari manusia dan batu. Ayat ini mengingatkan orang tua akan tanggung jawab mereka dalam mendidik anak-anak mereka, yang akan membentuk masa depan dan akhirat mereka.

Pada penelitian Diana dkk, religiositas berperan sebagai mediator hubungan antara pengasuhan positif dan agreeableness terhadap keterlibatan orang tua (parental engagement) (Diana et al., 2021), dimana salah satu aspek pengasuhan positif adalah disiplin positif. Hal itu berarti semakin tinggi tingkat religiositas orang tua maka semakin kuat hubungan antara pengasuhan positif dan agreeableness terhadap keterlibatan orang tua. Beberapa program intervensi berbasis religi yang digunakan untuk menurunkan stres pengasuhan antara lain pelatihan *prophetic parenting* yang memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan stres pengasuhan pada ibu dengan anak disabilitas (tunanetra) (Habibah et al., 2020). Pelatihan lain adalah pelatihan parenting berbasis spiritual yang secara signifikan mampu menurunkan stres pengasuhan pada peserta pelatihan (Rizqi, 2021).

Penelitian ini akan menjadi sebuah penyelidikan yang mendalam tentang bagaimana disiplin positif yang sesungguhnya disiplin itu sendiri di dalam Islam, menjadi sebuah pendekatan

psikologi dalam pengasuhan anak. Kasih sayang, keadilan, dan kesabaran adalah nilai-nilai yang mendalam dalam Islam, dan penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki bagaimana prinsip-prinsip ini dapat diadaptasi dan diterapkan dalam praktik pengasuhan yang sesuai dengan ajaran agama.

Berdasarkan paparan sebelumnya, peneliti tertarik untuk meneliti stres pengasuhan dan intervensinya, yaitu disiplin Islam dalam kerangka ilmiah. Pada penelitian ini, dibangun konstruksi teori stres pengasuhan dan disiplin dalam Islam dengan sebutan “Disiplin Positif Islami”. Pembangunan konstruksi teori ini dikarenakan dua hal, yaitu: (1) Teori stres pengasuhan akan digunakan dalam penelitian ini merupakan hasil observasi dari penelitian – penelitian terkini mengenai stres pengasuhan, sehingga diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai stres pengasuhan, (2) Teori disiplin positif Islami merupakan teori dan panduan baru mengenai disiplin dalam Islam. Nama “Disiplin Positif Islami” merupakan merek yang menandai adanya teori baru ini.

Setelah penyusunan konstruksi teori, kemudian disusun modul disiplin positif Islami yang digunakan sebagai komponen intervensi dalam menurunkan stres pengasuhan ibu. Oleh karena itu, peneliti mengkajinya dalam bentuk penelitian yang berjudul “Efektivitas Modul Disiplin Positif Islami untuk Menurunkan Stres Pengasuhan Ibu”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini mencakup hal – hal sebagai berikut:

1. Bagaimana cara mengkonstruksi teori stres pengasuhan ibu sesuai dengan kondisi terkini?
2. Bagaimana cara mengkonstruksi teori disiplin positif Islami dalam kajian ilmiah?
3. Apakah pengaruh signifikan modul disiplin positif islami pada praktik disiplin positif islami?
4. Apakah pengaruh signifikan modul disiplin positif islami pada tingkat stres pengasuhan ibu?
5. Apa yang mempengaruhi keberhasilan penerapan Modul Disiplin Positif Islami dalam mengurangi stres pengasuhan ibu?
6. Bagaimana peningkatan agar lebih efektif dalam mengurangi stres pengasuhan ibu?

C. Tujuan Penelitian:

Tujuan utama yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk menguji:

1. Menyusun konstruksi teori stres pengasuhan ibu yang sesuai dengan kondisi terkini.
2. Mengembangkan konstruksi teori disiplin positif Islami dalam kajian ilmiah.
3. Menganalisis pengaruh signifikan modul disiplin positif islami pada praktik disiplin positif islami
4. Menganalisis pengaruh signifikan modul disiplin positif islami pada tingkat stres pengasuhan ibu.

5. Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan penerapan modul disiplin positif islami dalam mengurangi stres pengasuhan ibu.
6. Menilai dan mengoptimalkan modul disiplin positif islami agar lebih efektif dalam mengurangi stres pengasuhan ibu.

D. Manfaat Penelitian

Di dalam penelitian ini terdapat manfaat teoritis dan praktis yang dijabarkan dalam beberapa poin.

