

Bulletin of Educational Counseling Research

ISSN: XXXX-XXXX (Online) | Vol. 1, No. 1 July 2026 | www.becr-journal.org

The Influence of Positive Parenting on Parenting Stress in Parents of Elementary School-Aged Children

Nurlaila Intan Sari¹, Ika Ariyati², Nurul Aisyah³, Uly Aula Lutfia⁴

^{1,2,3} Ma'arif University Lampung, Metro, Indonesia

⁴ Al-Azhar University, Cairo, Egypt

*nrl.lalaintan28@email.com

ARTICLE INFO

Received: 03 June 2026
Revised: 21 June 2026
Accepted: 04 July 2026
Published: 25 July 2026

Keywords: positive parenting;
parenting stress; intensive parenting;
elementary school parents;
educational counseling.

Corresponding Author:
nrl.lalaintan28@email.com

DOI:
<https://doi.org/10.XXXXXX/BECR.XX.XX>

Copyright: ©BECR (2026)
License: CC BY 4.0

How to Cite:

Nurlaila Intan Sari, Ika Ariyati, Nurul Aisyah, & Uly Aula Lutfia. (2026). The Influence of Positive Parenting on Parenting Stress in Parents of Elementary School-Aged Children. *Bulletin of Educational Counseling Research*, 1(1), 1–17. Retrieved from <https://attractivejournal.com/index.php/becr/article/view/2681>

ABSTRACT

Parenting stress is one of the psychological challenges frequently experienced by parents in carrying out their parenting roles. Positive parenting is generally considered a protective factor that can help reduce parenting stress; however, the relationship between these variables may be more complex in daily parenting contexts. This study aimed to examine the effect of positive parenting on parenting stress among parents of students at MI Ma'arif NU 5 Sekampung. This study employed a quantitative correlational design involving 154 parents selected through stratified random sampling from a population of 253 parents. Data were collected using the Nicomachus-Positive Parenting (NPP; $\alpha = .817$) and the Parental Stress Scale (PSS; composite reliability $> .80$), and analyzed using descriptive statistics, Pearson correlation, and simple linear regression. The results revealed a significant positive relationship between positive parenting and parenting stress ($r = .249, p = .002$). Regression analysis also showed that positive parenting significantly predicted parenting stress ($\beta = .249, p = .002$) and accounted for 6.2% of the variance in parenting stress ($R^2 = .062$). Contrary to the initial hypothesis, higher levels of positive parenting were associated with higher levels of parenting stress. These findings suggest that positive parenting does not always function as a protective factor against parenting stress and may coexist with increased parenting demands and parental involvement. The study contributes to the understanding of family psychology and educational counseling by highlighting the dynamic and multidimensional relationship between positive parenting and parenting stress.

1. PENDAHULUAN

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang berperan penting dalam perkembangan anak, terutama pada masa usia sekolah dasar. Pada masa usia sekolah dasar, anak mulai menghadapi berbagai tuntutan akademik, sosial, dan emosional sehingga membutuhkan keterlibatan orang tua secara optimal. Orang tua tidak hanya bertanggung jawab memenuhi kebutuhan dasar anak, tetapi juga mendampingi perkembangan perilaku, proses belajar, dan penyesuaian sosial anak. Tuntutan pengasuhan yang semakin kompleks dapat menimbulkan tekanan psikologis pada orang tua, terutama ketika orang tua mengalami kesulitan dalam mendampingi perkembangan anak dan memenuhi kebutuhan pengasuhan sehari-hari. Penelitian menunjukkan bahwa *parenting stress* pada orang tua anak usia sekolah berkaitan dengan berbagai tekanan dalam pengasuhan dan berhubungan dengan kesejahteraan psikologis orang tua (Chen et al., 2022). Oleh karena itu, kualitas pola pengasuhan menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan dalam mendukung perkembangan anak sekaligus menjaga kesejahteraan psikologis orang tua.

Tuntutan pengasuhan yang tinggi sering kali menimbulkan *parenting stress* pada orang tua. *Parenting stress* merupakan kondisi tekanan psikologis yang muncul akibat tuntutan dalam menjalankan peran sebagai orang tua. Penelitian menunjukkan bahwa orang tua yang mengalami tingkat stres pengasuhan tinggi cenderung menunjukkan kualitas pengasuhan yang kurang optimal dan berpengaruh terhadap perilaku anak (Vargas Rubilar et al., 2022). Oleh sebab itu, diperlukan pendekatan pengasuhan yang mampu membantu orang tua dalam menghadapi tekanan pengasuhan secara lebih adaptif.

Salah satu pendekatan pengasuhan yang dinilai mampu membantu orang tua dalam menghadapi tekanan pengasuhan adalah *positive parenting*. *Positive parenting* merupakan pola pengasuhan yang menekankan hubungan hangat antara orang tua dan anak, komunikasi positif, konsistensi pengasuhan, serta keterlibatan aktif orang tua dalam perkembangan anak (Sanders, 1999). Melalui interaksi yang suportif dan responsif, *positive parenting* diyakini dapat membantu orang tua mengurangi tekanan yang muncul dalam proses pengasuhan. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian menunjukkan bahwa pengasuhan positif berkaitan dengan tingkat *parenting stress* yang lebih rendah serta berpengaruh terhadap perilaku anak yang lebih baik (Vargas Rubilar et al., 2022). Temuan tersebut menunjukkan bahwa *positive parenting* berpotensi menjadi salah satu pendekatan pengasuhan yang mendukung kualitas interaksi orang tua dan anak serta membantu orang tua menghadapi tuntutan pengasuhan sehari-hari.

