

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

Lampiran 1. Hasil *Expert Judgement* Alat Ukur *Parental Burnout Assesment* (PBA)

No. Aitem	Aitem Translasi	Expert Judgement
1	Saya begitu lelah dengan peran saya sebagai orang tua hingga tidur saja rasanya tidak cukup.	Saya merasa sangat lelah menjalani peran sebagai orang tua sehingga bahkan tidur pun tidak cukup untuk memulihkan energi saya.
2	Saya merasa seolah-olah telah kehilangan arah sebagai ayah/ibu.	Saya merasa seolah-olah telah kehilangan arah dalam menjalani peran sebagai ayah/ibu.
3	Saya sama sekali tidak punya energi untuk mengurus anak-anak.	Saya merasa benar-benar tidak punya energi untuk mengasuh anak-anak.
5	Saya merasa tidak lagi menjadi ayah/ibu yang baik seperti dulu	Saya merasa tidak lagi menjadi ayah/ibu yang baik seperti dulu bagi anak (atau anak-anak) saya.
6	Saya tidak tahan lagi dengan peran saya sebagai ayah/ibu.	Saya tidak tahan lagi dengan peran saya sebagai ayah/ibu
8	Terkadang saya merasa seperti mengurus anak-anak secara	Saya merasa bahwa saya mengasuh anak (anak-anak saya) dengan mode autopilot (sebagai rutinitas saja)
9	Saya merasa sangat letih sebagai orang tua.	Saya merasa sangat kehabisan tenaga dalam menjalani peran sebagai orang tua.
10	Saat bangun pagi dan harus menghadapi hari bersama anak- anak, saya merasa sudah lelah bahkan sebelum memulai.	Ketika saya bangun di pagi hari dan harus menjalani hari dengan anak (atau anak-anak) saya, saya merasa lelah bahkan sebelum saya memulainya
12	Saya merasa tidak mampu menghadapi peran sebagai orang tua.	Saya merasa tidak sanggup menghadapi peran sebagai orang tua.
13	Saya berkata pada diri sendiri bahwa saya bukan lagi orang tua seperti dulu.	Saya mengatakan kepada diri sendiri bahwa saya tidak lagi berperan sebagai orangtua seperti sebelumnya
15	Peran saya sebagai orang tua menghabiskan semua energi saya.	Peran saya sebagai orangtua menghabiskan semua sumber daya saya (fisik, mental, dan finansial)
17	Saya merasa malu dengan peran saya sebagai orang tua yang sekarang	Saya merasa malu dengan diri saya sendiri sebagai orang tua saat ini.
18	Saya tidak lagi merasa bangga pada diri sendiri sebagai orang tua.	Saya tidak lagi bangga dengan diri saya sebagai orangtua
19	Saya merasa seperti bukan diri saya sendiri lagi ketika berinteraksi dengan anak-anak saya.	Saya merasa tidak lagi menjadi diri saya sendiri ketika berinteraksi dengan anak-anak saya.
20	Saya sudah tidak mampu lagi menunjukkan kepada anak-anak saya betapa saya mencintai mereka.	Saya tidak bisa lagi menunjukkan kepada anak (atau anak-anak) saya betapa saya mencintai mereka
21	Saya merasa lelah hanya dengan memikirkan semua yang harus saya lakukan untuk anak-anak.	Hanya memikirkan semua hal yang harus saya lakukan untuk anak (atau anak-anak) saja sudah membuat saya merasa lelah.
22	Di luar rutinitas biasa (mengantar dengan mobil, waktu tidur, makan), saya sudah tidak mampu lagi berusaha untuk anak-anak saya.	Di luar rutinitas harian (seperti mengantar jemput, waktu tidur, dan makan), saya tidak bisa lagi berusaha lebih untuk anak-anak saya.
23	Saya merasa seperti berada dalam mode bertahan hidup dalam peran saya sebagai orang tua.	Saya dalam mode bertahan dalam menjalankan peran saya sebagai orangtua (melakukan peran karena kewajiban/keharusan)

Lampiran 2. Hasil Uji Keterbacaan Alat Ukur *Parental Burnout Assesment* (PBA)

