

INFORMASI ARTIKEL

Received: January, 23, 2025

Revised: February, 27, 2025

Available online: February, 28, 2025

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk>

Analisis *mindful parenting*, konflik pekerjaan keluarga, dan psikopatologi pada orang tua bekerja

Liza Wahyuni*, Riski Dian Ardianti, Nurlis

STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe

Korespondensi penulis: Liza Wahyuni. *Email: lizawahyuni2@gmail.com

Abstract

Background: The prevalence of parents as workers with job characteristics varies across countries. Family work conflict is associated with poor parental mental health triggered by psychopathology such as anxiety, depression and parenting stress which results in inattentive parenting.

Purpose: To determine the relationship of family work conflict and psychopathology namely anxiety, depression, parenting stress with attentive parenting in working parents.

Method: A cross-sectional study was conducted on 324 working parents with children and adolescents aged 1-19 years. Data were collected at the Muhammadiyah 6 Integrated Islamic Elementary School and the Qur'an Education Institute in Indonesia from mid to late July 2024 by filling out sociodemographic forms, measuring work-family conflict, anxiety, depression, parenting stress and caring parenting.

Results: Parents with shift work schedules, working full-time and 40 or more hours per week, showed significantly higher levels of work-family conflict than those with fixed or flexible schedules, working part-time and less than 40 hours per week. Correlation analysis found that there was a relationship between work-family conflict and psychopathology, namely depression, anxiety, parenting stress and attentive parenting where anxiety was found to have the strongest relationship with attentive parenting. Higher levels of work-family conflict were associated with lower parenting through higher levels of anxiety/depression symptoms and parenting stress.

Conclusion: There is a relationship between work-family conflict and psychopathology, namely anxiety, depression, parenting stress with attentive parenting and negative patterns where every increase in work-family conflict, anxiety, depression, parenting stress will decrease attentive parenting for children.

Suggestion: Workplaces should implement family-friendly policies such as flexible work arrangements that help parents reduce anxiety, prevent depression and parenting stress to be able to balance the responsibilities and demands of their work and family roles.

Keywords: Conflict; Family Work; Parenting; Psychopathology.

Pendahuluan: Prevalensi orang tua adalah pekerja dengan karakteristik pekerjaan yang bervariasi di seluruh Negara. Konflik pekerjaan keluarga dikaitkan dengan kesehatan mental orang tua buruk yang dipicu oleh psikopatologi seperti kecemasan, depresi dan stress pengasuhan yang berdampak pada pola asuh yang kurang perhatian.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan konflik pekerjaan keluarga dan psikopatologi yaitu kecemasan, depresi, stress pengasuhan dengan pengasuhan penuh perhatian pada orang tua bekerja.

Metode: Sebuah studi *cross sectional* dilakukan pada 324 orang tua bekerja memiliki anak dan remaja berusia 1 sampai 19 tahun. Data dikumpulkan pada SD IT Muhammadiyah 6 dan Lembaga Pendidikan Qur'an di Indonesia

dari pertengahan hingga akhir Juli 2024 dengan mengisi formulir sosiodemografi, pengukuran konflik pekerjaan keluarga, kecemasan, depresi, stres pengasuhan dan pengasuhan penuh perhatian.

Hasil: Orang tua dengan jadwal kerja shift, bekerja penuh waktu dan 40 jam atau lebih per minggu, menunjukkan tingkat konflik pekerjaan-keluarga yang jauh lebih tinggi daripada mereka yang memiliki jadwal tetap atau fleksibel, bekerja paruh waktu dan kurang dari 40 jam per minggu. Ditemukan hasil analisa korelasi ada hubungan antara konflik pekerjaan keluarga dan psikopatologi yaitu depresi, kecemasan, stress pengasuhan terhadap pengasuhan penuh perhatian dimana didapatkan kecemasan memiliki hubungan paling kuat dengan pengasuhan penuh perhatian. Tingkat konflik pekerjaan-keluarga yang lebih tinggi dikaitkan dengan pengasuhan yang lebih rendah melalui tingkat gejala kecemasan/depresi yang lebih tinggi dan stres pengasuhan.