Sementara itu, penelitian lain menunjukkan bahwa pola pengasuhan negatif berkaitan dengan meningkatnya tekanan emosional dan *burnout* pada orang tua (Ping et al., 2023).

Meskipun berbagai penelitian menunjukkan bahwa *positive parenting* berkaitan dengan tingkat *parenting stress* yang lebih rendah, masih terdapat gap konseptual dalam literatur mengenai hubungan kedua variabel tersebut. Sebagian penelitian memandang *positive parenting* sebagai faktor protektif yang membantu orang tua menghadapi tekanan pengasuhan melalui hubungan yang hangat, komunikasi positif, dan keterlibatan yang suportif. Berdasarkan perspektif ini, semakin tinggi penerapan *positive parenting* maka semakin rendah tingkat *parenting stress* yang dialami orang tua. Namun, perspektif *intensive parenting* menunjukkan pandangan yang berbeda. Menurut Novoa et al. (2022), pengasuhan modern sering kali menuntut orang tua untuk terlibat secara intens dalam kehidupan anak, memberikan perhatian besar, memantau perkembangan anak secara berkelanjutan, serta menempatkan kebutuhan anak di atas kebutuhan pribadi. Tingginya keterlibatan dan tuntutan tersebut berpotensi meningkatkan beban emosional serta tekanan psikologis yang dialami orang tua. Perbedaan kedua perspektif tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara *positive parenting* dan *parenting stress* belum sepenuhnya dapat dijelaskan melalui satu kerangka teoretis. Dengan demikian, masih diperlukan penelitian untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara *positive parenting* dan *parenting stress*.

Selain adanya gap konseptual tersebut, beberapa penelitian sebelumnya masih memiliki keterbatasan dalam menggambarkan hubungan antara *positive parenting* dan *parenting stress* secara lebih luas. Penelitian Ping et al. (2023) lebih banyak berfokus pada kondisi *parental burnout* dan perilaku bermasalah anak tanpa mengkaji secara spesifik *parenting stress* pada konteks pengasuhan anak usia sekolah dasar. Selain itu, penelitian Vargas Rubilar et al. (2022) dilakukan pada situasi pandemi COVID-19 sehingga hasil penelitian belum sepenuhnya menggambarkan kondisi pengasuhan dalam situasi normal sehari-hari. Di samping itu, sebagian penelitian sebelumnya dilakukan pada karakteristik responden dan konteks budaya yang berbeda sehingga generalisasi hasil penelitian pada lingkungan pendidikan dasar berbasis madrasah masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menguji hubungan dan pengaruh antara *positive parenting* terhadap *parenting stress* pada orang tua siswa madrasah ibtidaiyah sebagai upaya memperoleh bukti empiris yang dapat memperkaya pemahaman mengenai hubungan kedua variabel tersebut dalam konteks pengasuhan yang berbeda.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan dan pengaruh *positive parenting* terhadap *parenting stress* pada orang tua siswa madrasah ibtidaiyah. Orang tua yang mengalami *parenting stress* cenderung mengalami kesulitan dalam mengontrol emosi, memberikan perhatian yang optimal, serta membangun komunikasi positif dengan anak. Kondisi tersebut dapat berdampak pada perkembangan emosional dan sosial anak. Oleh sebab itu, diperlukan upaya untuk memahami faktor-faktor yang dapat membantu menurunkan *parenting stress*, salah satunya melalui penerapan *positive parenting* dalam kehidupan keluarga sehari-hari.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis maupun praktis dalam bidang psikologi keluarga dan pengasuhan anak. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai hubungan antara *positive parenting* dan *parenting stress* pada orang tua siswa sekolah dasar berbasis madrasah serta memperluas pemahaman mengenai peran perspektif *positive parenting* dan *intensive parenting* dalam menjelaskan dinamika stres pengasuhan. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam penyusunan program edukasi parenting, layanan konseling keluarga, dan kegiatan pendampingan orang tua di lingkungan sekolah guna membantu orang tua mengelola tekanan pengasuhan secara adaptif. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak sekolah dalam pengembangan layanan dan program pendampingan orang tua di lingkungan MI Ma'arif NU 5 Sekampung guna mendukung kesejahteraan keluarga dan perkembangan anak secara optimal.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dan pengaruh *positive parenting* terhadap *parenting stress* pada orang tua siswa MI Ma'arif NU 5 Sekampung. Berdasarkan literatur sebelumnya, *positive parenting* umumnya dipandang sebagai faktor protektif yang berpotensi menurunkan *parenting stress*, sedangkan perspektif *intensive parenting* menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua yang tinggi juga dapat meningkatkan tuntutan pengasuhan. Oleh karena itu, hipotesis penelitian ini dirumuskan bahwa *positive parenting* memiliki hubungan dan pengaruh yang signifikan terhadap *parenting stress* pada orang tua siswa MI Ma'arif NU 5 Sekampung. Penelitian ini dilakukan untuk memperoleh pemahaman empiris mengenai arah hubungan kedua variabel tersebut pada konteks orang tua siswa madrasah ibtidaiyah.

