

## **PENGARUH KETERLIBATAN TUGAS DOMESTIK DAN TINGKAT STRES *DUAL EARNER COUPLE* TERHADAP KUALITAS PENGASUHAN ANAK**

Jennifer Lizardi<sup>1</sup>, Callista Dian Puspita<sup>1</sup>, Azka Karimah<sup>1</sup>, Suryo Slamet Kamal Kalamillah<sup>1</sup>, Sri Juwita Kusumawardhani<sup>1\*)</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta, Jakarta Selatan 12980, Indonesia

<sup>\*)</sup>E-mail: [srijuwitak@unj.ac.id](mailto:srijuwitak@unj.ac.id)

### **Abstrak**

Di era saat ini, fenomena pasangan bekerja (*dual-earner couple*) semakin lazim terjadi di Indonesia. Namun, pasangan ini kerap menghadapi ketidaksetaraan dalam pembagian tanggung jawab domestik yang dapat menimbulkan stres dan memengaruhi kualitas pengasuhan anak. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Partisipan berjumlah 251 responden yang diperoleh melalui teknik *purposive sampling* dengan kriteria dewasa muda (20–40 tahun), pasangan suami-istri yang bekerja, memiliki anak berusia minimal 6 tahun, dan berdomisili di wilayah Jabodetabek. Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner keterlibatan tugas domestik, kuesioner stres pengasuhan untuk mengukur tingkat stres saat mengasuh anak, serta kuesioner perilaku pengasuhan dengan enam dimensi, yaitu kehangatan emosional, disiplin hukuman, rasa cemas terhadap anak, dukungan otonomi, disiplin permisif, dan disiplin demokratis. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara keterlibatan tugas domestik dan stres orang tua terhadap keenam dimensi kualitas pengasuhan secara simultan ( $F=11,578$ ;  $p<0,001$ ). Kedua variabel independen berkontribusi sebesar 25,2% terhadap kehangatan emosional, 16,2% terhadap disiplin hukuman, 15,4% terhadap dukungan otonomi, 11,4% terhadap kecemasan, 5,6% terhadap disiplin demokratis, dan 2,4% terhadap disiplin permisif. Temuan ini mengimplikasikan bahwa rendahnya keterlibatan tugas domestik dan tingginya tingkat stres pada pasangan *dual earner* berdampak negatif terhadap kualitas pengasuhan anak. Oleh karena itu, dibutuhkan kebijakan dan program yang mendukung kesetaraan peran domestik, seperti jam kerja fleksibel, *family-friendly policy*, serta edukasi mengenai pembagian peran dan manajemen stres keluarga.

Kata Kunci: keterlibatan tugas domestik, kualitas pengasuhan, pencari nafkah ganda, stres orang tua

### **The Impact of Domestic Task Involvement and Stress Level of Dual Earner Couple toward Parenting Quality**

#### **Abstract**

In today's era, the phenomenon of couples who work for a living (*dual-earner couples*) has become increasingly common in Indonesia. However, these couples often face inequality in the division of domestic responsibilities, which can lead to stress and affect the quality of parenting. This study employed a quantitative approach. Participants consisted of 251 respondents selected using purposive sampling, with the criteria of young adults (aged 20–40 years), married working couples, having at least one child aged six years or older, and residing in the Greater Jakarta area. The instruments used included a domestic task involvement questionnaire, a parenting stress questionnaire to measure stress levels while caring for children, and a parenting behavior questionnaire comprising six dimensions: emotional warmth, punitive discipline, anxiety toward the child, autonomy support, permissive discipline, and democratic discipline. The results showed a significant contribution of domestic task involvement and parental stress to the six dimensions of parenting quality simultaneously ( $F=11,578$ ;  $p<0,001$ ). Both independent variables contributed 25,2% to emotional warmth, 16,2% to punitive discipline, 15,4% to autonomy support, 11,4% to anxiety, 5,6% to democratic discipline, and 2,4% to permissive discipline. These findings imply that low involvement in domestic responsibilities and high stress levels among dual-earner couples negatively affect the quality of parenting. Therefore, policies and organizational programs that promote gender equality in domestic roles, such as flexible working hours, family-friendly policies, and public education on role sharing and family stress management are essential to enhance parenting quality.

Keywords: domestic task involvement, dual earner, parental stress, parenting quality

## PENDAHULUAN

Pada zaman yang semakin modern ini, fenomena pasangan suami istri yang keduanya sama-sama bekerja mencari nafkah atau *dual earner couple* (Harpell, 1984) menjadi suatu hal yang lumrah di kalangan masyarakat global, termasuk Indonesia. Munculnya fenomena ini diperkirakan karena terjadinya resesi ekonomi yang marak di seluruh dunia (Fajrin & Purwastuti, 2022), termasuk di negara Indonesia yang mengalami kelumpuhan ekonomi pada tahun 1997. Kondisi tersebut telah menggeser struktur keluarga yang sebelumnya bersifat *traditional earner* atau *single earner*, di mana hanya suami sebagai kepala keluarga yang bekerja (Ginanjari et al., 2020). Hal ini selaras dengan data dari Biro Pusat Statistik (2022) yang menunjukkan bahwa sebanyak 60% keluarga di Indonesia khususnya area perkotaan memiliki lebih dari satu anggota keluarga yang bekerja. Selain itu, berdasarkan penelitian oleh Azka dan Ninin (2023), persentase keluarga berpenghasilan ganda meningkat setiap tahun dengan data pada tahun 2022 sebanyak 87, 62% suami dan istri bekerja di kota dan desa.