Simpulan: Ada hubungan antara konflik pekerjaan keluarga dan psikopatologi yaitu kecemasan, depresi, stres pengasuhan dengan pengasuhan penuh perhatian dan berpola negatif dimana setiap konflik pekerjaan keluarga, kecemasan, depresi, stres pengasuhan orang tua meningkat maka akan menurunkan pengasuhan penuh perhatian pada anak.

Saran: Tempat kerja harus menerapkan kebijakan ramah keluarga seperti pengaturan kerja yang fleksibel yang membantu orang tua mengurangi kecemasan, mencegah depresi dan stres pengasuhan untuk dapat menyeimbangkan tanggung jawab dan tuntutan pekerjaan dan peran mereka di keluarga.

Kata Kunci: Keluarga; Konflik; Pekerjaan; Pengasuhan; Psikopatologi.

PENDAHULUAN

Orang tua yang bekerja saat ini dihadapi pada tantangan untuk menyeimbangkan tuntutan ganda antara pekerjaan dan pengasuhan anak. Hal ini disebabkan karena pasar tenaga kerja menjadi semakin kompetitif dan tidak aman yang mengharuskan orang tua untuk membuat komitmen besar terhadap pekerjaannya dan mendedikasikan sebagian besar waktu keluarga dan pribadi untuk pekerjaan (Moreira, Fonseca, Caiado, & Canavarro, 2019).

Orang tua yang bekerja baik keduanya atau salah satu orang tua memiliki dampak yang cukup besar terhadap perilaku pengasuhan anak dan pada kualitas keseluruhan kehidupan keluarga (Moreira et al., 2019). Konflik pekerjaan-keluarga merupakan tantangan besar bagi orang tua saat ini untuk melakukan pengasuhan yang penuh perhatian terkait dengan waktu dan kualitas pengasuhan yang diberikan kepada anak terutama bagi orang tua yang bekerja, sehingga pola asuh yang penuh perhatian kepada anak tidak dapat diwujudkan (Cooklin, Westrupp, Strazdins, Giallo, Martin, & Nicholson, 2015). Kondisi kerja orang tua yang penuh tekanan dan stress kerja yang tinggi berkaitan dengan kesehatan mental yang lebih buruk serta interaksi orang tua dan anak yang negatif (Turpyn & Chaplin, 2016; Moreira & Canavarro, 2018).

Pola asuh yang penuh perhatian dan kesadaran kognitif orang tua berkorelasi secara signifikan dengan kesejahteraan subjektif anak (Ljubetić &

Reić Ercegovac, 2020). Orang tua pekerja mengalami tingkat gejala kecemasan dan/atau depresi yang signifikan secara klinis dan penelitian ini menunjukkan dampak tidak langsung dari gejala depresi pada pengasuhan yang penuh perhatian (Nobre-Trindade, Caçador, Canavarro, & Moreira, 2021). Konflik pekerjaan-keluarga dapat memengaruhi perilaku pengasuhan yang penuh perhatian yang juga dipengaruhi oleh tekanan emosional yaitu depresi dan kecemasan serta tingkat stres pengasuhan pada orang tua (Moreira et al., 2019).

Orang tua yang menghadirkan kesadaran penuh perhatian dalam interaksi dengan anak dapat mempromosikan kualitas hubungan orang tua dan anak yang lebih tinggi (Duncan, Coatsworth, & Greenberg, 2009). Salah satu aspek penting dari pengasuhan yang penuh perhatian adalah kesehatan mental orang tua dan tingkat stres pengasuhan. Psikopatologi orang tua dan stres pengasuhan adalah salah satu faktor risiko terkuat untuk perilaku pengasuhan yang negatif (Goodman & Garber, 2017). Tingkat stres pengasuhan yang lebih tinggi dikaitkan dengan tingkat pengasuhan yang lebih rendah (Gouveia, Carona, Canavarro, & Moreira, 2016). Penelitian terkait konflik pekerjaan keluarga dan psikopatologi yang berdampak pada pengasuhan anak di Indonesia masih sangat terbatas. Penelitian terkait pengasuhan yang dilakukan oleh orang tua bekerja belum banyak

Liza Wahyuni*, Riski Dian Ardianti, Nurlis

STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe

Korespondensi penulis: Liza Wahyuni. *Email: lizawahyuni2@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.679>

dieksplorasi. Penelitian ini mengkaji tentang hubungan konflik pekerjaan keluarga dan psikopatologi yaitu kecemasan, depresi dan stress pengasuhan dengan pengasuhan penuh perhatian pada orang tua yang bekerja.