No	Aitem Translasi	Uji keterbacaan
2	Saya merasa seolah-olah telah kehilangan arah dalam menjalani peran sebagai ayah/ibu.	Saya merasa bingung dalam menjalani peran sebagai ayah/ibu.
8	Saya merasa bahwa saya mengasuh anak (anak-anak saya) dengan mode autopilot (sebagai rutinitas saja)	Saya merasa bahwa saya mengasuh anak (anak-anak) secara otomatis sebagai rutinitas saja.
15	Peran saya sebagai orangtua menghabiskan semua sumber daya saya (fisik, mental, dan finansial)	Peran saya sebagai orangtua menghabiskan semua sumber daya saya (fisik, mental, dan finansial).
22	Di luar rutinitas harian (seperti mengantarkan jemput, waktu tidur, dan makan), saya tidak bisa lagi berusaha lebih untuk anak-anak saya.	Di luar rutinitas harian (seperti mengantarkan jemput, waktu tidur, dan makan), saya tidak bisa memberikan usaha lebih untuk anak-anak saya.
23	Saya dalam mode bertahan dalam menjalankan peran saya sebagai orangtua (melakukan peran karena kewajiban/keharusan)	Saya menjalankan peran sebagai orang tua semata-mata karena kewajiban.

Lampiran 3. Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur *Parental Burnout Assesment* (PBA)

<i>Estimate</i>	<i>Cronbach's <math>\alpha</math></i>
<i>Point estimate</i>	0,978

Lampiran 4. Hasil Analisis Aitem Alat Ukur *Parental Burnout Assesment* (PBA)

<i>No. Aitem</i>	<i>Dimensi Aitem</i>	<i>Aitem</i>	<i>Item-rest correlation</i>
1		Saya merasa sangat lelah menjalani peran sebagai orang tua sehingga bahkan tidur pun tidak cukup untuk memulihkan energi saya.	0,645
3		Saya merasa benar-benar kelelahan dengan peran saya sebagai orang tua.	0,876
4		Saya merasa benar-benar tidak punya energi untuk mengasuh anak-anak.	0,875
8		Saya merasa bahwa saya mengasuh anak (anak-anak) secara otomatis sebagai rutinitas saja.	0,784
9	<i>Exhaustion in One's Parental Role</i>	Saya merasa sangat kehabisan tenaga dalam menjalani peran sebagai orang tua.	0,890
10		Ketika saya bangun di pagi hari dan harus menjalani hari dengan anak (atau anak-anak) saya, saya merasa lelah bahkan sebelum saya memulainya	0,857
15		Peran saya sebagai orangtua menghabiskan semua sumber daya saya (fisik, mental, dan finansial).	0,789
21		Hanya memikirkan semua hal yang harus saya lakukan untuk anak (atau anak-anak) saja sudah membuat saya merasa lelah.	0,909
23		Saya menjalankan peran sebagai orang tua semata-mata karena kewajiban.	0,802
2		Saya merasa bingung dalam menjalani peran sebagai ayah/ibu.	0,757
5		Saya merasa tidak lagi menjadi ayah/ibu yang baik seperti dulu bagi anak (atau anak-anak) saya.	0,832
13	<i>Contras with previous Parental Self</i>	Saya mengatakan kepada diri sendiri bahwa saya tidak lagi berperan sebagai orangtua seperti sebelumnya.	0,911
17		Saya merasa malu dengan diri saya sendiri sebagai orang tua saat ini.	0,765
18		Saya tidak lagi bangga dengan diri saya sebagai orangtua	0,842
19		Saya merasa tidak lagi menjadi diri saya sendiri ketika berinteraksi dengan anak-anak saya.	0,767
6		Saya tidak tahan lagi dengan peran saya sebagai ayah/ibu.	0,773
7		Saya merasa tidak bisa lagi menanggung beban sebagai orang tua.	0,853
11	<i>Feeling of Being Fed Up</i>	Saya tidak lagi menikmati waktu bersama anak (atau anak-anak) saya.	0,866
12		Saya merasa tidak sanggup menghadapi peran sebagai orang tua.	0,842
16		Saya tidak sanggup lagi menjadi orang tua.	0,670
14		Saya hanya melakukan apa yang seharusnya saya lakukan untuk anak-anak saya, tapi tidak lebih dari itu.	0,823
20	<i>Emotional Distancing</i>	Saya tidak bisa lagi menunjukkan kepada anak (atau anak-anak) saya betapa saya mencintai mereka	0,834
22		Di luar rutinitas harian (seperti mengantar jemput, waktu tidur, dan makan), saya tidak bisa memberikan usaha lebih untuk anak-anak saya.	0,747