Adanya kondisi pasangan suami istri yang sama-sama mencari nafkah tentu dapat membawa sejumlah dampak positif bagi keluarga. Salah satunya adalah dapat membantu meningkatkan kondisi finansial dan terpenuhinya kebutuhan ekonomi keluarga, apalagi pada masa sekarang biaya hidup semakin tinggi sehingga satu sumber penghasilan belum tentu mampu memenuhi kebutuhan keluarga. Selain itu, pasangan suami dan istri sama-sama bekerja agar dapat lebih leluasa membeli barang yang diinginkan secara personal tanpa menggunakan uang belanja pokok untuk kebutuhan rumah tangga, dapat mengembangkan minat dan kemampuannya, menghilangkan kebosanan selama di rumah, dan memenuhi kebutuhan harga diri keluarga sehingga lebih mudah diterima di lingkungan masyarakat (Sari, 2021).

Selain memiliki peran untuk bekerja, beberapa pasangan suami istri juga memiliki peran sebagai orang tua yang mengasuh anak-anak saat berada di rumah. Setiap orang tua pasti menginginkan kualitas pengasuhan yang baik bagi anak-anaknya. Menurut Ngewa (2021), pengasuhan yang berkualitas meliputi perawatan kesehatan, pemenuhan gizi, kasih sayang, dan stimulasi. Hal ini bisa dilakukan dengan penyediaan makanan bergizi, waktu bermain yang cukup, dan dukungan bagi anak dalam bersosialisasi dengan anak lain (Maulana & Eliasa, 2024). Pengasuhan anak juga berdampak terhadap perkembangan kognitif, sosio-emosional, dan perilaku anak terutama di usia dini. Hal ini karena anak-anak sangat dipengaruhi lingkungan sekitar dan interaksi dengan orang tua (Aufa & Zaratuzar, 2025).

Pengasuhan anak memang sering kali lebih dibebankan kepada istri atau ibu, padahal ayah atau suami juga sesungguhnya memiliki tanggung jawab untuk membantu mengasuh anak. Keterlibatan ayah saat mengasuh anak dapat memengaruhi perkembangan serta kesejahteraan psikologis anak di masa remaja. Semakin tinggi keterlibatan ayah dalam pengasuhan, maka semakin baik pula individu dalam memandang dan memahami diri sendiri (Risnawati, 2021). Keterlibatan ayah dapat diamati dari seberapa besar usaha yang dilakukan secara langsung maupun tidak. Ayah yang senantiasa hadir dan merawat anaknya secara mandiri akan lebih meningkatkan rasa percaya diri dalam menyelesaikan tugas-tugas pengasuhan anak (Istiyati, 2020). Penelitian dari Sairah dan Chandra (2022) turut membuktikan bahwa ayah yang terlibat dalam pengasuhan merasakan kenyamanan hubungan dengan anak-anaknya karena didasari oleh keyakinan ayah untuk terlibat dalam pengasuhan.

Namun, pada pasangan *dual earner* sendiri tentu memiliki keterbatasan waktu dan tenaga saat mengasuh anak karena lebih banyak menghabiskan waktu di tempat kerja dalam satu hari sehingga sesampai di rumah mereka merasa kelelahan. Oleh karena itu, kesempatan mereka untuk mengasuh dan menjalin kedekatan dengan anak lebih sedikit. Di samping itu, terdapat pula sejumlah tugas domestik atau rumah tangga seperti membersihkan rumah, mencuci pakaian, memasak, dan lain sebagainya yang perlu diselesaikan. Hal ini seringkali berdampak pula pada keterbatasan interaksi antara suami dan istri (Alimi & Darwis, 2022).

Agar tugas-tugas tersebut dapat dikerjakan dengan baik suami dan istri perlu saling bekerja sama dalam membagi tugas secara merata, baik tugas mengasuh anak dan tugas mengurus rumah tangga. Suami dan istri juga dapat meningkatkan kemampuan manajemen waktu, menetapkan prioritas, dan menjaga komunikasi yang teratur sehingga keharmonisan dalam keluarga dapat tetap terjaga (Agustin, Sunarti, & Herawati, 2025).

Ketika suami dan istri kurang mampu bekerja sama dalam menyeimbangkan tugas pekerjaan serta domestik, dapat menimbulkan sejumlah dampak negatif salah satunya adalah beban ganda bagi salah satu pihak (Errandy, Izzati, & Darmawan, 2024). Dalam jangka waktu panjang salah satu pasangan yang terus-menerus melakukan seluruh pekerjaan rumah tangga dan pekerjaan kantor sekaligus akan merasa terbebani. Apabila tugas-tugas yang diemban bersamaan tersebut tidak dapat terselesaikan dengan baik, hal ini dapat memicu konflik peran bagi suami dan istri (Widiningtyas, 2022). Mereka yang mengalami konflik peran menjadi mudah rentan terhadap stres pengasuhan sehingga kesulitan dalam mengelola tugas pengasuhan (Chen & Li, 2012; Amalia, Abidin & Lubis, 2022). Pasangan suami istri dapat merasakan kehilangan waktu, energi, *self-esteem*, kendali, kebahagiaan, serta kasih sayang saat mengasuh anak (Zelman & Ferro, 2018). Stres pengasuhan yang semakin tinggi juga akan berdampak pada kurangnya kedekatan antara orang tua dan anak serta meningkatnya frekuensi penggunaan kata-kata kasar, berteriak, dan menampar (Chung et al., 2022) yang akhirnya dapat memengaruhi kualitas pengasuhan anak.

Sejumlah permasalahan yang dialami pasangan *dual earner* ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah budaya patriarki yang masih dianut oleh sejumlah masyarakat Indonesia. Budaya patriarki memandang bahwa laki-laki berperan sebagai kontrol utama dalam rumah tangga sedangkan perempuan hanya sebagai pendamping laki-laki. Pandangan tersebut membuat suami mengharapkan istri dapat melayaninya sekaligus mengurus pekerjaan rumah tangga. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Tiffany, Sartika, dan Lidya (2023) yang menyatakan bahwa istri cenderung lebih banyak melakukan kegiatan dalam ranah domestik dan pengasuhan anak dibandingkan suami. Oleh karena itu, budaya patriarki dapat memicu kurangnya kontribusi suami dalam mengelola rumah tangga dan mengasuh anak.