METODE

Penelitian kuantitatif menggunakan desain *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini yaitu orang tua Siswa/I SD IT Muhammadiyah 6 Kota Lhokseumawe. Sampel sebanyak 324 orang tua bekerja yang terdiri dari 162 ayah dan 162 ibu memiliki anak/remaja usia 1-19 tahun pada Lembaga Pendidikan Qur'an di Indonesia.

Variabel dependen dalam penelitian yaitu *mindful parenting*, sedangkan variabel independen yaitu psikopatologi (kecemasan, depresi dan stres pengasuhan). Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner tentang psikopatologi (kecemasan, depresi, stres pengasuhan dan *mindful parenting*) yang didistribusikan melalui *google form*.

Subskala konflik pekerjaan-keluarga diukur menggunakan *Work-Family Conflict Scale* (WAFCS) yang dikembangkan oleh Netemeyer, Boles, dan McMurrian (1996). WAFCS terdiri dari 2 subskala konflik pekerjaan-keluarga yang terdiri dari 10 *item* pernyataan. Pada penelitian ini, peneliti hanya ingin menilai gangguan pekerjaan pada keluarga dengan memasukkan 5 *item* pernyataan dari instrumen. Rentang skor WAFCS adalah 5–35 dengan pengkategorian hasil jumlah semua *item* dan skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat konflik yang lebih tinggi.

Skala kecemasan dan depresi diukur menggunakan *Hospital Anxiety and Depression Scale* (HADS) yang dikembangkan oleh oleh Zigmond dan Snaith pada tahun 1983. HADS terdiri dari tujuh pertanyaan untuk kecemasan dan tujuh pertanyaan untuk depresi dengan total 14 *item* pertanyaan menggunakan skala *likert*.

Dalam menilai tekanan yang terkait dengan peran orang tua diukur menggunakan *Parental Stress Scale* (PSS). PSS terdiri dari 18 *item* skala laporan diri dengan *item* mewakili tema positif (misalnya manfaat emosional, pengembangan pribadi) dan negatif (tuntutan sumber daya, pembatasan) sebagai orang tua.

Pengasuhan penuh perhatian dinilai dengan *Interpersonal Mindfulness in Parenting* (IM-P) *Scale* adalah kuesioner laporan diri (*self report*) untuk mengukur pola asuh yang penuh perhatian. Skala IM-P terdiri dari 10 *item* pernyataan dalam bentuk lima skala *likert*.

Analisis data menggunakan SPSS versi 20 atau PSPP. Statistik deskriptif dihitung untuk semua data sosiodemografi. Dalam menguji hubungan bivariat antara variabel menggunakan korelasi Pearson, sedangkan untuk menguji apakah konflik pekerjaan-keluarga, kecemasan orang tua, dan gejala depresi serta stres pengasuhan berhubungan dengan pengasuhan yang penuh perhatian melalui analisis regresi linear berganda. Penelitian ini telah mendapat izin etik yang diperoleh dari Komite Etik Penelitian Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala dengan kode penelitian 112017290722.

Liza Wahyuni*, Riski Dian Ardianti, Nurlis

STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe

Korespondensi penulis: Liza Wahyuni. *Email: lizawahyuni2@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.679>

