

Perbandingan Stres Pengasuhan Orangtua Berdasarkan Rutinitas, Variasi Cara, dan Frekuensi Bercerita pada Bayi

Aulia Syifa-ur Rodhiya¹, Diana Setiyawati²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada Yogyakarta; Jl. Humaniora, Bulaksumur,

Yogyakarta 55281, Tel : (0274) 522240, 522407, Fax : (0274) 550436

e-mail: ¹aulia.syifa.r@mail.ugm.ac.id, ² diana@ugm.ac.id

Abstracts. Many parents in Indonesia experience parenting stress. One of its protective factors easily done at home is positive interaction with the baby, such as storytelling. This non-experimental study was conducted to compare parenting stress of parents based on their routine, method variation, and frequency of storytelling. An online survey of Parenting Stress Index – Short Form (PSI-SF) and storytelling survey was completed by 171 parents (84.80% female, age $M = 27.21$ years old) of one baby under 24 months old (49.71% female, age $M = 9.25$ months old). The data was then analysed with one way Anova and Pearson's correlation. The results showed that parents who tell stories to their baby, regardless of their routine, experiences lower parenting stress than parents who do not. Employing more storytelling methods is correlated with lower parenting stress. Parents who tell stories by reading storybook or telling their own childhood story experiences lower parenting stress than parents who do not use those methods. Storytelling frequency of parents who tell stories to their baby is not correlated with parenting stress.

Keywords: parenting stress; infant under 2 years old; storytelling frequency; storytelling method variation; storytelling routine

Abstrak. Banyak orangtua di Indonesia yang mengalami stres pengasuhan. Salah satu faktor protektif stres pengasuhan yang mudah dilakukan di rumah adalah interaksi positif dengan bayi, seperti bercerita. Studi noneksperimental ini dilakukan untuk membandingkan stres pengasuhan orangtua berdasarkan rutinitas, variasi cara, dan frekuensi bercerita pada bayi. Survei daring *Parenting Stress Index – Short Form* (PSI-SF) dan rutinitas bercerita dilengkapi oleh 171 orangtua (84,80% perempuan, usia $M = 27,21$ tahun) yang baru memiliki satu bayi berusia di bawah 24 bulan (49,71% perempuan, usia $M = 9,25$ bulan). Analisis dilakukan dengan metode *one way* Anova dan korelasi Pearson. Hasil menunjukkan bahwa orangtua yang bercerita pada bayinya, baik secara rutin maupun tidak rutin, mengalami stres pengasuhan lebih rendah daripada orangtua yang tidak bercerita kepada bayinya. Menggunakan lebih banyak cara bercerita berhubungan dengan stress pengasuhan lebih rendah. Orangtua yang bercerita dengan membaca buku cerita atau menceritakan kisah masa kecilnya mengalami stres pengasuhan lebih rendah daripada orangtua yang tidak menggunakan cara tersebut. Frekuensi bercerita orangtua tidak berhubungan dengan stres pengasuhan.

Kata kunci: bayi bawah dua tahun; frekuensi bercerita; rutinitas bercerita; stres pengasuhan; variasi cara bercerita