2. METODE

2.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Pendekatan kuantitatif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan tujuan menguji hipotesis melalui analisis data numerik (Sugiono, 2022). Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengukur hubungan dan pengaruh antara variabel *positive parenting* terhadap *parenting stress* secara objektif melalui data numerik.

Sementara itu, desain korelasional digunakan untuk mengetahui sejauh mana *positive parenting* berpengaruh terhadap tingkat *parenting stress* pada orang tua siswa MI Ma'arif NU 5 Sekampung. Desain korelasional digunakan untuk mengetahui hubungan maupun pengaruh antarvariabel yang diteliti tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel penelitian (Creswell, J. W., Creswell, 2018).

Penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana karena hanya melibatkan satu variabel independen, yaitu *positive parenting*, dan satu variabel dependen, yaitu *parenting stress*. Penggunaan desain tersebut dinilai sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh antara kedua variabel penelitian secara statistik.

2.2 Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah wali murid MI Ma'arif NU 5 Sekampung dengan jumlah populasi sebanyak 253 orang tua. Penelitian melibatkan orang tua yang aktif sebagai walimurid dan bersedia mengisi kuesioner penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan metode *stratified random sampling* agar setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi responden penelitian sesuai dengan karakteristik kelompok yang telah ditentukan. *Probability sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk terpilih menjadi sampel, sedangkan *stratified random sampling* digunakan apabila populasi memiliki karakteristik tertentu yang perlu dikelompokkan ke dalam strata (Sugiono, 2022).

Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 154 responden. Partisipan penelitian terdiri dari wali murid dari berbagai tingkat kelas di MI Ma'arif NU 5 Sekampung, dengan mayoritas responden merupakan ibu dibandingkan ayah. Sebelum penelitian dilakukan, peneliti terlebih dahulu meminta izin kepada kepala sekolah dan menjelaskan tujuan penelitian kepada responden. Penelitian ini juga memperhatikan kerahasiaan identitas serta persetujuan partisipan selama proses pengumpulan data.

2.3 Instrumen

Penelitian ini menggunakan dua instrumen, yaitu Skala *Nicomachus-Positive Parenting* (NPP) dan Skala *Parental Stress Scale* (PSS). Skala *Nicomachus-Positive Parenting* digunakan untuk mengukur tingkat *positive parenting* pada orang tua. Skala ini diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Marissa Chitra Sulastra dari instrumen *Nicomachus-Positive Parenting* (NPP) (Sulastra & Vivekananda, 2025). NPP terdiri dari empat dimensi, yaitu *nurturing values*, *strength identification and boosting*, *parenting context*, dan *involvement*, dengan total 16 item pernyataan favorable. Instrumen ini menggunakan model skala Likert lima poin dengan kategori respons mulai dari Sangat Tidak Setuju (STS) hingga Sangat Setuju (SS). Berdasarkan hasil penelitian adaptasi yang dilakukan oleh Sulastra & Vivekananda (2025), alat ukur ini dinyatakan valid dan reliabel dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar $\alpha = 0.817$.

Selain itu, penelitian ini juga menggunakan Skala *Parental Stress Scale* (PSS) untuk mengukur tingkat *parenting stress* pada orang tua. Skala ini mengacu pada alat ukur yang dikembangkan oleh Deater-Deckard dan telah divalidasi dalam konteks Indonesia oleh Dinie Ratri Desiningrum (Desiningrum et al., 2024). PSS terdiri dari 24 item yang mencakup dimensi *parent distress*, *difficult child*, dan *parent-child dysfunctional relationship*. Instrumen menggunakan model skala Likert lima poin dengan kategori respons yang disesuaikan dengan tujuan pengukuran variabel. Berdasarkan hasil validasi yang dilakukan oleh Desiningrum et al. (2024), PSS menunjukkan hasil *confirmatory factor analysis* (CFA) yang baik serta memiliki reliabilitas yang kuat dengan nilai *composite reliability* pada masing-masing dimensi berada di atas 0.80.

Sebelum digunakan dalam penelitian, kedua instrumen diuji kembali validitas dan reliabilitasnya menggunakan bantuan program IBM SPSS Statistics 26 untuk memastikan kesesuaian alat ukur dengan karakteristik responden penelitian. Hasil uji validitas

menunjukkan bahwa seluruh item pada Skala *Nicomachus-Positive Parenting* dan *Parental Stress Scale* memiliki nilai Corrected Item-Total Correlation di atas 0,30 sehingga dinyatakan valid. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa Skala *Nicomachus-Positive Parenting* memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,902 dan Skala *Parental Stress Scale* memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,856, sehingga kedua instrumen dinyatakan reliabel.

2.4 Prosedur Pengumpulan Data

Data penelitian dikumpulkan pada tanggal 5–10 Mei 2026 di MI Ma'arif NU 5 Sekampung, Lampung Timur. Sebelum pengumpulan data dilakukan, peneliti terlebih dahulu mengajukan izin penelitian kepada kepala sekolah MI Ma'arif NU 5 Sekampung serta menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *stratified random sampling* sesuai dengan tingkat kelas responden. Selanjutnya, kuesioner penelitian yang terdiri atas Skala *Nicomachus-Positive Parenting* (NPP) dan *Parental Stress Scale* (PSS) disusun dalam bentuk Google Form dan disebarikan kepada wali murid yang menjadi sampel penelitian. Responden diminta mengisi kuesioner secara mandiri dan sukarela sesuai dengan kondisi yang mereka alami. Setelah periode pengumpulan data berakhir, peneliti melakukan pemeriksaan kelengkapan respons, pengkodean data, serta tabulasi data sebelum dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics. Selama proses penelitian, kerahasiaan identitas responden dijaga dan seluruh data digunakan hanya untuk kepentingan penelitian.