Lampiran 5. Hasil *Expert Judgement* Alat Ukur *Self-Efficacy Parenting Task Indeks* (SEPTI)

No. Aitem	Aitem Translasi	Expert Judgement
17	Saya kurang memastikan anak saya bersenang-senang.	Saya merasa tidak cukup berusaha untuk memastikan anak saya bersenang-senang

Lampiran 6. Hasil Uji Keterbacaan Alat Ukur *Self-Efficacy Parenting Task Indeks* (SEPTI)

No. Aitem	Aitem Translasi	Uji Keterbacaan
3	Anak saya sepertinya tidak pernah mendengarkan ketika saya meminta dia melakukan sesuatu.	Anak saya sepertinya tidak pernah mendengarkan permintaan saya ketika saya memintanya melakukan sesuatu.
4	Saya lebih banyak kesulitan dengan disiplin dibandingkan aspek pengasuhan lainnya.	Saya merasa lebih sulit menerapkan kedisiplinan dibandingkan dengan aspek pengasuhan lainnya.
5*	Keterampilan disiplin saya setidaknya sebaik rata-rata orang tua lainnya.	Keterampilan saya dalam mendisiplinkan anak setara dengan rata-rata orang tua pada umumnya.
21*	Saya melakukan pekerjaan yang baik dalam memastikan anak saya memiliki berbagai pengalaman rekreasi.	Saya melakukan pekerjaan yang baik dalam memastikan anak saya memiliki berbagai pengalaman rekreasi (seperti bermain ke taman, playground, piknik, dll).
22	Saya tidak terlibat dalam rekreasi anak saya.	Saya tidak terlibat dalam rekreasi anak saya (seperti bermain ke taman, playground, piknik, dll).

Keterangan: (\*) *item reverse*

Lampiran 7. Hasil Koefisien Reliabilitas Alat Ukur *Self-Efficacy Parenting Task Indeks* (SEPTI)

<i>Estimate</i>	<i>Cronbach's a</i>	
	Sebelum analisis aitem	Setelah analisis aitem
<i>Point estimate</i>	0,966	0,975

Lampiran 8. Hasil Analisis Aitem Alat Ukur *Self-Efficacy Parenting Task Indeks* (SEPTI)

No Aitem	Dimensi Aitem	Aitem	Item-rest correlation	
			(Sebelum Analisis Aitem)	(Sesudah Analisis Aitem)
1*	<i>Discipline</i>	Saya cukup baik dalam hal mendisiplinkan anak saya.	0,776	0,775
2		Saya kesulitan menentukan aturan yang tepat untuk anak saya.	0,380	0,369
3		Anak saya sepertinya tidak pernah mendengarkan permintaan saya ketika saya memintanya melakukan sesuatu.	0,725	0,722
4		Saya merasa lebih sulit menerapkan kedisiplinan dibandingkan dengan aspek pengasuhan lainnya.	0,232	0,223
5*		Keterampilan saya dalam mendisiplinkan anak setara dengan rata-rata orang tua pada umumnya.	0,722	0,725
6		Saya menghabiskan terlalu banyak waktu dengan upaya disiplin yang tidak efektif terhadap anak-anak saya.	0,240	0,234
7*		Saya tidak terlalu kesulitan mendisiplinkan anak saya.	0,257	0,255
8		Saya pikir saya orang tua yang baik sampai saya mulai mengalami banyak kesulitan dalam mendisiplinkan anak.	-0,271	-
9*		Saya cukup baik dalam membantu anak saya dengan tugas sekolahnya.	0,717	0,716
10*		Saya mungkin lebih membantu anak saya dalam hal tugas sekolah dibandingkan orang tua lainnya.	0,809	0,808
11*	<i>Achievement</i>	Saya terlibat dalam pendidikan anak saya sebanyak mungkin.	0,781	0,780
12		Membantu anak saya dengan tugas sekolah membuat saya sangat frustrasi.	0,311	0,304
13*		Saya yakin anak saya tahu bahwa saya tertarik dengan kehidupannya di sekolah.	0,705	0,712
14		Saya tidak terlibat dalam pendidikan anak saya sebanyak yang seharusnya.	0,646	0,648
15*		Saya baik dalam membantu anak saya menyelesaikan masalah di sekolahnya.	0,793	0,792
16*	<i>Recreation</i>	Saya adalah orang tua yang baik dalam hal mengatur anak saya untuk bermain dengan teman-temannya.	0,814	0,813
17		Saya merasa tidak cukup berusaha untuk memastikan anak saya bersenang-senang.	0,706	0,707
18*		Saya puas dengan kemampuan saya menyediakan media bermain untuk anak saya.	0,753	0,761
19		Saya tahu saya seharusnya lebih peduli pada kehidupan sosial anak saya.	-0,704	-
20*		Ketika anak saya ingin bermain dengan temannya, saya berusaha keras untuk mewujudkannya.	0,841	0,848