HASIL**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden (N=162)**

Variabel	Hasil	r	p
Karakteristik Anak			
Usia (n/%) (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(7.0±4.77)(1-20)		
Toddler (1-3 Tahun)	34/21.0		
Prasekolah (4-5 Tahun)	61/37.7		
Sekolah (6-12 Tahun)	43/26.5		
Remaja (13-20 Tahun)	24/14.8		
Jenis Kelamin (n/%)			
Laki-laki	75/46.3		
Perempuan	87/53.7		
Karakteristik Orang tua			
	Ayah	Ibu	
Usia (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(38.45±7.71)(25-59)	(32.87±6.22)(24-54)	
Pendidikan (n/%)			
Tinggi	100/61.7	145/89.5	
Menengah	54/33.3	12/7.4	
Dasar	8/5.0	5/3.1	
Pekerjaan (n/%)			
PNS/TNI/POLRI	34/21.0	19/11.8	
Pegawai Kontrak	38/23.5	71/43.8	
Pegawai Swasta	45/27.8	34/21.0	
Wirausaha	14/8.6	24/14.8	
Petani/Nelayan/ Buruh	31/19.1	14/8.6	
Tipe Pekerjaan (n/%)			
Penuh	77/47.5	52/32.1	
Paruh Waktu	43/26.6	69/42.6	
Sesekali	42/25.9	41/25.3	
Jadwal Kerja (n/%)			
Tetap	50/30.8	34/21.0	
Shift	43/26.6	69/42.6	
Fleksibel	69/42.6	59/36.4	
Penghasilan (n/%)			
≤ 3 Juta/Bulan	121/74.7	128/79.0	
> 3 Juta/Bulan	41/25.3	34/21.0	
Lama Kerja (Mean±SD)(Rentang)(Jam/Minggu)	(40.20±4.29)(30-84)	(38.94±6.54)(30-56)	
Lama Menikah (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(6.7±5.84)(1-30)		

Liza Wahyuni*, Riski Dian Ardianti, Nurlis

STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe

Korespondensi penulis: Liza Wahyuni. *Email: lizawahyuni2@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.679>

Jumlah Anak (Mean±SD)(Rentang)	(2.45±0.99)(1-4)		
Konflik pekerjaan Keluarga (Mean±SD)(Rentang)	(22.08±6.96)(7-34)	-0.217	0.001
Kecemasan (Mean±SD)(Rentang)	(13.11±3.42)(5-20)	-0.711	0.001
Depresi (Mean±SD)(Rentang)	(13.46±3.59)(3-20)	-0.534	0.001
Stres pengasuhan (Mean±SD)(Rentang)	(62.44±7.71)(37-85)	-0.447	0.001
Pengasuhan Penuh Perhatian (Mean±SD)(Rentang)	(22.55±6.64)(12-40)		

Berdasarkan tabel di atas ditemukan bahwa mayoritas ayah dengan tipe pekerjaan penuh sebanyak 47.5%, jadwal kerja fleksibel sebanyak 42.6%, berpendidikan tinggi sebanyak 61.7%, pekerjaan sebagai pegawai swasta sebanyak 27.8%, berpenghasilan ≤ 3 juta/bulan yaitu sebanyak 74.7%. Sementara itu, mayoritas ibu memiliki tipe pekerjaan paruh waktu sebanyak 42.6%, jadwal kerja *shift* sebanyak 42.6%, berpendidikan tinggi sebanyak 89.5%, pekerjaan sebagai pegawai kontrak sebanyak 43.8%, dan penghasilan ibu ≤ 3 juta/bulan sebanyak 79.0%. Sebagian besar orang tua memiliki anak perempuan sebanyak 53.7% dengan usia pra sekolah yaitu 37.7%.

Konflik pekerjaan keluarga memiliki nilai *mean* yaitu 22.08 pada rentang konflik 7-34, tingkat depresi dan kecemasan pada orang tua memiliki nilai *mean* masing-masing sebesar 13.46 dan 13.11 dengan rentang nilai *mean* 5-20 untuk kecemasan dan 3-20 untuk depresi. Stress pengasuhan ditemukan nilai *mean* 62.44 dengan rentang 37-85. Pengasuhan penuh perhatian ditemukan nilai *mean* 22.55 dengan rentang 12- 40.

