

## Hubungan antara Mindful Parenting dan Stres Pengasuhan pada Istri Anggota Militer dengan Anak Usia Sekolah = The Correlation between Mindful Parenting and Parenting Stress among Military Mothers with School Age Children

Nuraini Kusuma Dewi, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20522968&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Keluarga militer cenderung memiliki budaya khas yang berbeda dari keluarga pada umumnya. Budaya tersebut mencakup praktik pengasuhan bergaya militer, stres finansial, frekuensi perpindahan tempat tinggal yang tinggi (relokasi) dan perpisahan dengan pasangan akibat tugas dinas jarak jauh (deployment). Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa budaya tersebut dapat memunculkan tantangan-tantangan yang dapat meningkatkan kerentanan stres pengasuhan pada istri anggota militer. Di samping itu, tugas pengasuhan anak usia sekolah dasar dapat menjadi tantangan tambahan yang dapat memicu stres pengasuhan pada istri anggota militer. Sehubungan dengan hal tersebut, sejumlah penelitian telah menunjukkan bahwa praktik mindful parenting berhubungan dengan penurunan tingkat stres pengasuhan pada ibu dari berbagai latar belakang sosial. Selanjutnya, partisipan (n=135) diuji menggunakan Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale untuk mengukur mindful parenting dan The Parenting Stress Index – Short Form untuk mengukur tingkat stres pengasuhan. Dalam penelitian ini, menggunakan desain penelitian korelasional dengan jumlah sampel 135. Selanjutnya, uji korelasi menunjukkan adanya hubungan negatif antara mindful parenting dan stres pengasuhan. Hal ini menandakan bahwa semakin tinggi keterampilan mindful parenting maka semakin rendah tingkat stres pengasuhan. Hasil menunjukkan terdapat korelasi negatif antara kedua variabel, maupun dengan dimensi-dimensi mindful parenting.

.....Military families tend to have a distinctive culture which different from other families. This culture includes military-style parenting practices, financial stress, high frequency of relocation and separation from spouse due to long-distance service assignments (deployment). A number of studies have shown that this culture can present challenges which can increase the vulnerability to parenting stress in mothers from military families. In addition, the task of caring for school age children which can be an additional challenge that can trigger parenting stress for mothers from military families. In this regard, a number of studies have shown that mindful parenting practices are associated with reduced levels of parenting stress in mothers from various social backgrounds. Thus, this study wanted to examine the relationship between mindful parenting and parenting stress on mothers from military families with school age children (6 to 12 years). Furthermore, participants (n=135) were tested using the Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale to measure mindful parenting capacity and The Parenting Stress Index – Short Form to measure the level of parenting stress. Through convenience sampling technique, participants with an age range of 24 until 55 years (M = 39, SD = 6,2). The correlation test showed a negative correlation between mindful parenting and parenting stress. This result indicates that the higher the mindful parenting skill, the lower the level of parenting stress.