Manfaat Praktis

1. Menyusun konstruksi teori stres pengasuhan ibu yang sesuai dengan kondisi terkini:
 - a. Memberikan panduan bagi para praktisi, seperti konselor dan psikolog, dalam memahami dan mengatasi stres pengasuhan yang dialami ibu sesuai dengan situasi dan tantangan terkini.
 - b. Menyediakan dasar bagi program-program intervensi yang lebih efektif dalam membantu ibu mengelola stres pengasuhan.
2. Mengembangkan konstruksi teori disiplin positif Islami yang belum ada dalam kajian ilmiah sebelumnya:
 - a. Membantu orang tua, terutama yang beragama Islam, dalam menerapkan prinsip-prinsip disiplin positif yang sejalan dengan nilai-nilai agama mereka.
 - b. Memfasilitasi pengembangan kurikulum dan modul pelatihan bagi pendidik dan pembimbing agama dalam mendidik anak dengan pendekatan disiplin positif Islami.

3. Menganalisis perbedaan signifikan dalam praktik disiplin positif islami antara kelompok yang diberi Modul Disiplin Positif Islami dengan kelompok yang tidak diberi:
 - a. Menyediakan bukti empiris mengenai efektivitas Modul Disiplin Positif Islami dalam meningkatkan praktik disiplin positif islami yang dapat digunakan sebagai dasar untuk implementasi kebijakan atau program berbasis psikologi islami.
 - b. Membantu para ibu dalam memilih metode pengasuhan yang menggunakan dasar psikologi islami.
4. Menganalisis perbedaan signifikan dalam tingkat stres pengasuhan ibu antara kelompok yang diberi Modul Disiplin Positif Islami dengan kelompok yang tidak diberi:
 - c. Menyediakan bukti empiris mengenai efektivitas Modul Disiplin Positif Islami dalam mengurangi stres pengasuhan, yang dapat digunakan sebagai dasar untuk implementasi kebijakan atau program dukungan bagi ibu.
 - d. Membantu para ibu dalam memilih metode pengasuhan yang efektif untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan mereka.
5. Menganalisis perbedaan signifikan dalam tingkat stres pengasuhan ibu antara kelompok yang diberi Modul Disiplin Positif Islami dengan kelompok yang tidak diberi:
 - e. Menyediakan bukti empiris mengenai efektivitas Modul Disiplin Positif Islami dalam mengurangi stres pengasuhan, yang dapat digunakan sebagai dasar untuk implementasi kebijakan atau program dukungan bagi ibu.

- f. Membantu para ibu dalam memilih metode pengasuhan yang efektif untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan mereka.
6. Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan penerapan Modul Disiplin Positif Islami dalam mengurangi stres pengasuhan ibu:
 - a. Memberikan wawasan praktis tentang faktor-faktor yang perlu diperhatikan dalam menerapkan Modul Disiplin Positif Islami agar lebih berhasil.
 - b. Membantu pembuat kebijakan dan penyedia layanan dalam merancang dan menyempurnakan program intervensi yang mempertimbangkan faktor-faktor keberhasilan yang teridentifikasi.
 7. Menilai dan mengoptimalkan Modul Disiplin Positif Islami agar lebih efektif dalam mengurangi stres pengasuhan ibu:
 - a. Menghasilkan rekomendasi yang konkret untuk peningkatan Modul Disiplin Positif Islami berdasarkan evaluasi empiris, sehingga modul tersebut dapat lebih efektif digunakan oleh para ibu.
 - b. Memastikan bahwa modul yang digunakan selalu up-to-date dan relevan dengan kebutuhan pengasuhan saat ini.

Manfaat Teoritis

1. Menyusun konstruksi teori stres pengasuhan ibu yang sesuai dengan kondisi terkini:

- a. Memperluas literatur akademik tentang teori stres pengasuhan dengan memasukkan konteks dan kondisi terkini yang dihadapi oleh ibu-ibu masa kini.
 - b. Menyediakan kerangka teori yang dapat dijadikan acuan bagi penelitian-penelitian selanjutnya dalam bidang stres pengasuhan.
2. Mengembangkan konstruksi teori disiplin positif Islami yang belum ada dalam kajian ilmiah sebelumnya:
 - a. Menambah wawasan dalam bidang psikologi dan pendidikan anak mengenai pendekatan disiplin positif yang berbasis nilai-nilai agama Islam.
 - b. Menyediakan landasan teoritis yang kuat untuk penelitian lebih lanjut tentang penerapan disiplin positif dalam konteks budaya dan agama tertentu.
 3. Menganalisis perbedaan signifikan dalam tingkat stres pengasuhan ibu antara kelompok yang diberi Modul Disiplin Positif Islami dengan kelompok yang tidak diberi:
 - a. Menyediakan data empiris yang mendukung atau menolak hipotesis tentang efektivitas Modul Disiplin Positif Islami, yang dapat memperkaya diskusi akademis dalam bidang ini.
 - b. Membantu mengklarifikasi mekanisme bagaimana Modul Disiplin Positif Islami dapat mempengaruhi tingkat stres pengasuhan ibu.
 4. Menganalisis perbedaan signifikan dalam praktik disiplin positif islami antara kelompok yang diberi Modul Disiplin Positif Islami dengan kelompok yang tidak diberi:

- c. Menyediakan data empiris yang mendukung atau menolak hipotesis tentang efektivitas Modul Disiplin Positif Islami, yang dapat memperkaya diskusi akademis dalam intervensi islam
 - d. Membantu mengklarifikasi mekanisme bagaimana Modul Disiplin Positif Islami dapat meningkatkan praktik disiplin positif islami.
5. Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan penerapan Modul Disiplin Positif Islami dalam meningkatkan praktik disiplin positif islami dan mengurangi stres pengasuhan ibu:
- a. Mengungkap variabel-variabel penting yang dapat memediasi atau memoderasi efek Modul Disiplin Positif Islami, sehingga dapat memperdalam pemahaman teoritis tentang faktor-faktor keberhasilan dalam intervensi pengasuhan.
 - b. Menyediakan dasar untuk pengembangan model teoritis yang lebih komprehensif mengenai intervensi pengasuhan.
6. Menilai dan mengoptimalkan Modul Disiplin Positif Islami agar lebih efektif dalam mengurangi stres pengasuhan ibu:
- a. Memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan dan evaluasi program intervensi pengasuhan, khususnya yang berbasis nilai-nilai Islami.
 - b. Mendorong penelitian lanjutan untuk menguji dan menyempurnakan Modul Disiplin Positif Islami di berbagai konteks dan populasi yang berbeda.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai disiplin positif dan penerapannya sudah banyak dilakukan oleh peneliti terdahulu. Penelitian mengenai Disiplin Positif Islami juga pernah dilakukan oleh penelitian sebelumnya namun dalam perspektif salah satu faktor pengasuhan yaitu komunikasi (Hamang et al., 2020). Penyusunan konstruksi teori stres pengasuhan ibu yang sesuai dengan kondisi terkini masih belum banyak dilakukan dan pengembangan konstruksi teori disiplin positif Islami belum ada dalam kajian ilmiah sebelumnya. Pengujian efektivitas Modul Disiplin Positif Islami secara lebih luas terhadap nilai – nilai pengasuhan dalam Islam juga belum dilakukan.

Berdasarkan rujukan beberapa jurnal penelitian, terdapat perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan, yaitu:

Pertama, Penyusunan konstruksi teori stres pengasuhan ibu sesuai dengan kondisi terkini, berbeda dengan rujukan penelitian-penelitian sebelumnya yang menggunakan teori stres pengasuhan dari Abidin. Model stres pengasuhan Abidin (1992 dalam Cabrera & Mitchell, 2008) menyatakan bahwa tingkat tekanan orang tua yang tinggi, kesulitan yang dirasakan anak, dan interaksi disfungsi orang tua-anak, yang diukur dengan Index Stres pengasuhan (Abidin, 1995), menyebabkan peningkatan pengasuhan negatif. Model Abidin ini efektif untuk menjelaskan stres pengasuhan pada minoritas berpenghasilan rendah. Pada penyusunan konstruksi teori stres pengasuhan dalam penelitian ini mengacu stres pengasuhan yang ada dalam penelitian terkini.

Kedua, pada penelitian berbasis religi yang dilakukan Simanjuntak dkk bertujuan untuk menguji program pelatihan disiplin positif berbasis Kristen dalam meningkatkan ketrampilan *mindfull parenting*. Program ini bermaksud untuk meningkatkan keterampilan pengasuhan yang terdiri dari mendengarkan dengan penuh perhatian, penerimaan diri dan anak yang tidak menghakimi, kesadaran emosional diri dan anak, pengaturan diri dalam hubungan pengasuhan dan kasih sayang dari diri dan anak (Basa et al., 2021). Selain penelitian ini berbasis Kristen, penelitian ini tidak secara khusus meninjau tentang stres pengasuhan.