2.5 Analisis Data

Data penelitian dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif dan inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta tingkat *positive parenting* dan *parenting stress* pada orang tua siswa MI Ma'arif NU 5 Sekampung. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, data terlebih dahulu diuji menggunakan uji prasyarat analisis berupa uji linieritas dan uji heteroskedastisitas untuk memastikan data memenuhi asumsi statistik yang diperlukan.

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi sederhana untuk mengetahui pengaruh *positive parenting* terhadap *parenting stress*. Analisis regresi sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh satu variabel independen terhadap satu variabel dependen serta memprediksi perubahan variabel dependen berdasarkan variabel independen (Ghozali, 2021). Analisis regresi sederhana dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk

melihat pengaruh satu variabel independen terhadap satu variabel dependen. Seluruh proses analisis data dilakukan menggunakan bantuan perangkat lunak IBM SPSS Statistics versi 26.

3. HASIL

3.1 Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk memperoleh gambaran umum mengenai skor *positive parenting* dan *parenting stress* pada orang tua anak usia sekolah dasar di MI Ma'arif NU 5 Sekampung. Berdasarkan hasil analisis terhadap 154 responden, variabel *positive parenting* memperoleh skor minimum 16, skor maksimum 80, nilai rata-rata 71,57, dan standar deviasi 9,41. Sementara itu, variabel *parenting stress* memperoleh skor minimum 59, skor maksimum 103, nilai rata-rata 78,79, dan standar deviasi 7,89. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat *positive parenting* yang relatif tinggi. Pada variabel *parenting stress*, rata-rata skor responden juga berada pada tingkat yang relatif tinggi dengan sebaran skor sebagaimana ditunjukkan pada nilai standar deviasi. Skor *parenting stress* yang diperoleh responden berkisar antara 59 hingga 103 dengan nilai rata-rata sebesar 78,79. Ringkasan hasil analisis deskriptif disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	N	Minimum	Maksimum	M	SD
Positive Parenting	154	16,00	80,00	71,57	9,41
Parenting Stress	154	59,00	103,00	78,79	7,89

Catatan. M = rerata; SD = standar deviasi

3.2 Uji Asumsi

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, data terlebih dahulu diuji melalui beberapa asumsi yang diperlukan dalam analisis regresi linear sederhana, yaitu uji linearitas dan uji heteroskedastisitas. Hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* sebesar 0,792 dengan nilai F sebesar 0,744 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara *positive parenting* dan *parenting stress* bersifat linear. Selain itu, nilai signifikansi pada *Linearity* sebesar 0,001 dengan nilai F sebesar 11,023 ($p < 0,05$) menunjukkan adanya hubungan linear yang signifikan antara kedua variabel. Selanjutnya, hasil uji heteroskedastisitas menggunakan metode Glejser menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,330. Karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa model

regresi tidak mengalami gejala heteroskedastisitas. Dengan terpenuhinya asumsi linearitas dan tidak ditemukannya gejala heteroskedastisitas, data penelitian dinyatakan memenuhi persyaratan untuk dianalisis menggunakan regresi linear sederhana.

3.3 Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hubungan dan pengaruh *positive parenting* terhadap *parenting stress* pada orang tua anak usia sekolah dasar di MI Ma'arif NU 5 Sekampung. Pengujian pertama dilakukan menggunakan korelasi Pearson untuk melihat hubungan antara kedua variabel. Hasil analisis menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,249 dengan nilai signifikansi 0,002. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *positive parenting* dan *parenting stress*. Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi skor *positive parenting* maka semakin tinggi pula skor *parenting stress* yang diperoleh responden. Sebaliknya, semakin rendah skor *positive parenting* maka semakin rendah skor *parenting stress*. Namun demikian, berdasarkan nilai koefisien korelasi, hubungan yang terbentuk termasuk dalam kategori rendah.

Tabel 2. Hasil Uji Korelasi Pearson antara Positive Parenting dan Parenting Stress

Variabel	Koefisien Korelasi	Sig.	N	Keterangan
Positive Parenting dan Parenting Stress	0,249	0,002	154	Signifikan

Catatan. Sig. = signifikansi.

Selanjutnya dilakukan uji regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh *positive parenting* terhadap *parenting stress*. Hasil uji model regresi menunjukkan nilai F sebesar 10,015 dengan nilai signifikansi sebesar 0,002. Nilai tersebut menunjukkan bahwa model regresi signifikan sehingga model layak digunakan untuk menjelaskan pengaruh *positive parenting* terhadap *parenting stress*.

Tabel 3. Hasil Uji Model Regresi

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	588,956	1	588,956	10,015	0,002
Residual	8938,973	152	58,809	—	—
Total	9527,929	153	—	—	—

Hasil uji koefisien regresi menunjukkan bahwa *positive parenting* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *parenting stress*. Nilai koefisien regresi tidak terstandar sebesar $B = 0,178$, nilai koefisien beta terstandar sebesar $\beta = 0,249$, nilai t sebesar 3,165, dan nilai signifikansi sebesar 0,002. Hasil tersebut menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan skor *positive parenting* diprediksi meningkatkan skor *parenting stress* sebesar 0,178 satuan. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh *positive parenting* terhadap *parenting stress* dapat diterima.