Korelasi yang signifikan ditemukan antara konflik pekerjaan-keluarga dan semua variabel psikopatologi yaitu kecemasan, depresi, dan stres pengasuhan secara signifikan dan negatif berkorelasi satu sama lain dengan pengasuhan yang penuh perhatian. Konflik pekerjaan-keluarga berkorelasi secara signifikan dengan pengasuhan yang penuh perhatian ($r = -0.217$, $p = 0.001$). Kecemasan dan depresi berkorelasi secara signifikan dengan pengasuhan yang penuh perhatian ($r = -0.711$, $r = -0.534$, $p = 0.001$). Stres pengasuhan berkorelasi secara signifikan dengan pengasuhan yang penuh perhatian ($r = -0.447$, $p = 0.001$).

Tabel 2. Koefisien Regresi

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	P
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	54.143	2.048		26.437	0.001
	Konflik	-0.145	0.034	-0.152	-4.213	0.001
	Cemas	-1.048	0.088	-0.539	-11.912	0.001
	Depresi	-0.304	0.081	-0.165	-3.758	0.001
	Stres	-0.169	0.033	-0.196	-5.091	0.001
Coefficients ^a						

Pengasuhan penuh perhatian = 54.143 – 0.145, konflik pekerjaan keluarga – 1.048, kecemasan – 0.304 depresi – 0.169 stres pengasuhan. Berdasarkan hasil dari nilai probabilitas signifikansi masing-masing uji *t* didapatkan bahwa nilai konstanta = 0.001, konflik pekerjaan keluarga = 0.001, kecemasan = 0.001 depresi = 0.001 dan stres

pengasuhan = 0.001 mempunyai angka signifikansi < 0.05, dengan demikian H_0 ditolak atau dengan kata lain keempat variabel tersebut cukup signifikan memengaruhi pengasuhan penuh perhatian pada orang tua bekerja.

Liza Wahyuni*, Riski Dian Ardianti, Nurlis

STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe

Korespondensi penulis: Liza Wahyuni. *Email: lizawahyuni2@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.679>

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan, rata-rata usia ayah 38-39 tahun dan rata-rata usia ibu 33-34 tahun dengan rata-rata jumlah anak 2-3 orang. Status sosial ekonomi ibu berhubungan dengan tingkat stres pengasuhan yang mereka rasakan. Ibu yang lebih muda dengan anak pertama mengalami tingkat stres pengasuhan yang lebih tinggi daripada ibu yang lebih tua dengan lebih dari satu anak karena kurangnya pengalaman dan pengetahuan tentang pengalaman pengasuhan, ketidakmatangan psikologis, dan psikososial (Chang & Fine, 2017). Pengayaan pekerjaan keluarga untuk mempromosikan interaksi orang tua dan anak yang optimal, hangat, dan konsisten dikaitkan dengan hubungan pasangan berkualitas tinggi (Cooklin et al., 2015). Sejalan dengan penelitian lain yang menunjukkan rata-rata lama menikah orang tua berusia 6-7 tahun. *Mindfulness* dapat menjadi salah satu cara untuk memenuhi beberapa kebutuhan kesehatan mental orang tua dan keluarganya, serta meningkatkan hubungan antara orang tua dan anak (Alexander, 2017).

Pekerjaan yang berkualitas juga akan mencakup pemberian cuti, waktu mulai dan selesai yang fleksibel, pekerjaan paruh waktu akan meminimalkan konflik pekerjaan-keluarga. Hal ini sangat relevan bagi perempuan dengan posisi sosial ekonomi rendah yang bekerja di pekerjaan berketerampilan rendah atau pekerjaan kasar, cenderung mengalami konflik pekerjaan-keluarga yang tinggi yang disebabkan oleh beban kerja atau jam kerja yang tidak fleksibel (Cooklin et al., 2015).

Menyeimbangkan peran antara pekerjaan dan pengasuhan merupakan sebuah tantangan, orang tua yang bekerja lebih cenderung mengalami kesulitan dalam menjalankan peran mereka sebagai pengasuh (Sitimin, Fikry, Ismail, & Hussein, 2017). Kehadiran orang tua yang rendah disebabkan oleh orang tua yang terlalu sibuk (Chaplin, Mauro, Curby, Niehaus, Fischer, Turpyn, Martelli, Miller, Leichtweis, Baer, & Sinha, 2021). Selain itu, kepuasan dan kenyamanan yang diperoleh di tempat kerja dapat memperkuat interaksi ibu dengan anak-anak (Cooklin et al., 2015). Intensitas pekerjaan yang tinggi dibandingkan dengan tingkat gaji yang relatif rendah menimbulkan stres kerja yang tinggi (Liu, Yin, & Shen, 2020).