Ketiga, pada penelitian yang dilakukan Hamang dkk, Modul Disiplin Positif Islami dalam perspektif komunikasi keluarga, bertujuan untuk menurunkan kekerasan orang tua terhadap anak (Hamang et al., 2020). Sedangkan penelitian ini menguji modul disiplin dalam perspektif Islam dalam praktek Disiplin Positif Islami, dan selanjutnya digunakan untuk menurunkan stres pengasuhan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa keaslian dan keistimewaan penelitian ini yaitu Disiplin Positif Islami yang digunakan untuk menurunkan stres pengasuhan. Selain itu dilihat pengaruh variabel seperti status pekerjaan, tingkat pendidikan, jumlah anak, status ekonomi keluarga, dan lama waktu mengasuh anak dalam satu hari terhadap tingkat stres pengasuhan ibu

Keaslian pada penelitian ini dapat dilihat dari beberapa rujukan jurnal penelitian terdahulu yang terangkum dalam studi literatur yang dilakukan oleh Estiningsih (Estiningsih et al., 2023), sebagai berikut:

Penelitian Terdahulu

Penelitian Liliana A. Ponguta , dkk. (2020)	
Judul	Effects of the Mother-Child Education Program on Parenting Stress and Disciplinary Practices Among Refugee and Other Marginalized Communities in Lebanon: A Pilot Randomized Controlled Trial
Desain Penelitian	Penelitian eksperimental uji coba kontrol acak (RCT)
Responden	pasangan ibu-anak
Perbedaan	Pada penelitian ini, perspektif yang digunakan adalah perspektif Islam yang bertujuan menurunkan stres pengasuhan ibu.
Penelitian Lauren Stenason , Jessie Moorman, dan Elisa Romano (2020)	
Judul	The Experiences of Parents and Facilitators in a Positive Parenting Program
Desain Penelitian	Studi Kualitatif (fokus kelompok diskusi dengan wawancara semi terstruktur), pendekatan fenomenologis
Responden	4 fasilitator dan 7 orang tua
Perbedaan	Pada penelitian ini, desain penelitian adalah kuantitatif dengan eksperimen between subject.
Penelitian Nirbhay N. Singh, dkk (2020)	
Judul	A Component Analysis of the Mindfulness-Based Positive Behavior Support (MBPBS) Program for Mindful Parenting by Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder
Desain Penelitian	Penelitian eksperimental dengan desain uji coba terkontrol acak tiga kelompok
Responden	227 Ibu dengan anak Autism Spectrum Disorder (ASD).
Perbedaan	Pada penelitian ini, responden adalah ibu dengan anak bukan berkebutuhan khusus berusia 3 – 5 tahun.
Penelitian R. Danasu , dkk (2021)	
Judul	A Study To Assess The Attitude Towards Corporal Punishment And Practice Of Positive

	Discipline Among Parents Of Pre-Schoolers In Selected Rural Area, Puducherry
Desain Penelitian	Penelitian korelasional
Responden	100 ibu dengan anak kecil
Perbedaan	Pada penelitian ini, Modul Disiplin Positif Islami untuk menurunkan stres pengasuhan.
Penelitian Nikita K. Schoemaker , dkk. (2020)	
Judul	Positive parenting in foster care: Testing the effectiveness of a video- feedback intervention program on foster parents' behavior and attitudes.
Desain Penelitian	Penelitian eksperimental uji coba kontrol acak (RCT)
Responden	60 pengasuh , usia antara 31–61 tahun, 83% perempuan
Perbedaan	Pada penelitian ini, Modul Disiplin Positif Islami untuk menurunkan stres pengasuhan ibu dalam seting keluarga.
Penelitian Amalee McCoy , dkk. (2020)	
Judul	Parenting interventions to prevent violence against children in low- and middle-income countries in East and Southeast Asia: A systematic review and multi-level meta-analysis
Desain Penelitian	Meta Analysis
Responden	11 studi
Perbedaan	Pada penelitian ini, Modul Disiplin Positif Islami untuk menurunkan stres pengasuhan ibu menggunakan desain penelitian eksperimen.
Penelitian Catherine L. Ward , dkk (2020)	
Judul	Parenting interventions to prevent violence against children in low- and middle-income countries in East and Southeast Asia: A systematic review and multi-level meta-analysis
Desain Penelitian	Penelitian eksperimental uji coba kontrol acak (RCT)
Responden	296 pengasuh dengan kecenderungan gangguan perilaku pada anak

