

# Hubungan Antara Mindful Parenting dan Strategi Coping Stres Pada Ibu dengan Anak Usia Sekolah Dasar = The Relationship Between Mindful Parenting and Coping Stress Strategies Among Mothers with Elementary School Children

Resti Fortuna Maturasi, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20525882&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Tingginya tingkat stres yang dialami oleh ibu, terutama yang memiliki anak di usia sekolah dasar, membuat ibu harus melakukan strategi coping. Salah satu sumber daya internal yang dapat membantu ibu dalam melakukan coping adaptif adalah mindful parenting. Belum banyak penelitian yang meneliti hubungan antara kedua variabel tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara mindful parenting dengan strategi coping stres pada ibu yang memiliki anak usia sekolah dasar. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan partisipan ibu yang memiliki anak usia sekolah dasar di Indonesia. Alat ukur yang digunakan adalah Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale yang disusun oleh Duncan et al., (2009) untuk mengukur mindful parenting dan Brief-COPE oleh Carver (1997) untuk mengukur strategi coping. Dengan menguji 314 ibu ( $M = 35,54$ ,  $SD = 4,837$ ), penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang positif dan signifikan antara mindful parenting dan strategi coping adaptif dan berkorelasi secara negatif dan signifikan dengan strategi coping maladaptif.

.....The high level of stress experienced by mothers, especially those who have children at elementary school age, caused mothers execute coping strategies. One of the internal resources that can help mothers in doing adaptive coping is mindful parenting. Not many studies have examined the relationship between these two variables. Therefore, this study aims to examine the relationship between mindful parenting and stress coping strategies for mothers who have children of elementary school age. . This study is a correlational study with mothers who have elementary school-aged children in Indonesia. The measuring instrument used is the Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale compiled by Duncan et al., (2009) to measure mindful parenting and the Brief-COPE by Carver (1997) to measure coping strategies. By testing 314 mothers ( $M = 35.54$ ,  $SD = 4.837$ ), this study showed that there was a positive and significant correlation between mindful parenting and adaptive coping strategies, also a significant and negative correlation found with maladaptive coping strategies.