Hubungan Konflik Pekerjaan Keluarga dengan Pengasuhan Penuh Perhatian

Nilai koefisien regresi -0,145 menunjukkan bahwa jika konflik pekerjaan keluarga meningkat 1 nilai, maka akan menurunkan -0.145 pengasuhan penuh perhatian. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengalaman kerja orang tua dan hubungan keluarga mereka. Konflik pekerjaan keluarga dikaitkan dengan perilaku pengasuhan yang kurang optimal seperti kehangatan yang lebih rendah, iritabilitas yang lebih tinggi dan konflik yang lebih tinggi dalam hubungan pasangan. Konflik pekerjaan-keluarga yang lebih tinggi dikaitkan dengan pelaporan kualitas hubungan pasangan yang lebih buruk, pengalaman negatif di tempat kerja mempengaruhi kualitas pertukaran emosional dalam hubungan pasangan intim (Cooklin et al., 2015). Peneliti menemukan bahwa adanya konflik peran yang terjadi pada orang tua yang bekerja terhadap pengasuhan penuh perhatian pada anak dikarenakan orang tua memiliki tanggung jawab terhadap anak namun di satu sisi orang tua juga harus memiliki pekerjaan agar dapat menghidupi keluarganya, sehingga peran pengasuhan penuh pada anak sering terabaikan.

Hubungan Kecemasan dengan Pengasuhan Penuh Perhatian

Nilai koefisien regresi -1,048 menunjukkan bahwa jika kecemasan meningkat 1 nilai maka akan menurunkan -1,048 pengasuhan penuh perhatian. Hasil penelitian sebelumnya dengan melakukan teknik sistematik review terhadap beberapa jurnal kesehatan yang berkaitan dengan *mindfulness parenting* ditemukan bahwa seluruh penelitian berhubungan dengan kecemasan, stress, dan depresi orang tua berkaitan dengan pengasuhan penuh perhatian orang tua terhadap anak (Sabilla, 2021). Orang tua yang disibukkan dengan pekerjaan berketerampilan rendah, dengan upah rendah, atau pekerjaan yang dicirikan oleh jam kerja yang panjang dan tidak fleksibel mengalami ketegangan yang tinggi (Cooklin et al., 2015).

Liza Wahyuni*, Riski Dian Ardianti, Nurlis

STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe

Korespondensi penulis: Liza Wahyuni. *Email: lizawahyuni2@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.679>

Hubungan Depresi dengan Pengasuhan Penuh Perhatian

Nilai koefisien regresi -0,304 menunjukkan bahwa jika depresi meningkat 1 nilai maka akan menurunkan -0.304 pengasuhan penuh perhatian. Salah satu penyebab depresi dalam pengasuhan penuh perhatian adalah karena munculnya perasaan bersalah. Penelitian yang dilakukan di Malaysia menyatakan beberapa orang tua yang bekerja dari anak-anak dengan autisme menghadapi masalah yang membuat mereka merasa bersalah karena tidak dapat memenuhi tanggung jawab mereka. Selain itu, merasa tidak mampu memainkan peran atau dianggap sebagai orang tua yang tidak ideal karena tidak bisa menghabiskan waktu bersama anaknya dan harus bekerja (Sitimin et al., 2017).

Hubungan Stress Pengasuhan dengan Pengasuhan Penuh Perhatian

Nilai koefisien regresi -0,169 menunjukkan bahwa jika depresi meningkat 1 nilai maka akan menurunkan -0,169 pengasuhan penuh perhatian. Penelitian ini sejalan dengan penelitian di Portugis yang mengamati bahwa tingkat pengasuhan penuh perhatian yang lebih tinggi dikaitkan dengan tingkat stres pengasuhan yang lebih rendah (Gouveia, Canavarro, & Moreira, 2020). Penelitian yang dilakukan di Tiongkok menunjukkan bahwa gaya pengasuhan mempengaruhi *body image* anak, gaya pengasuhan yang positif yang penuh perhatian dan kasih sayang akan meningkatkan karakteristik psikologis positif anak (Chen, He, Cai, & Fan, 2020).