Beberapa permasalahan tersebut sangat berkaitan dengan salah satu tujuan yang ingin dicapai dalam SDGs (*Sustainable Development Goals*), yaitu kesetaraan *gender* pada poin kelima yang dilihat dari sisi pembagian pekerjaan rumah tangga serta kesehatan dan kesejahteraan masyarakat pada poin ketiga yang dapat diperhatikan dari aspek psikologis. Hal ini juga sejalan dengan misi kelima Indonesia Emas 2045 mengenai Ketahanan Sosial Budaya dan Ekologi khususnya poin ke-14 yakni Keluarga Berkualitas, Kesetaraan Gender, dan Masyarakat Inklusif yang dapat dilakukan dengan memantapkan ketangguhan individu, keluarga, dan masyarakat. Hal ini dapat dipersiapkan mulai dari menjaga lingkungan keluarga dengan harmonis untuk mendukung perkembangan diri anak sejak dini.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat terlihat bahwa *dual earner couple* rentan mengalami ketidaksetaraan dalam pembagian tugas domestik yang dapat berujung pada stres pengasuhan sehingga memengaruhi kualitas mereka saat mengasuh anak. Maka dari itu, penting untuk menganalisis lebih dalam dampak pembagian tugas domestik dan stres pengasuhan dalam rumah tangga pada pengasuhan anak dari pasangan yang keduanya bekerja. Hal ini dilatarbelakangi oleh belum banyaknya penelitian mengenai *dual earner couple* yang dikaitkan dengan permasalahan-permasalahan tersebut, khususnya di era perkembangan teknologi saat ini. Sejumlah penelitian terdahulu lebih berfokus pada hubungan suami dan istri dalam *dual earner family*. Akan tetapi dalam penelitian ini responden yang dipilih mencakup baik ayah ataupun ibu yang bekerja, serta lebih berfokus dalam meneliti kedua dampak keterlibatan tugas domestik dan *parental stress* terhadap kualitas pengasuhan anak. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya literatur akademik di bidang sains, khususnya dalam pemahaman tentang kesejahteraan keluarga dan pengasuhan anak serta menjadi sumber referensi yang relevan

bagi para pihak pembuat kebijakan sehingga dapat membantu meningkatkan kesejahteraan keluarga *dual earner* dan kualitas pengasuhan anak dalam keluarga masing-masing. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh keterlibatan tugas domestik dan tingkat stres *dual earner couple* terhadap kualitas pengasuhan anak.

## METODE

Peneliti menggunakan metode kuantitatif dalam riset ini. Menurut Neuman (2013), penelitian kuantitatif adalah penelitian yang berfokus pada pengukuran variabel dan pengujian hipotesis yang menghasilkan data berbentuk angka. Pengumpulan data riset ini menggunakan teknik *purposive sampling* melalui penyebaran kuesioner secara daring maupun luring. Teknik penyebaran ini digunakan agar mendapatkan data yang sesuai dengan karakteristik spesifik responden dari target populasi yang dipilih, yaitu *dual earner couple*. Kriteria sampel penelitian ini mencakup berada di usia dewasa awal (20–40 tahun), suami dan istri sama-sama bekerja, memiliki anak minimal berusia 6 tahun ke atas, dan berdomisili di Jabodetabek. Dari kriteria sampel tersebut diperoleh responden sebesar 251 orang.

Adapun untuk variabel, dalam riset ini peneliti menggunakan keterlibatan tugas domestik dan stres pengasuhan sebagai variabel bebas. Variabel independen merupakan variabel yang memberikan efek hubungan kausal terhadap variabel dependen (Neuman, 2013). Adapun untuk variabel dependen, peneliti menggunakan kualitas pengasuhan. Variabel dependen sendiri merupakan variabel yang menerima efek kausal dari variabel bebas (Neuman, 2013). Kuesioner dalam riset ini terdiri atas 10 item yang menanyakan data demografis partisipan dan 71 item instrumen riset. Instrumen yang digunakan dalam riset ini merupakan instrumen yang diadaptasi dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia, terdiri dari instrumen keterlibatan tugas domestik, stres pengasuhan orang tua, dan kualitas pengasuhan anak.

Instrumen keterlibatan tugas domestik terdiri dari skala *subject involvement on household chores* dan skala *perception of partner involvement on household chores* dari Cerrato dan Cifre (2018) untuk mengukur keterlibatan partisipan serta persepsi partisipan terhadap pasangannya dalam melaksanakan tugas domestik. Untuk mengukur stres pengasuhan orang tua digunakan skala *Parental Stress* yang dirancang oleh Berry dan Jones (1995). Sementara itu, instrumen kualitas pengasuhan anak berasal dari *Parenting Behaviour and Dimensions Questionnaire* dari Reid, Roberts, Roberts, dan Piek (2015) yang mengukur enam dimensi, yaitu kehangatan emosional (*Emotional warmth*), disiplin punitif atau disiplin yang menghukum (*Punitive discipline*), dukungan otonomi (*autonomy support*), kecemasan orang tua terhadap anak (*Anxiety intrusiveness*), disiplin permisif (*Permissive discipline*), disiplin demokratis (*Democratic discipline*).