Tabel 4. Hasil Uji Koefisien Regresi

Model	B	Std. Error	β	t	Sig.
Konstanta	66,102	4,055	—	16,299	<0,001
Positive Parenting	0,178	0,056	0,249	3,165	0,002

Berdasarkan hasil tersebut, persamaan regresi yang diperoleh adalah: *Parenting Stress* = $66,102 + 0,178 \times \text{Positive Parenting}$. Persamaan tersebut menunjukkan bahwa apabila skor *positive parenting* meningkat satu satuan maka skor *parenting stress* diprediksi meningkat sebesar 0,178 satuan.

Tabel 5. Hasil Koefisien Determinasi

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
0,249	0,062	0,056	7,669

Hasil koefisien determinasi menunjukkan nilai R Square sebesar 0,062. Artinya, *positive parenting* mampu menjelaskan variasi *parenting stress* sebesar 6,2%, sedangkan 93,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian ini. Berdasarkan keseluruhan hasil pengujian, dapat disimpulkan bahwa *positive parenting* memiliki hubungan positif yang signifikan dan berpengaruh positif secara signifikan terhadap *parenting stress* pada orang tua anak usia sekolah dasar di MI Ma'arif NU 5 Sekampung.

4. PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *positive parenting* terhadap *parenting stress* pada orang tua siswa MI Ma'arif NU 5 Sekampung. Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana, ditemukan bahwa *positive parenting* berpengaruh signifikan terhadap *parenting stress* dengan nilai $p = 0,002$ ($< 0,05$). Selain itu, hasil uji korelasi menunjukkan koefisien sebesar $r = 0,249$ yang menandakan adanya hubungan signifikan antara *positive*

parenting dan *parenting stress*. Nilai *R Square* sebesar 0,062 menunjukkan bahwa *positive parenting* memberikan kontribusi sebesar 6,2% terhadap *parenting stress*, sedangkan 93,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun hubungan yang ditemukan signifikan secara statistik, kontribusi *positive parenting* dalam menjelaskan *parenting stress* relatif kecil, sehingga *parenting stress* kemungkinan juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *positive parenting* memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *parenting stress* pada orang tua siswa MI Ma'arif NU 5 Sekampung. Artinya, semakin tinggi *positive parenting*, semakin tinggi pula *parenting stress* yang dilaporkan oleh orang tua. Temuan ini berbeda dengan sebagian besar penelitian sebelumnya yang memandang *positive parenting* sebagai faktor protektif terhadap *parenting stress*. Namun demikian, hasil penelitian ini sejalan dengan perspektif *intensive parenting* yang menjelaskan bahwa keterlibatan orang tua yang tinggi dalam pengasuhan dapat disertai dengan meningkatnya tuntutan, beban emosional, dan tekanan psikologis yang dialami orang tua (Novoa et al., 2022). Oleh karena itu, temuan ini menunjukkan bahwa hubungan antara *positive parenting* dan *parenting stress* dapat bersifat lebih kompleks serta dipengaruhi oleh dinamika dan tuntutan pengasuhan yang dihadapi orang tua.

Salah satu kemungkinan penjelasan terhadap temuan tersebut adalah bahwa orang tua yang berusaha menerapkan *positive parenting* secara konsisten justru dapat mengalami tekanan yang lebih besar dalam proses pengasuhan. Temuan ini dapat dipahami melalui konsep *intensive parenting*. Menurut Novoa et al. (2022) pengasuhan modern semakin menuntut orang tua untuk memberikan perhatian yang intens kepada anak, mencurahkan energi emosional yang besar, memantau perilaku pengasuhan secara berkelanjutan, serta menempatkan kebutuhan anak di atas kebutuhan pribadi. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengasuhan yang semakin intens berpotensi menurunkan kesejahteraan psikologis orang tua karena meningkatnya tuntutan dan beban pengasuhan yang harus dipenuhi. Dengan demikian, hubungan positif antara *positive parenting* dan *parenting stress* dalam penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan pengasuhan yang tinggi tidak selalu diikuti oleh berkurangnya tekanan pengasuhan, tetapi dalam kondisi tertentu justru dapat meningkatkan beban psikologis orang tua.

Penjelasan tersebut menjadi relevan karena penerapan *positive parenting* pada dasarnya menuntut keterlibatan orang tua yang cukup besar dalam kehidupan anak. Orang tua diharapkan mampu hadir secara emosional, membangun komunikasi yang hangat, memberikan dukungan yang konsisten, serta mengendalikan respons terhadap berbagai perilaku anak. Seluruh proses tersebut memerlukan

waktu, kesabaran, energi emosional, dan komitmen yang tidak sedikit. Pada orang tua yang juga harus menjalankan berbagai tanggung jawab lain, seperti pekerjaan, pengelolaan rumah tangga, maupun pemenuhan kebutuhan keluarga, tuntutan untuk mempertahankan pola asuh positif dapat menjadi sumber tekanan tambahan. Oleh karena itu, semakin tinggi upaya orang tua dalam menerapkan *positive parenting*, semakin besar pula kemungkinan mereka merasakan *parenting stress* sebagai konsekuensi dari tingginya keterlibatan dalam proses pengasuhan.