Hubungan Konflik Pekerjaan Keluarga dan Psikopatologi dengan Pengasuhan Penuh Perhatian

Hasil koefisien regresi konflik pekerjaan keluarga sebesar -0.145 yang berarti, jika variabel konflik pekerjaan keluarga meningkat 1 nilai maka akan menurunkan -0.145 pengasuhan penuh perhatian. Koefisien regresi kecemasan sebesar -1.048, jika variabel kecemasan meningkat 1 nilai maka akan menurunkan -1.048 pengasuhan penuh perhatian. Koefisien regresi depresi sebesar -0.304, jika depresi meningkat 1 nilai maka akan menurunkan -0.304 pengasuhan penuh perhatian. Koefisien regresi stress pengasuhan sebesar -0.169, jika stress pengasuhan meningkat 1 nilai maka akan menurunkan -0.169 pengasuhan penuh perhatian. Berdasarkan nilai tersebut didapatkan bahwa

kecemasan memiliki pengaruh cukup signifikan dalam pengasuhan penuh perhatian yaitu -1.048. Kesehatan mental orang tua merupakan pengaruh penting pada perkembangan anak, terutama pada aspek negatif dari kesehatan mental orang tua, terutama gejala depresi, kecemasan, atau keadaan tertekan. Pentingnya potensi kesehatan mental yang positif bagi orang tua dan anak menunjukkan bahwa kesehatan mental yang positif berpotensi dengan bentuk pengasuhan khusus yang mempromosikan prestasi akademik dan fungsi sosioemosional (Phua, Kee, & Meaney, 2020). Peneliti berasumsi bahwa kecemasan yang dirasakan orang tua sangat mempengaruhi pola pengasuhan penuh perhatian. Oleh karena itu orang tua harus mampu mengontrol perasaan cemas yang berlebihan. Kecemasan dalam pengasuhan anak pada orang tua yang bekerja lebih tinggi dibandingkan dengan orang tua yang tidak bekerja, hal ini dapat disebabkan oleh adanya kekhawatiran orang tua karena tidak mampu mendampingi anak secara penuh, karena adanya tuntutan pekerjaan.

SIMPULAN

Ada hubungan antara konflik pekerjaan keluarga dan psikopatologi yaitu kecemasan, depresi, stres pengasuhan dengan pengasuhan penuh perhatian dan berpola negatif dimana setiap konflik pekerjaan keluarga, kecemasan, depresi, stres pengasuhan orang tua meningkat maka akan menurunkan pengasuhan penuh perhatian pada anak.

SARAN

Tempat kerja harus menerapkan kebijakan ramah keluarga seperti pengaturan kerja yang fleksibel yang membantu orang tua mengurangi kecemasan, mencegah depresi dan stres pengasuhan untuk dapat menyeimbangkan tanggung jawab dan tuntutan pekerjaan dan peran mereka di keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Alexander, K. (2018). Integrative Review of the Correlation Between Mindfulness-Based Parenting Interventions and Depression Symptoms in Parents. *JOGNN - Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 47(2), 184–190.

Liza Wahyuni*, Riski Dian Ardianti, Nurlis

STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe

Korespondensi penulis: Liza Wahyuni. *Email: lizawahyuni2@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.679>

