

# Hubungan antara Mindful Parenting dan Kepuasan Pernikahan pada Ibu yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar = The Relationship Between Mindful Parenting and Marital Satisfaction among Mothers with Elementary School Age Children

Khairunnisa Fahira Dumbi, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20525892&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Membangun hubungan romantis adalah tugas penting ketika individu memasuki tahap perkembangan dewasa. Tidak heran jika banyak individu dewasa yang mendambakan pernikahan untuk menjalin hubungan romantis jangka panjang dan menghindari perasaan terisolasi. Namun, pernikahan tidak selalu memuaskan sebab disertai dengan konflik dan tantangan yang salah satunya terkait dengan pengasuhan anak. Oleh karena itu, penting memiliki strategi pengasuhan yang tepat guna mengatasi tantangan mengasuh anak serta mempertahankan kepuasan pernikahan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara mindful parenting dan kepuasan pernikahan. Partisipan merupakan ibu yang sudah menikah, memiliki anak usia sekolah dasar, dan tidak pernah bercerai. Alat ukur yang digunakan adalah Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale (IMP) untuk mengukur mindful parenting dan Couple Satisfaction Index (CSI) untuk mengukur kepuasan pernikahan. Berdasarkan korelasi Pearson dengan 317 partisipan, ditemukan korelasi positif yang signifikan antara mindful parenting dan kepuasan pernikahan. Artinya, semakin sering ibu menerapkan mindful parenting, semakin tinggi kepuasan pernikahannya. Begitu pula sebaliknya. Hasil penelitian ini memperkaya tinjauan literatur mindful parenting dan kepuasan pernikahan. Selain itu, diharapkan ibu lebih termotivasi melatih penerapan mindful parenting dan intervensi mindful parenting semakin berkembang, khususnya untuk meningkatkan kepuasan pernikahan.

.....Developing romantic relationship becomes an important task when an individual enters the adult developmental stage. As a result, adults want to marry in order to establish a long-term romantic relationship and avoid feelings of isolation. However, marriage is not always fulfilling due to the conflicts and challenges that arise as a result of it, one of which is related to child rearing. Therefore, parenting style is critical for overcoming challenges and maintaining marital satisfaction. The purpose of this study is to examine the relationship between mindful parenting and marital satisfaction. Participants are married mothers with children in elementary school age who have never been divorced. The Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale (IMP) is used to assess mindful parenting and Couple Satisfaction Index (CSI) is used to assess marital satisfaction. Pearson correlation with 317 mothers demonstrates a positive and significant correlation between mindful parenting and marital satisfaction. The more often mothers practice mindful parenting, the higher their marital satisfaction and vice versa. The findings of this study can contribute to the existing literature on mindful parenting and marital satisfaction. Furthermore, mothers might be more motivated to practice mindful parenting, as well as mindful parenting interventions might emerge, particularly for increasing marital satisfaction.