Selain tuntutan internal dalam pengasuhan, tekanan sosial juga dapat menjadi faktor yang memperkuat munculnya *parenting stress*. Penelitian Venard et al. (2024) menunjukkan bahwa orang tua sering merasakan tekanan untuk menjadi "orang tua yang sempurna" sesuai standar sosial yang berlaku. Hasil penelitian tersebut menemukan bahwa persepsi terhadap tekanan sosial berkaitan dengan keterlibatan pengasuhan yang semakin tinggi dan kecenderungan orang tua untuk lebih protektif terhadap anak. Kondisi ini menunjukkan bahwa semakin besar upaya orang tua untuk memenuhi standar pengasuhan yang dianggap ideal, semakin besar pula kemungkinan munculnya tekanan dalam menjalankan peran pengasuhan. Meskipun demikian, tingginya *parenting stress* yang menyertai *positive parenting* tidak serta-merta menunjukkan bahwa pola asuh tersebut berdampak negatif terhadap perkembangan anak.

Temuan Flannery et al. (2023) menunjukkan bahwa *positive parenting* berperan sebagai faktor penting dalam perkembangan perilaku anak. Dengan demikian, hubungan positif yang ditemukan dalam penelitian ini tidak menunjukkan bahwa *positive parenting* merupakan pola asuh yang maladaptif, melainkan mengindikasikan bahwa penerapan *positive parenting* dapat berjalan bersamaan dengan munculnya *parenting stress* pada orang tua.

Berbeda dengan temuan penelitian ini, Carroll (2022) menemukan bahwa program *positive parenting* berkaitan dengan penurunan *parenting stress*. Perbedaan hasil tersebut kemungkinan disebabkan oleh karakteristik penelitian yang berbeda. Penelitian Carroll (2022) dilakukan dalam bentuk intervensi parenting workshop yang memberikan pelatihan, dukungan sosial, serta strategi pengasuhan yang terstruktur kepada orang tua. Sementara itu, penelitian ini mengkaji penerapan *positive parenting* dalam konteks kehidupan sehari-hari tanpa adanya intervensi khusus. Akibatnya, meskipun orang tua berupaya menerapkan pengasuhan positif, berbagai tuntutan dan tantangan pengasuhan tetap dapat dirasakan sebagai sumber tekanan yang meningkatkan *parenting stress*.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan temuan Fang et al. (2024) serta Swanson dan Hannula (2022) yang menunjukkan bahwa *parenting stress* merupakan fenomena multidimensional yang dipengaruhi oleh berbagai faktor selain pola asuh. Fang et al. (2024) melalui *systematic review* menemukan bahwa *parenting stress* berkaitan dengan kondisi psikologis orang tua, masalah perilaku anak, dukungan sosial, dan tingkat pendidikan orang tua.

Sementara itu, Swanson dan Hannula (2022) menunjukkan bahwa berbagai tuntutan dalam pengasuhan dapat meningkatkan *parenting stress*, sedangkan dukungan sosial memiliki pengaruh langsung dalam menurunkan *parenting stress* dan *parental role strain*. Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa kontribusi *positive parenting* terhadap *parenting stress* hanya sebesar 6,2%, sedangkan 93,8% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian. Dengan demikian, *positive parenting* memang memiliki peran dalam dinamika pengasuhan, tetapi bukan satu-satunya faktor yang menentukan tinggi rendahnya *parenting stress* pada orang tua.

Rendahnya nilai koefisien determinasi dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar variasi *parenting stress* dijelaskan oleh faktor lain di luar *positive parenting*. Temuan ini sejalan dengan penelitian Okelo et al. (2024) yang menemukan bahwa tingkat pendidikan, usia orang tua, pendapatan keluarga, dan karakteristik anak turut berkontribusi terhadap *parenting stress*. Penelitian tersebut menegaskan bahwa *parental stress* muncul ketika tuntutan pengasuhan melebihi sumber daya yang tersedia untuk mengatasinya (Okelo et al., 2024). Oleh karena itu, hubungan positif yang ditemukan dalam penelitian ini perlu dipahami sebagai bagian dari interaksi berbagai faktor yang lebih luas, bukan semata-mata akibat penerapan *positive parenting*.

Penjelasan tersebut juga didukung oleh penelitian Lo et al. (2023) yang menegaskan bahwa *parenting stress* dipengaruhi oleh faktor sosial, budaya, dan komunitas di sekitar orang tua. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa bentuk dukungan yang diterima orang tua serta nilai-nilai keluarga yang dianut dapat berhubungan dengan tingkat *parenting stress* yang dirasakan. Temuan ini memperlihatkan bahwa pengalaman *parenting stress* tidak dapat dilepaskan dari konteks lingkungan tempat orang tua menjalankan peran pengasuhan. Dengan demikian, *parenting stress* yang dialami responden dalam penelitian ini kemungkinan tidak

hanya berasal dari interaksi orang tua dan anak, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi sosial dan budaya yang melingkupinya.