- Chang, Y., & Fine, M. A. (2017). Modeling parenting stress trajectories among low-income young mothers across the child's second and third years: Factors accounting for stability and change. *Journal of Family Psychology*, 21(4), 584-594.
- Chaplin, T. M., Mauro, K. L., Curby, T. W., Niehaus, C., Fischer, S., Turpyn, C. C., Martelli, A. M., Miller, A. B., Leichtweis, R. N., Baer, R., & Sinha, R. (2021). Effects of A Parenting-Focused Mindfulness Intervention on Adolescent Substance Use and Psychopathology: A Randomized Controlled Trial. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*, 49(7), 861-875.
- Chen, G., He, J., Cai, Z., & Fan, X. (2020). Perceived parenting styles and body appreciation among Chinese adolescents: Exploring the mediating roles of dispositional mindfulness and self-compassion. *Children and Youth Services Review*, 119, 105698.
- Cooklin, A. R., Westrupp, E., Strazdins, L., Giallo, R., Martin, A., & Nicholson, J. M. (2015). Mothers' work-family conflict and enrichment: Associations with parenting quality and couple Correlation. *Child: care, health and development*, 41(2), 266-277.
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., & Greenberg, M. T. (2009). A model of mindful parenting: Implications for parent-child Correlations and prevention research. *Clinical child and family psychology review*, 12(3), 255-270.
- Goodman, S. H., & Garber, J. (2017). Evidence-based interventions for depressed mothers and their young children. *Child development*, 88(2), 368-377.
- Gouveia, M. J., Canavarro, M. C., & Moreira, H. (2020). The role of mindful parenting and children's weight in mothers' child-feeding practices. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 25, 427-435.
- Gouveia, M. J., Carona, C., Canavarro, M., & Moreira, H. (2016). Self-compassion and dispositional mindfulness are associated with parenting styles and parenting stress: The mediating role of mindful parenting. *Mindfulness*, 7(3), 700-712.
- Liu, K., Yin, T., & Shen, Q. (2020). Correlations between sleep quality, mindfulness and work-family conflict in Chinese nurses: A cross-sectional study. *Applied Nursing Research*, 55(March), 151250.
- Ljubetić, M., & Reić Ercegovac, I. (2020). The Correlation between mindful parenting, cognitive parental awareness, and the subjective well-being of adolescents. *Metodički ogledi: časopis za filozofiju odgoja*, 27(1), 103-126.
- Moreira, H., & Canavarro, M. C. (2018). Does the association between mindful parenting and adolescents' dispositional mindfulness depend on the levels of anxiety and depression symptomatology in mothers? *Journal of Adolescence*, 68, 22-31.
- Moreira, H., Fonseca, A., Caiado, B., & Canavarro, M. C. (2019). Work-family conflict and mindful parenting: the mediating role of parental psychopathology symptoms and parenting stress in a sample of Portuguese employed parents. *Frontiers in Psychology*, 10, 635.
- Netemeyer, R. G., Boles, J. S., & McMurrian, R. (1996). Development and validation of work-family conflict and family-work conflict scales. *Journal of applied psychology*, 81(4), 400.
- Nobre-Trindade, C., Caçador, M. I., Canavarro, M. C., & Moreira, H. (2021). Mothers' psychopathology symptoms and mindful parenting in the postpartum period: The role of parental reflective functioning. *Infant mental health journal*, 42(6), 784-795.

Liza Wahyuni*, Riski Dian Ardianti, Nurlis

STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe

Korespondensi penulis: Liza Wahyuni. *Email: lizawahyuni2@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.679>

Analisis *mindful parenting*, konflik pekerjaan keluarga, dan psikopatologi pada orang tua bekerja

- Phua, D. Y., Kee, M. Z. L., & Meaney, M. J. (2020). Positive Maternal Mental Health, Parenting, and Child Development. *Biological Psychiatry*, 87(4), 328–337.
- Sabilla, S. N. (2021). Mindful Parenting pada Orangtua dengan Anak Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH): Tinjauan Sistematis. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 195-216.
- Sitimin, S. A., Fikry, A., Ismail, Z., & Hussein, N. (2017). Work-family Conflict among Working Parents of Children with Autism in Malaysia. *Procedia Computer Science*, 105(December 2016), 345–352.
- Turpyn, C. C., & Chaplin, T. M. (2016). Mindful parenting and parents' emotion expression: effects on adolescent risk behaviors. *Mindfulness*, 7(1), 246-254.
- Zigmond, A. S., & Snaith, R. P. (1983). The hospital anxiety and depression scale. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 67(6), 361-370.

Liza Wahyuni*, Riski Dian Ardianti, Nurlis

STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe

Korespondensi penulis: Liza Wahyuni. *Email: lizawahyuni2@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.679>