Proses adaptasi keempat alat ukur mengacu pada tahapan adaptasi menurut Beaton et al. (2000), yakni *initial translation*, *back translate*, sintesis terjemahan, *expert judgement*, dan uji coba alat ukur. Berdasarkan hasil uji coba alat ukur, masing-masing instrumen memiliki reliabilitas yang baik, yakni 0,734 untuk Skala *Subject Involvement on Household Chores*, 0,773 untuk Skala *Perception of Partner Involvement on Household Chores*, 0,705 untuk *Parental Stress Scale*, dan 0,715 untuk *Parenting Behaviour and Dimensions Questionnaire*. Pada instrumen *Parental Stress Scale* dan *Parenting Behaviour and Dimensions Questionnaire*, terdapat modifikasi berupa penyisihan sejumlah item setelah proses uji coba alat ukur. Hal ini dikarenakan terdapat item yang memiliki skor daya beda di bawah 0,3, sehingga tidak mampu mengukur variabel yang diukur.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Data Demografis

Pada kuesioner penelitian, partisipan diminta untuk mengisi sejumlah data demografis. Secara umum data demografis yang diperoleh dari partisipan mengenai usia, jenis kelamin, domisili, status pekerjaan, jumlah pendapatan dan pengeluaran, usia pernikahan, jumlah anak, dan pengasuh anak ketika partisipan tengah bekerja. Berikut merupakan rincian data

demografis dari partisipan riset. Berdasarkan jenis kelamin, terdapat 159 responden (63,35%) berjenis kelamin perempuan dan 92 responden (36,65%) berjenis kelamin laki-laki. Adapun untuk domisili, mayoritas responden sebanyak 171 orang (68,12%) berdomisili di daerah Jakarta, sebanyak 28 responden (11,15%) berdomisili di Bekasi, sebanyak 21 responden (8,37%) berdomisili di Depok, sebanyak 19 responden (7,57%) berdomisili di Tangerang, dan sebanyak 12 responden (4,78%) berdomisili di Bogor. Adapun untuk data demografis lainnya disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1 Data Demografis Partisipan Riset (N = 251)

Data Demografis	Persentase
Usia Partisipan	
- 20–29 tahun	29,9
- 30-40 tahun	70,1
Status Pekerjaan Partisipan	
- Karyawan swasta	45,8
- Aparatur Sipil Negara (ASN)	36,3
- Wirausaha	10,8
- Profesi	6,0
- Honorer	0,8
Status Pekerjaan Pasangan Partisipan	
- Karyawan swasta	45,4
- Aparatur Sipil Negara (ASN)	35,5
- Wirausaha	11,2
- Profesi	6,8
- Honorer	0,8

### Analisis Statistika Deskriptif

Instrumen Parenting Behaviour and Dimensions Questionnaire yang digunakan untuk mengukur kualitas pengasuhan anak bersifat multidimensional, yang berarti melibatkan berbagai aspek atau dimensi dalam pengasuhan. Oleh karena itu, analisis statistika deskriptif harus dilakukan terhadap keenam dimensi yang telah dijelaskan sebelumnya satu per satu. Setiap dimensi ini memberikan wawasan yang berbeda mengenai gaya pengasuhan, termasuk cara orang tua mendampingi, mendisiplinkan, dan mendukung anak mereka dalam berbagai aspek kehidupan. Tabel 2 menunjukkan hasil perhitungan analisis statistika deskriptif dari data partisipan, yang memberikan gambaran kuantitatif mengenai pola pengasuhan yang diterapkan dalam sampel yang diteliti. Analisis ini penting untuk memahami perbedaan pengasuhan antar individu dan bagaimana masing-masing dimensi berkontribusi terhadap kualitas pengasuhan secara keseluruhan.

Tabel 2 Hasil Analisis Statistika Deskriptif dari Variabel Independen dan Dependen (N =251)

Variabel	Mean	Standar Deviasi	Nilai Maksimum	Nilai Minimum
Kehangatan emosional	31,42	2,201	36,00	24,00
Disiplin punitif	4,70	1,785	11,00	2,00
Rasa cemas orang tua terhadap anak	27,56	2,958	36,00	17,00
Dukungan otonomi	15,57	1,332	18,00	11,00
Disiplin permisif	21,45	3,700	32,00	7,00
Disiplin demokratis	25,54	2,184	30,00	17,00
<i>Subject involvement</i>	37,67	5,507	49,00	23,00
<i>Partner involvement</i>	37,07	5,184	49,00	23,00
<i>Parental stress</i>	26,49	4,763	46,00	15,00

Hasil perhitungan analisis statistika deskriptif mengindikasikan bahwa mean dari setiap variabel dan dimensi mendekati nilai maksimum atau nilai minimum dari keseluruhan skor partisipan. Kehangatan emosional merupakan salah satu dimensi yang meannya (31,42) mendekati nilai maksimum. Hal tersebut juga berlaku pada rasa cemas orang tua terhadap anak, dukungan otonomi, disiplin permisif, disiplin demokratis, *subject involvement on household chores*, *perception of partner involvement on household chores*, dan *parental stress*. Dengan demikian, dimensi dan variabel tersebut memiliki level yang cukup tinggi karena melampaui nilai tengah dari skala. Di sisi lain, disiplin punitif menjadi satu-satunya dimensi yang skor meannya (4,70) lebih mendekati nilai minimum (2). Hal ini menyiratkan bahwa tingkat disiplin punitif partisipan termasuk rendah karena berada di bawah nilai tengah dari skala disiplin punitif.

### Analisis Regresi Linear Berganda

Hasil analisis regresi linear berganda ditampilkan dalam dua bentuk tabel. Tabel 3 merupakan hasil uji One Way ANOVA yang menunjukkan signifikansi pengaruh variabel independen secara simultan terhadap variabel dependen, sedangkan Tabel 4 merupakan hasil analisis *coefficient* untuk mengukur signifikansi variabel independen secara parsial.