Dalam konteks MI Ma'arif NU 5 Sekampung, tingginya *parenting stress* juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik kehidupan orang tua sehari-hari. Orang tua siswa madrasah sering kali menghadapi berbagai tuntutan sekaligus, seperti tanggung jawab ekonomi keluarga, pekerjaan rumah tangga, pendampingan belajar anak, pendidikan agama, serta pengawasan perilaku anak di rumah maupun di sekolah. Kondisi tersebut tampak sejalan dengan hasil deskriptif penelitian yang menunjukkan bahwa rata-rata skor *positive parenting* dan *parenting stress* sama-sama berada pada tingkat yang relatif tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa tekanan pengasuhan merupakan pengalaman yang cukup umum dialami oleh orang tua siswa MI Ma'arif NU 5 Sekampung. Oleh karena itu, tingginya *parenting stress* dalam penelitian ini lebih mungkin mencerminkan kondisi nyata yang dialami responden daripada sekadar karakteristik instrumen pengukuran yang digunakan. Dalam situasi seperti ini, orang tua yang justru lebih peduli dan lebih terlibat terhadap anak kemungkinan memiliki keterlibatan emosional yang lebih besar, sehingga juga lebih mudah merasakan kelelahan, kekhawatiran, maupun tekanan dalam pengasuhan. Dengan demikian, *parenting stress* tidak selalu menunjukkan kegagalan pengasuhan, tetapi dapat pula muncul sebagai konsekuensi dari keterlibatan pengasuhan yang tinggi. Berbagai temuan tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara *positive parenting* dan *parenting stress* tidak dapat dipahami secara sederhana sebagai hubungan yang selalu bersifat protektif. Sebaliknya, hubungan kedua variabel tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi dalam konteks kehidupan keluarga.

Secara teoretis, penelitian ini menunjukkan bahwa *positive parenting* tidak selalu berfungsi sebagai faktor protektif yang secara otomatis menurunkan *parenting stress*. Dalam kondisi tertentu, terutama ketika pengasuhan dilakukan secara intensif dan disertai tuntutan sosial yang tinggi, *positive parenting* justru dapat berjalan berdampingan dengan meningkatnya *parenting stress*. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa hubungan antara *positive parenting* dan *parenting stress* bersifat dinamis dan multidimensional, sehingga tidak dapat dijelaskan hanya melalui satu faktor tunggal. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menambah kajian dalam psikologi keluarga bahwa kesejahteraan psikologis orang tua dipengaruhi oleh interaksi yang kompleks antara pola asuh, tuntutan pengasuhan, sumber daya pribadi, serta dukungan sosial yang dimiliki orang tua.

Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan implikasi bagi praktik bimbingan dan konseling pendidikan, khususnya bagi guru BK, konselor sekolah, dan pihak madrasah. Program parenting di sekolah tidak hanya perlu menekankan pentingnya *positive parenting*, tetapi juga perlu memberi ruang bagi orang tua untuk memahami, mengelola, dan mengekspresikan *parenting stress* yang mereka alami. Pendampingan orang tua melalui seminar parenting, kelompok diskusi wali murid, konseling keluarga, maupun psikoedukasi mengenai manajemen stres pengasuhan dapat menjadi langkah yang bermanfaat. Dengan demikian, orang tua tidak hanya didorong untuk menerapkan pengasuhan positif, tetapi juga memperoleh dukungan emosional dalam menjalani peran pengasuhan.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, kontribusi *positive parenting* terhadap *parenting stress* tergolong kecil, yaitu hanya 6,2%, sehingga masih banyak faktor lain yang belum diteliti. Kedua, penelitian menggunakan desain kuantitatif korelasional sehingga belum dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat secara mendalam. Ketiga, data diperoleh melalui *self-report* kuesioner sehingga sangat bergantung pada persepsi subjektif responden saat mengisi instrumen. Keempat, terdapat satu responden yang memperoleh skor minimum pada variabel *positive parenting*. Meskipun nilai tersebut tergolong ekstrem dibandingkan sebagian besar responden lainnya, data tetap dipertahankan karena memenuhi kriteria kelengkapan pengisian dan tidak ditemukan indikasi kesalahan input data. Kelima, penelitian ini hanya dilakukan pada satu madrasah ibtidaiyah, yaitu MI Ma'arif NU 5 Sekampung, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan pada konteks sekolah dasar atau madrasah di wilayah lain yang memiliki karakteristik berbeda. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan beberapa sekolah maupun wilayah yang berbeda agar dapat diperoleh gambaran yang lebih komprehensif. Keenam, mayoritas responden dalam penelitian ini merupakan ibu, sehingga pengalaman ayah dalam pengasuhan belum tergambarkan secara seimbang. Kondisi ini membatasi representasi karakteristik orang tua dalam penelitian serta mempersempit variasi karakteristik populasi yang terwakili, sehingga penelitian selanjutnya disarankan melibatkan proporsi ayah dan ibu yang lebih seimbang untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara *positive parenting* dan *parenting stress*.

Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian selanjutnya disarankan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi *parenting stress*, seperti dukungan sosial, kondisi ekonomi keluarga, perilaku anak, *self-compassion* orang tua, kesejahteraan psikologis, maupun

konflik peran keluarga. Penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan metode campuran (*mixed methods*) atau wawancara mendalam agar pengalaman emosional orang tua dalam menerapkan *positive parenting* dapat tergambarkan lebih komprehensif. Dengan demikian, pemahaman mengenai hubungan *positive parenting* dan *parenting stress* dapat dikaji secara lebih mendalam dan kontekstual.

5. SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa *positive parenting* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *parenting stress* pada orang tua siswa MI Ma'arif NU 5 Sekampung. Temuan menunjukkan bahwa semakin tinggi penerapan *positive parenting*, semakin tinggi pula *parenting stress* yang dirasakan orang tua, meskipun kontribusi pengaruhnya tergolong rendah yaitu sebesar 6,2%. Hasil ini mengindikasikan bahwa penerapan pengasuhan positif tidak selalu berkaitan dengan rendahnya stres pengasuhan, tetapi dalam kondisi tertentu dapat berjalan berdampingan dengan meningkatnya tuntutan dan keterlibatan orang tua dalam proses pengasuhan. Studi ini berkontribusi pada pengembangan teori psikologi keluarga dan bimbingan konseling pendidikan dengan menunjukkan bahwa hubungan antara *positive parenting* dan *parenting stress* bersifat dinamis serta dipengaruhi oleh berbagai faktor kontekstual yang lebih luas. Temuan ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi guru BK, konselor sekolah, dan pihak madrasah dalam mengembangkan program parenting, psikoedukasi, serta layanan pendampingan orang tua yang tidak hanya berfokus pada peningkatan keterampilan pengasuhan positif, tetapi juga pada pengelolaan *parenting stress* secara lebih efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Carroll, P. (2022). Effectiveness of Positive Discipline Parenting Program on Parenting Style, and Child Adaptive Behavior. *Child Psychiatry and Human Development*, 53(6), 1349–1358. <https://doi.org/10.1007/s10578-021-01201-x>
- Chen, C. Y. C., Byrne, E., & Vélez, T. (2022). A Preliminary Study of COVID-19-related Stressors, Parenting Stress, and Parental Psychological Well-being Among Parents of School-age Children. *Journal of Child and Family Studies*, 31(6), 1558–1569. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02321-1>
- Creswell, J. W., Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5, Ed.). SAGE Publications.
- Desiningrum, D. R., Hermawati, D., Somantri, M., Indriana, Y., & Rusydana, A. (2024). Parental Stress Scale Validation. *Asian Journal of Engineering, Social and Health*, 3(2), 343–352. <https://doi.org/10.46799/ajesh.v3i2.245>
- Fang, Y., Luo, J., Boele, M., Windhorst, D., van Grieken, A., & Raat, H. (2024). Parent, child, and situational factors associated with parenting stress: a systematic review. *European Child and Adolescent Psychiatry*,

33(6), 1687–1705. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-02027-1>

- Flannery, A. J., Awada, S. R., & Shelleby, E. C. (2023). Influences of Maternal Parenting Stress on Child Behavior Problems: Examining Harsh and Positive Parenting as Mediators. *Journal of Family Issues*, 44(5), 1215–1236. <https://doi.org/10.1177/0192513X211056207>
- Ghozali, I. (2021). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 26* (10th ed.). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Lo, C. K. M., Chen, M., Chen, Q., Chan, K. L., & Ip, P. (2023). Social , Community , and Cultural Factors Associated with Parental Stress in Fathers and Mothers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(2), 1128. <https://doi.org/https://10.3390/ijerph20021128>
- Novoa, C., Cova, F., Nazar, G., Oliva, K., & Vergara-Barra, P. (2022). Intensive Parenting: the Risks of Overdemanding. *Trends in Psychology*, 33(1), 53–66. <https://doi.org/10.1007/s43076-022-00229-9>
- Okelo, K. O., Kitsao-Wekulo, P., Onyango, S., Wambui, E., Hardie, I., King, J., Murray, A. L., & Auyeung, B. (2024). Sociodemographic predictors of parenting stress among mothers in socio-economically deprived settings in rural and urban Kenya and Zambia. *Scientific Reports*, 14(1), 1–19. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-63980-2>
- Ping, Y., Wang, W., Li, Y., & Li, Y. (2023). Fathers' parenting stress, parenting styles and children's problem behavior: the mediating role of parental burnout. *Current Psychology*, 42(29), 25683–25695. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03667-x>
- Sanders, M. R. (1999). Triple P-Positive Parenting Program: towards an empirically validated multilevel parenting and family support strategy for the prevention of behavior and emotional problems in children. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 2(2), 71–90. <https://doi.org/10.1023/a:1021843613840>
- Sugiono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (2nd ed.). Alfabeta.
- Sulastra, M. C., & Vivekananda, N. L. A. (2025). Adaptasi Alat Ukur Nicomachus-Positive Parenting Indonesia: Pengasuhan Psikologi Positif. *Jurnal IDEA*, 9, 202–212. <https://doi.org/https://doi.org/10.32492/idea.v9i2.9206>
- Swanson, V., & Hannula, L. (2022). Parenting stress in the early years – a survey of the impact of breastfeeding and social support for women in Finland and the UK. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12884-022-05010-5>
- Vargas Rubilar, J., Richaud, M. C., Lemos, V. N., & Balabanian, C. (2022). Parenting and Children's Behavior During the COVID 19 Pandemic: Mother's Perspective. *Frontiers in Psychology*, 13(April), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.801614>
- Venard, G., Zimmermann, G., Antonietti, J. P., Nunes, C. E., & Van Petegem, S. (2024). Parenting Under Pressure: Associations between Perceived Social Pressure and Parental Involvement among Mothers and Fathers. *Journal of Child and Family Studies*, 33(12), 3813–3825. <https://doi.org/10.1007/s10826-024-02945-5>