No Aitem	Dimensi Aitem	Aitem	Item-rest correlation	
			(Sebelum Analisis Aitem)	(Sesudah Analisis Aitem)
21*		Saya melakukan pekerjaan yang baik dalam memastikan anak saya memiliki berbagai pengalaman rekreasi (seperti bermain ke taman, playground, piknik, dll).	0,889	0,896
22		Saya tidak terlibat dalam rekreasi anak saya (seperti bermain ke taman, playground, piknik, dll).	0,780	0,781
23*		Saya memenuhi harapan saya sendiri dalam hal memberikan dukungan emosional untuk anak saya.	0,820	0,827
24*		Saya merupakan orang tua yang cukup penyayang	0,818	0,828
25		Saya kesulitan mengekspresikan kasih sayang kepada anak saya	0,768	0,764
26	<i>Nurturance</i>	Saya tahu saya tidak cukup hadir secara emosional untuk anak saya	0,562	0,563
27*		Menjadi orang tua yang penuh kasih sayang terasa mudah bagi saya	0,745	0,747
28*		Saya berusaha keras untuk mengutamakan kebutuhan emosional anak saya dari pada kebutuhan saya sendiri.	0,871	0,876
29*		Saya secara konsisten mendorong anak saya untuk mengekspresikan emosinya.	0,853	0,862
30*		Saya adalah orang tua yang baik dalam hal menjaga kesehatan fisik anak saya.	0,896	0,898
31		Saya tahu bahwa saya kurang peduli terhadap kesehatan anak saya.	0,857	0,862
32*		Saya bekerja keras untuk mendorong kebiasaan sehat pada anak saya	0,873	0,879
33*	<i>Health</i>	Saya selalu memastikan anak saya mendapatkan perhatian medis segera jika diperlukan.	0,816	0,823
34		Saya cenderung agak santai dalam hal kesehatan fisik anak saya.	0,797	0,787
35		Saya tidak terlalu pandai merawat anak saya saat dia sakit.	0,785	0,789
36		Saya sering mengabaikan tanda- tanda awal penyakit pada anak saya, berharap apapun itu akan hilang dengan sendirinya	0,812	0,812

Keterangan: (\*) *item reverse*

Lampiran 9. Skala *Parental Burnout* (PBA)