Tabel 3 Hasil Analisis Uji One Way ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig,
1	Regression	1229,812	3	409,937	11,578	<,001
	Residual	8639,543	244	35,408		
	Total	9869,355	247			

Tabel 4 Hasil Analisis *Coefficient*

Model		Unstandardized B	Coefficients Std, Error	Standardized Coefficient Beta	t	Sig,
1	(Constant)	112,274	4,334		25,905	<0,001
	<i>Subject Involvement</i>	0,189	0,070	0,164	2,693	0,008
	<i>Partner Involvement</i>	0,308	0,074	0,251	4,146	<0,001
	<i>Parental Stress</i>	-0,171	0,081	-0,127	-2,105	0,036

A. *Dependent Variable: Parenting Quality*

B. *Predictors: (Constant), Parental Stress, Partner Involvement, Subject Involvement*

Berdasarkan tabel ANOVA, diketahui bahwa skor Sig. adalah <0,001. Skor tersebut berada di bawah standar minimal signifikansi analisis regresi linear berganda, yakni  $p < 0,05$  (Yusuf et al., 2024). Dengan demikian, seluruh variabel independen berpengaruh signifikan secara simultan terhadap *parenting quality*. Sementara itu, hasil analisis regresi secara parsial menunjukkan bahwa masing-masing variabel independen berpengaruh signifikan terhadap *parenting quality*. Keterlibatan pasangan dalam tugas domestik merupakan variabel independen dengan signifikansi terbesar terhadap *parenting quality*, yaitu dengan skor Sig. < 0,001. Di sisi lain, keterlibatan subjek dalam tugas domestik memiliki skor signifikansi terbesar kedua (0,008), disusul oleh *parental stress* dengan skor signifikansi sebesar 0,036. Hal ini menandakan bahwa *partner involvement* memiliki pengaruh paling kuat terhadap kualitas pengasuhan *dual earner couple* ketimbang *subject involvement* dan *parental stress*.

Instrumen *Parenting Behaviour and Dimensions Questionnaire* yang bersifat multidimensional mengakibatkan analisis regresi linear berganda harus dilakukan terhadap

keenam dimensi seperti yang berlaku pada analisis statistika deskriptif. Hasil analisis regresi linear berganda dari variabel independen terhadap setiap dimensi dari variabel dependen ditampilkan dalam bentuk tabel-tabel sebagai berikut.

Tabel 5 Hasil analisis regresi linear berganda variabel independen terhadap kehangatan emosional

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,502 <sup>a</sup>	0,252	0,243	1,915

A. *Dependent Variable: Parenting Quality*

B. *Predictors: (Constant), Parental Stress, Partner Involvement, Subject Involvement*

Tabel 5 menunjukkan bahwa variabel keterlibatan tugas domestik dan stres pengasuhan orang tua memberi kontribusi pengaruh sebesar 0,252 atau 25,2% terhadap dimensi kehangatan emosional. Angka tersebut merupakan persentase kontribusi tertinggi dari seluruh dimensi yang ada. Dengan demikian, temuan ini mengindikasikan bahwa kehangatan emosional merupakan dimensi yang paling terdampak apabila orang tua mengalami keterlibatan tugas domestik serta stres pengasuhan dibandingkan dengan dimensi lainnya.

Kontribusi pengaruh terhadap kehangatan emosional ini selaras dengan sejumlah studi terdahulu. Bogdán et al. (2025) menyatakan bahwa kehangatan emosional mampu membentuk kondisi mental yang lebih seimbang bagi orang tua dan memastikan lingkungan keluarga stabil sekaligus mendukung bagi anak-anak. Kehangatan emosional (*emotional warmth*) dari orang tua sendiri dapat berwujud pujian terhadap perilaku anak yang disetujui, perhatian khusus dan cinta tanpa syarat, serta sikap penuh kasih sayang, menstimulasi, dan mendukung. Adanya kehangatan emosional juga cenderung mendorong pertumbuhan individualitas, pernyataan diri, dan regulasi anak-anak yang dapat menumbuhkan iklim emosional keluarga yang positif dan menumbuhkan hubungan yang dekat dan adaptif antara orang tua dan anak (Liu & Wang, 2021).

Tabel 6 Hasil analisis regresi linear berganda variabel independen terhadap disiplin punitif

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,402 <sup>a</sup>	0,162	0,152	1,645

A. *Dependent Variable: Parenting Quality*

B. *Predictors: (Constant), Parental Stress, Partner Involvement, Subject Involvement*

Tabel 6 menunjukkan bahwa variabel keterlibatan tugas domestik dan stres pengasuhan orang tua memberi kontribusi pengaruh sebesar 0,162 atau 16,2% terhadap disiplin punitif atau disiplin yang menghukum. Temuan ini memperkuat hasil penelitian Wolf, Freisthler, dan Chadwick (2021) yang menyimpulkan bahwa tingginya tingkat stres pengasuhan orang tua secara positif berhubungan dengan kemungkinan pengasuhan yang bersifat menghukum. Dengan demikian, stres pengasuhan menjadi faktor yang berpotensi meningkatkan terjadinya pengasuhan menghukum pada anak.

Tabel 7 Hasil analisis regresi linear berganda variabel independen terhadap dukungan otonomi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,392 <sup>a</sup>	0,154	0,143	1,233

A. *Dependent Variable: Parenting Quality*

B. *Predictors: (Constant), Parental Stress, Partner Involvement, Subject Involvement*

Selain itu, variabel keterlibatan tugas domestik dan stres pengasuhan orang tua turut memberi kontribusi pengaruh sebesar 0,154 atau 15,4% terhadap dukungan otonomi. Lingkungan yang mendukung otonomi dapat membantu membangun sumber daya dalam diri

sendiri seperti integrasi emosional dan motivasi intrinsik sehingga mengurangi risiko mengembangkan perilaku bermasalah. Sejalan dengan gagasan ini, sejumlah analisis tentang pengasuhan anak menunjukkan bahwa tingkat dukungan otonomi yang lebih tinggi berkaitan dengan rendahnya tingkat seseorang mengalami masalah internalisasi dan eksternalisasi (Vrolijk et al., 2020).