Perbedaan	Pada penelitian ini, Modul Disiplin Positif Islami untuk menurunkan stres pengasuhan ibu dengan anak pra sekolah.
Penelitian Margaret M. Smith & George W. Holden (2020)	
Judul	Parenting interventions to prevent violence against children in low- and middle-income countries in East and Southeast Asia: A systematic review and multi-level meta-analysis
Desain Penelitian	Penelitian eksperimental uji coba kontrol acak (RCT)
Responden	296 pengasuh dengan kecenderungan gangguan perilaku pada anak
Perbedaan	Pada penelitian ini, Modul Disiplin Positif Islami untuk menurunkan stres pengasuhan ibu dengan anak pra sekolah.
Penelitian Jirachayaporn Inpracha , dkk. (2020)	
Judul	Effectiveness of using DSPM Family-mediated Preschool Parenting Program (FMPP) in Single-district Hospital, Northern part of Thailand
Desain Penelitian	Penelitian eksperimental dengan perbandingan pre dan post
Responden	30 anak berusia 3 – 6 tahun
Perbedaan	Pada penelitian ini, Modul Disiplin Positif Islami untuk menurunkan stres pengasuhan ibu dengan anak pra sekolah.
Penelitian Paul Carroll (2021)	
Judul	Effectiveness of Positive Discipline Parenting Program on Parenting Style, and Child Adaptive Behavior
Desain Penelitian	Penelitian kuantitatif dengan kelompok pembandingan
Responden	91 orang tua yang memiliki anak dengan rata-rata usia 6,89 dan 6,95 tahun
Perbedaan	Pada penelitian ini, Modul Disiplin Positif Islami untuk menurunkan stres pengasuhan ibu dengan anak pra sekolah usia 3 – 6 th.
Penelitian Elena Gallitto (2021)	

Judul	Evaluation of the Positive Discipline in Everyday Parenting Program
Desain Penelitian	Penelitian kuantitatif dengan kelompok pembandingan
Responden	83 orang tua
Perbedaan	Pada penelitian ini, Modul Disiplin Positif Islami untuk menurunkan stres pengasuhan ibu dengan anak pra sekolah usia 3 – 6 th.
Penelitian Paul Carroll & Paul Brown (2020)	
Judul	The Effectiveness of Positive Discipline Parenting Workshops on Parental Attitude and Behavior
Desain Penelitian	Penelitian eksperimental dengan perbandingan sebelum dan sesudah
Responden	Sampel awal sebanyak 107 peserta, dari peserta tersebut, 74 orang menyelesaikan penilaian posttest pada Minggu ke 7 (68%), dan 40 orang menyelesaikan follow up 3 bulan (37%).
Perbedaan	Pada penelitian ini, Modul Disiplin Positif Islami untuk menurunkan stres pengasuhan ibu dengan anak pra sekolah usia 3 – 6 th.
Penelitian Tiurma Basa Marina Simanjuntak , dkk (2020)	
Judul	Christian-Based Positive Discipline Program in Enchanged Mindful Parenting Skills of Mothers
Desain Penelitian	Penelitian quasi eksperimental dengan pretest dan posttest kelompok kontrol non-ekuivalen.
Responden	20 Ibu-ibu dalam komunitas Kristen yang memiliki anak berusia 4 – 6 tahun
Perbedaan	Pada penelitian ini, Modul Disiplin Positif Islami untuk menurunkan stres pengasuhan ibu dengan anak pra sekolah usia 3 – 6 th.
Penelitian Sri Nurhayati & Tita Rosita (2020)	
Judul	Positive Parenting Training Program Implementation to Increase Parents' Emotional Intelligence in Raising Well Being Children

Desain Penelitian	Pendekatan yang digunakan adalah kualitatif dengan metode deskriptif. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dokumentasi dan studi pustaka
Responden	15 orang tua
Perbedaan	Pada penelitian ini, Modul Disiplin Positif Islami untuk menurunkan stres pengasuhan ibu dengan anak pra sekolah usia 3 – 6 th. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain eksperimen.
Penelitian Raden Rachmy Diana, dkk. (2021)	
Judul	Parental Engagement On Children Character Education: The Influences Of Positive Parenting And Agreeableness Mediated By Religiosity
Desain Penelitian	Penelitian Korelasional
Responden	210 orang tua siswa sekolah dasar
Perbedaan	Pada penelitian ini, Modul Disiplin Positif Islami untuk menurunkan stres pengasuhan ibu dengan anak pra sekolah usia 3 – 6 th. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain eksperimen.
Penelitian Ana Okorn , dkk. (2021)	
Judul	The Importance of Mothers' and Fathers' Positive Parenting for Toddlers' and Preschoolers' Social-Emotional Adjustment
Desain Penelitian	Penelitian Korelasional
Responden	446 keluarga Belanda (446 ibu, usia rata-rata 33,51 tahun; 446 ayah, usia rata-rata 35,63 tahun) membesarkan anak (46,9% laki-laki) antara 17 dan 48 bulan (usia rata-rata 31,64)
Perbedaan	Pada penelitian ini, Modul Disiplin Positif Islami untuk menurunkan stres pengasuhan ibu dengan anak pra sekolah usia 3 – 6 th. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain eksperimen.