0 = Tidak Pernah

1 = Beberapa kali dalam setahun

2 = Sekali dalam sebulan atau kurang

3 = Beberapa kali dalam sebulan

4 = Sekali dalam seminggu

5 = Beberapa kali dalam seminggu

6 = Setiap hari

No	Pernyataan	0	1	2	3	4	5	6
1.	Saya merasa sangat lelah menjalani peran sebagai orang tua sehingga bahkan tidur pun tidak cukup untuk memulihkan energi saya.							
2.	Saya merasa bingung dalam menjalani peran sebagai ibu.							
3.	Saya merasa benar-benar kelelahan dengan peran saya sebagai orang tua.							
4.	Saya merasa benar-benar tidak punya energi untuk mengasuh anak-anak.							
5.	Saya merasa tidak lagi menjadi ibu yang baik seperti dulu bagi anak (atau anak-anak) saya.							
6.	Saya tidak tahan lagi dengan peran saya sebagai ibu							
7.	Saya merasa tidak bisa lagi menanggung beban sebagai orang tua.							
8.	Saya merasa bahwa saya mengasuh anak (anak-anak) secara otomatis sebagai rutinitas saja.							
9.	Saya merasa sangat kehabisan tenaga dalam menjalani peran sebagai orang tua.							
10.	Ketika saya bangun di pagi hari dan harus menjalani hari dengan anak (atau anak-anak) saya, saya merasa lelah bahkan sebelum saya memulainya							
11.	Saya tidak lagi menikmati waktu bersama anak (atau anak-anak) saya.							
12.	Saya merasa tidak sanggup menghadapi peran sebagai orang tua.							
13.	Saya mengatakan kepada diri sendiri bahwa saya							

No	Pernyataan	0	1	2	3	4	5	6
	tidak lagi berperan sebagai orang tua seperti sebelumnya							
14.	Saya hanya melakukan apa yang seharusnya saya lakukan untuk anak-anak saya, tapi tidak lebih dari itu.							
15.	Peran saya sebagai orang tua menghabiskan semua sumber daya saya (fisik, mental, dan finansial).							
16.	Saya tidak sanggup lagi menjadi orang tua.							
17.	Saya merasa malu dengan diri saya sendiri sebagai orang tua saat ini.							
18.	Saya tidak lagi bangga dengan diri saya sebagai orang tua							
19.	Saya merasa tidak lagi menjadi diri saya sendiri ketika berinteraksi dengan anak-anak saya.							
20.	Saya tidak bisa lagi menunjukkan kepada anak (atau anak-anak) saya betapa saya mencintai mereka							
21.	Hanya memikirkan semua hal yang harus saya lakukan untuk anak (atau anak-anak) saja sudah membuat saya merasa lelah.							
22.	Di luar rutinitas harian (seperti mengantar jemput, waktu tidur, dan makan), saya tidak bisa memberikan usaha lebih untuk anak-anak saya.							
23.	Saya menjalankan peran sebagai orang tua semata-mata karena kewajiban.							

Lampiran 10. Skala *Parenting Self-Efficacy Sebelum Analisis Aitem*

1 = Sangat Setuju

2 = Setuju

3 = Agak Setuju

4 = Agak Tidak Setuju

5 = Tidak Setuju

6 = Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	0	1	2	3	4	5	6
1*	Saya cukup baik dalam hal mendisiplinkan anak saya.							
2.	Saya kesulitan menentukan aturan yang tepat untuk anak saya.							
3.	Anak saya sepertinya tidak pernah mendengarkan permintaan saya ketika saya memintanya melakukan sesuatu.							
4.	Saya merasa lebih sulit menerapkan kedisiplinan dibandingkan dengan aspek pengasuhan lainnya.							
5*.	Keterampilan saya dalam mendisiplinkan anak setara dengan rata-rata orang tua pada umumnya.							
6.	Saya menghabiskan terlalu banyak waktu dengan upaya disiplin yang tidak efektif terhadap anak-anak saya.							
7*.	Saya tidak terlalu kesulitan mendisiplinkan anak saya							
8.	Saya pikir saya orang tua yang baik sampai saya mulai mengalami banyak kesulitan dalam mendisiplinkan anak.							
9*.	Saya cukup baik dalam membantu anak saya dengan tugas sekolahnya							
10*.	Saya mungkin lebih membantu anak saya dalam hal tugas sekolah dibandingkan orang tua lainnya.							
11*.	Saya terlibat dalam pendidikan anak saya sebanyak mungkin.							
12.	Membantu anak saya dengan tugas sekolah membuat saya sangat frustrasi							