Tabel 8 Hasil analisis regresi linear berganda variabel independen terhadap rasa cemas orang tua terhadap anak

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,338 <sup>a</sup>	0,114	0,104	2,801

A. *Dependent Variable: Parenting Quality*

B. *Predictors: (Constant), Parental Stress, Partner Involvement, Subject Involvement*

Di sisi lain, variabel keterlibatan tugas domestik dan stres pengasuhan anak memberi kontribusi pengaruh sebesar 0,114 atau 11,4% terhadap rasa cemas orang tua pada anak. Apabila orang tua terlalu cemas pada anak, maka perilaku-perilaku tersebut dapat menghambat perkembangan otonomi dan kemandirian pada anak-anak. Kecemasan orang tua dapat berbentuk tindakan kekanak-kanakan dan memberikan perlindungan yang berlebihan, serta terlalu peduli terhadap keselamatan dan kebahagiaan anak (Reid, Roberts, Roberts, & Piek, 2015). Hal ini mencerminkan pola asuh yang tidak kontinu, protektif, dan memanjakan yang dianggap berdampak pada rasa penguasaan, agensi, efikasi diri, dan kontrol yang dirasakan anak. kontrol yang diterima, dan mencegah mereka mempelajari keterampilan coping dan regulasi emosi yang efektif.

Tabel 9 Hasil Analisis Regresi Linear Berganda Variabel Independen terhadap Disiplin Demokratif

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.238 <sup>a</sup>	0.056	0.045	2.134

A. *Dependent Variable: Parenting Quality*

B. *Predictors: (Constant), Parental Stress, Partner Involvement, Subject Involvement*

Kedua variabel independen pun memberi kontribusi pengaruh sebesar 0,056 atau 5,6% terhadap disiplin demokratif. Disiplin demokratif sendiri berfokus pada memberikan keseimbangan antara kemandirian, batasan, dan kepedulian terhadap kesejahteraan seluruh keluarga, di mana semua anggota keluarga memiliki suara ketika membuat keputusan keluarga (Li, 2023). Dalam konteks ini, orang tua yang pernah terkena hukuman fisik pada masa kanak-kanak mungkin akan mengulangi pola tersebut pada anaknya sendiri hanya ketika mereka merasakan stres pengasuhan yang tinggi saat berinteraksi dengan anaknya. Akan tetapi, ketika orang tua merasakan tingkat stres yang rendah, mereka akan cenderung mengadopsi pendekatan pengasuhan demokratis dan menghindari hukuman fisik pada anak-anak mereka (Senn et al., 2023).

Tabel 10 Hasil Analisis Regresi Linear Berganda Variabel Independen terhadap Disiplin Permisif

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.156 <sup>a</sup>	0.024	0.012	3.677

A. *Dependent Variable: Parenting Quality*

B. *Predictors: (Constant), Parental Stress, Partner Involvement, Subject Involvement*

Tabel 10 memperlihatkan bahwa kedua variabel independen memberikan kontribusi pengaruh sebesar 0,024 atau 2,4% terhadap disiplin permisif. Maka dari itu, disiplin permisif menjadi dimensi yang paling sedikit terdampak apabila orang tua mengalami keterlibatan

tugas domestik serta stres pengasuhan dibandingkan dengan dimensi lainnya. Hal ini disebabkan gaya pengasuhan permisif menekankan pada lingkungan yang hangat dan menerima dengan sedikit aturan atau hukuman. Menurut Aziz, Abdillah, & Martini (2025), orang tua yang permisif cenderung kurang mengawasi dan membimbing anak-anaknya secara ketat sehingga anak-anak dapat bebas melakukan hal-hal yang diinginkan. Kondisi ini menyebabkan disiplin permisif kurang berpengaruh terhadap kualitas pengasuhan anak.

Secara umum, hasil riset ini sejalan dengan hasil penelitian-penelitian sebelumnya yang telah menunjukkan bahwa keterlibatan tugas domestik dan stres dapat berdampak negatif terhadap kualitas pengasuhan pada pasangan suami istri yang keduanya bekerja. Misalnya penelitian yang dilakukan oleh Ginanjar, et al. (2020) menemukan bahwa keterlibatan tugas domestik memiliki pengaruh negatif terhadap kualitas pengasuhan anak. Meskipun demikian, riset ini memiliki beberapa perbedaan dengan penelitian terdahulu karena dilakukan di wilayah Jabodetabek serta menggunakan sampel yang relatif sedikit ketimbang penelitian-penelitian sebelumnya, yaitu 251 responden.

Selain kesimpulan teoritis, temuan riset ini memiliki sejumlah implikasi praktis untuk meningkatkan kualitas pengasuhan pada *dual earner couple*. Pertama, temuan ini dapat menjadi landasan bagi pembuat kebijakan di sektor pemerintahan untuk mengembangkan kebijakan dan program yang mendukung kesetaraan gender dalam pembagian tugas domestik. Kebijakan ini meliputi penyediaan layanan penitipan anak yang terjangkau, dukungan finansial untuk keluarga, dan pendidikan tentang kesetaraan gender. Instansi perusahaan juga dapat menerapkan kebijakan dan program yang mendukung keluarga dengan dua penghasilan, seperti penyediaan cuti keluarga yang lebih panjang, fleksibilitas kerja, dan dukungan untuk pengasuhan anak. Sementara itu, para praktisi di bidang psikologi keluarga dapat mengadakan intervensi dan psikoedukasi terkait kerja sama antara *dual earner couple* dalam pembagian tugas domestik yang seimbang sebagai upaya mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kesadaran keluarga terhadap pentingnya menjaga kualitas pengasuhan anak. Dengan demikian, *dual earner couple* dapat memahami dan aktif terlibat dalam mewujudkan pengasuhan berkualitas kepada anak-anak mereka.

## SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan tugas domestik dan tingkat stres pasangan *dual earner* berdampak signifikan terhadap kualitas pengasuhan anak di Jabodetabek. Pasangan dengan keterlibatan tugas domestik yang lebih besar dan tingkat stres yang lebih tinggi cenderung memberikan kualitas pengasuhan yang lebih rendah. Oleh karena itu, penting bagi pasangan *dual earner*, dapat membagi tugas domestik dan mengelola stres demi pengasuhan yang lebih berkualitas. Hasil penelitian ini juga menegaskan pentingnya dukungan lintas sektor dalam penerapan temuan di lapangan. Karena itu, pihak instansi pemerintah, pejabat publik, dan praktisi psikologi keluarga disarankan untuk bersinergi memfasilitasi kebijakan, intervensi, dan psikoedukasi bagi *dual earner couple*. Upaya-upaya tersebut diharapkan mampu meningkatkan kesadaran dan keterlibatan aktif *dual earner couple* tentang pentingnya menjaga kualitas pengasuhan melalui pembagian tugas domestik secara seimbang sekaligus pengelolaan stres secara sehat. Terakhir, direkomendasikan untuk penelitian selanjutnya dapat menggabungkan metode penelitian kuantitatif dengan kualitatif. Hal ini bertujuan agar hasil penelitian selanjutnya dapat lebih komprehensif dan mendalam mengenai pengaruh antara keterlibatan tugas domestik dan tingkat stres pada *dual earner couple* terhadap kualitas pengasuhan anak mereka.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Pembelajaran dan Kemahasiswaan (Belmawa) Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi yang telah memberikan pendanaan sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, S. B. F., Sunarti, E., & Herawati, T. (2025). Work family conflict on dual earner families: Influence of economic pressure, husband-wife interaction, family resilience. *TAZKIYA Journal of Psychology*, 13(1), 89–103. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v13i1.45403>
- Alimi, R., & Darwis, R. S. (2022). Kualitas interaksi keluarga dengan kondisi ibu bekerja. *Jurnal Pekerjaan Sosial*, 5(1), 27–36. <https://doi.org/10.24198/focus.v5i1.39609>
- Amalia, R. P., Abidin, F. A., & Lubis, F. Y. (2022). Stres pengasuhan, penilaian ibu terhadap COVID-19, dan pengasuhan suportif. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konseling*, 15(1), 51–62. <https://jurnal.ipb.ac.id/index.php/jikk/article/view/38133/23022>
- Aufa, N., & Zaratuzar. (2025). Pengaruh gaya pengasuhan terhadap perkembangan anak. *Journal of Children Education Research*, 1(1), 17–21. <https://doi.org/10.58477/cer.v1i1.102>
- Aziz, S. N., Abdillah, H., & Martini, E. (2025). The relationship between permissive parenting style and bullying behavior among nursing students. *Jurnal Keperawatan Priority*, 8(2), 129–139. <https://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/jukep/article/6398/4238/29028>
- Azka, F. A., & Ninin, R. H. (2023). Persepsi remaja dengan kedua orang tua yang bekerja mengenai keberfungsian keluarga. *Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung*, 5(1), 1–18. <https://doi.org/10.36269/psyche.v5i1.1077>
- Badan Pusat Statistik. (2022). <https://www.bps.go.id/id>
- Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F., & Ferraz, M. B. (2000). Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self-report measures. *Spine*, 25(24), 3186–3191. <https://doi.org/10.1080/000163599428823>
- Berry, J. D., & Jones, W. H. (1995). The parental stress scale: Initial psychometric evidence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(3), 463–472.
- Cano-Lozano, M. C., León, S. P., & Contreras, L. (2021). Relationship between punitive discipline and child-to-parent violence: The moderating role of the context and implementation of parenting practices. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1), 182. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010182>
- Cerrato, J., & Cifre, E. (2018). Gender inequality in household chores and work-family conflict. *Frontiers in Psychology*, 9, Article 1330. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01330>
- Chung, G., Lanier, P., & Wong, P. Y. J. (2022). Mediating effects of parental stress on harsh parenting and parent-child relationship during coronavirus (COVID-19) pandemic in Singapore. *Journal of Family Violence*, 37(5), 801–812. <https://doi.org/10.1007/s10896-020-00200-1>
- Erandy, R., Izzati, N., & Darmawan, A. (2024). Domestic revolution: Aligning career and household with gender equality principles. *Kawanua International Journal of Multicultural Studies*, 5(1), 56–72.
- Fajrin, N. P., & Purwastuti, L. A. (2022). Keterlibatan orang tua dalam pengasuhan anak pada dual earner family: Sebuah studi literatur. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 2725–2734.
- Ghani, M. U., Asghar, Z., Ahmad, A., & Ahmad, N. (2025). Parental stress and parenting styles as predictors of children's behavioral problems: The mediating role of parental burnout. *Healthcare*, 13(16), 1603. <https://doi.org/10.3390/healthcare131601603>

- GINANJAR, A. S., PRIMASARI, I., RAHMADINI, R., & ASTUTI, R. W. (2020). Hubungan antara work–family conflict dan work–family balance dengan kepuasan pernikahan pada istri yang menjalani dual-earner family. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konseling*, 13(2), 112–124.
- HANIK, E. U., & NAWAFILATY, T. (2018). Model pengasuhan alternatif dual-career family dalam pemenuhan kebutuhan asah anak. *Litbang Pemas – Universitas Islam Lamongan*.
- HARPEL, C. (1984). *An analysis of dual earner families in Canada*. Ontario: IRC Press.
- HUMAS. (2018). Uji linearitas. <https://penalaran-unm.org/uji-linearitas/>
- INDRAWAN, D., & JALILAH, S. R. (2021). Metode kombinasi/campuran bentuk integrasi dalam penelitian. *Jurnal Studi Guru dan Pembelajaran*, 4(3), 735–739.
- ISTIYATI, S., NUZULIANA, R., & SHALIHAH, M. (2020). Gambaran peran ayah dalam pengasuhan. *Jurnal PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 17(2), 12–16. <https://journals.itspku.ac.id/index.php/PROF/article/view/53>
- KUMALASARI, D., & FOURIANALISTYAWATI, E. (2021). Faktor-faktor objektif yang memprediksi mindful parenting pada ibu di Indonesia. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 14(1), 52–62. <https://journal.ipb.ac.id/index.php/jikk/article/view/31862>
- LI, P. (2023). Democratic parenting – Being fair without being permissive. *Parenting for Brain*. <https://www.parentingforbrain.com/democratic-parenting/>
- LIU, Q., & WANG, Z. (2021). Associations between parental emotional warmth, parental attachment, peer attachment, and adolescents' character strengths. *Children and Youth Services Review*, 120, Article 105765. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.105765>
- MASRURO, U., FAHMI, A. M., & MUNIR, S. (2021). Peran perempuan masa kini dalam implementasi nilai Pancasila sebagai penguat kesejahteraan ekonomi dan sosial. *Prosiding Seminar Nasional Ekonomi Pembangunan*, 1(2), 116–124. <http://conference.um.ac.id/index.php/esp/article/view/593/658>
- MAULANA, R., & ELIASA, E. I. (2024). Eksplorasi ciri khas dan tugas perkembangan anak usia dini (2–6 tahun): Implikasi fisik, kognitif, dan sosio-emosi dalam pendidikan dan pengasuhan. *Educational: Jurnal Inovasi Pendidikan dan Pengajaran*, 4(4), 239–252. <https://doi.org/10.51878/educational.v4i4.3404>
- NEUMAN, W. L. (2013). *Metode penelitian sosial: Pendekatan kualitatif dan kuantitatif* (Edisi ke-7). Jakarta: PT Indeks.
- NGEWA, H. (2021). Peran orang tua dalam pengasuhan anak. *EDUCHILD: Journal of Early Childhood Education*, 1(1), 96–115. <https://jurnal.iain-bone.ac.id/index.php/educhild/article/view>
- QOMARIAH, D. N. (2019). Persepsi masyarakat mengenai kesetaraan gender dalam keluarga. *Jurnal Cendekiawan Ilmiah*, 4(2), 52–58.
- RAHMAWATY, A. (2015). Harmoni dalam keluarga perempuan karir: Upaya mewujudkan kesetaraan dan keadilan gender dalam keluarga. *Jurnal Studi Gender*, 8(1), 1–34.
- RAMLAN, P. G. (2021). Memahami peran seorang working mom. <https://www.djkn.kemenkeu.go.id/kpkn-lahat/baca-artikel/14522/Memahami-Peran-Seorang-Working-Mom.html>
- RANGKUTI, A. A. (2019). *Statistika inferensial untuk psikologi dan pendidikan*. Jakarta: PrenadaMedia Group.
- RIZKILLAH, R., SUNARTI, E., & HERAWATI, T. (2015). Kualitas perkawinan dan lingkungan pengasuhan pada keluarga dengan suami istri bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konseling*, 8(1), 10–19.

- Roskam, I., Hoang, T. V., & Mikolajczak, M. (2022). Gender equality and maternal burnout: A 40-country study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 53(2), 157–178.
- Sairah, & Chandra, A. (2022). Daycare dan keterlibatan ayah pada pengasuhan anak. *Jurnal Obsesi: Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4181–4188.
- Sari, R. F. (2021). Peran ganda wanita dalam ekonomi keluarga, “Biarkan istri bekerja”. <https://bdkjakarta.kemenag.go.id/berita/peran-ganda-wanita-dalam-ekonomi-keluarga-biarkan-istri-bekerja>
- Senn, M., Stadelmann, C., Forster, F., Nussbeck, F. W., & Bodenmann, G. (2023). Parental stress mediates the effects of parental risk factors on dysfunctional parenting in first-time parents: A dyadic longitudinal study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 40(12), 4335–4358. <https://doi.org/10.1177/02654075231165340>
- Tiffany, K. T., Sartika, D. D., & Lidya, E. (2023). The analysis of gender roles division in dual career families. *HUMANISMA: Journal of Gender Studies*, 7(1), 24–35. <https://doi.org/10.30983/humanisme.v7i1.6395>
- Widiningtyas, K. (2022). Dinamika konflik peran ganda ibu bekerja yang menjalani dual earner family. *Psyche: Jurnal Psikologi*, 4(2), 202–218.
- Wolf, J. P., Freisthler, B., & Chadwick, C. (2021). Stress, alcohol use, and punitive parenting during the COVID-19 pandemic. *Child Abuse & Neglect*, 117, Article 105090. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2021.105090>
- Wulansari, D., & Krisnatuti, D. (2023). Marital interaction and marital role on marital satisfaction of dual earner family with school age children. *Journal of Child, Family, and Consumer Studies*, 2(2), 126–137. <https://journal.ipb.ac.id/index.php/jcfcs/article/view/48387/25906>
- Yunitasari, E., Triningsih, A., & Pradanie, R. (2019). Analysis of mother behavior factors in following program of breastfeeding support group in the region of Asemrowo Health Center Surabaya. *NurseLine Journal*, 4(2), 94–102.
- Yusuf, M. A., Sari, R. F., & Pratama, A. (2024). Analisis regresi linier sederhana dan berganda beserta penerapannya. *Journal on Education*, 6(2), 13331–13344.
- Zelman, J. J., & Ferro, M. A. (2018). The Parental Stress Scale: Psychometric properties in families of children with chronic health conditions. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 67(2), 240–252. <https://doi.org/10.1111/fare.12306>