No	Pernyataan	0	1	2	3	4	5	6
13*	Saya yakin anak saya tahu bahwa saya tertarik dengan kehidupannya di sekolah							
14.	Saya tidak terlibat dalam pendidikan anak saya sebanyak yang seharusnya							
15*.	Saya baik dalam membantu anak saya menyelesaikan masalah di sekolahnya							
16*.	Saya adalah orang tua yang baik dalam hal mengatur anak saya untuk bermain dengan teman-temannya.							
17.	Saya merasa tidak cukup berusaha untuk memastikan anak saya bersenang-senang.							
18*.	Saya puas dengan kemampuan saya menyediakan media bermain untuk anak saya.							
19.	Saya tahu saya seharusnya lebih peduli pada kehidupan sosial anak saya							
20*.	Ketika anak saya ingin bermain dengan temannya, saya berusaha keras untuk mewujudkannya.							
21*.	Saya melakukan pekerjaan yang baik dalam memastikan anak saya memiliki berbagai pengalaman rekreasi (seperti bermain ke taman, playground, piknik, dll).							
22.	Saya tidak terlibat dalam rekreasi anak saya (seperti bermain ke taman, playground, piknik, dll).							
23*.	Saya memenuhi harapan saya sendiri dalam hal memberikan dukungan emosional untuk anak saya.							
24*.	Saya merupakan orang tua yang cukup penyayang							
25.	Saya kesulitan mengekspresikan kasih sayang kepada anak saya							
26.	Saya tahu saya tidak cukup hadir secara emosional untuk anak saya							
27*.	Menjadi orang tua yang penuh kasih sayang terasa mudah bagi saya							
28*.	Saya berusaha keras untuk mengutamakan kebutuhan emosional anak saya dari pada kebutuhan saya sendiri.							

No	Pernyataan	0	1	2	3	4	5	6
29*	Saya secara konsisten mendorong anak saya untuk mengekspresikan emosinya.							
30*	Saya adalah orang tua yang baik dalam hal menjaga kesehatan fisik anak saya.							
31.	Saya tahu bahwa saya kurang peduli terhadap kesehatan anak saya.							
32*	Saya bekerja keras untuk mendorong kebiasaan sehat pada anak saya							
33*	Saya selalu memastikan anak saya mendapatkan perhatian medis segera jika diperlukan.							
34.	Saya cenderung agak santai dalam hal kesehatan fisik anak saya							
35.	Saya tidak terlalu pandai merawat anak saya saat dia sakit.							
36.	Saya sering mengabaikan tanda-tanda awal penyakit pada anak saya, berharap apapun itu akan hilang dengan sendirinya							

Lampiran 11. Skala *Parenting Self-Efficacy* Sebelum Analisis Aitem

No.	Pernyataan	0	1	2	3	4	5	6
1.	Saya cukup baik dalam hal mendisiplinkan anak saya.							
2.	Saya kesulitan menentukan aturan yang tepat untuk anak saya.							
3.	Anak saya sepertinya tidak pernah mendengarkan permintaan saya ketika saya memintanya melakukan sesuatu.							
4.	Saya merasa lebih sulit menerapkan kedisiplinan dibandingkan dengan aspek pengasuhan lainnya.							
5.	Keterampilan saya dalam mendisiplinkan anak setara dengan rata-rata orang tua pada umumnya.							
6.	Saya menghabiskan terlalu banyak waktu dengan upaya disiplin yang tidak efektif terhadap anak-anak saya.							

No.	Pernyataan	0	1	2	3	4	5	6
7.	Saya tidak terlalu kesulitan mendisiplinkan anak saya							
8.	Saya cukup baik dalam membantu anak saya dengan tugas sekolahnya							
9.	Saya mungkin lebih membantu anak saya dalam hal tugas sekolah dibandingkan orang tua lainnya.							
10.	Saya terlibat dalam pendidikan anak saya sebanyak mungkin.							
11.	Membantu anak saya dengan tugas sekolah membuat saya sangat frustrasi							
12.	Saya yakin anak saya tahu bahwa saya tertarik dengan kehidupannya di sekolah							
13.	Saya tidak terlibat dalam pendidikan anak saya sebanyak yang seharusnya							
14.	Saya baik dalam membantu anak saya menyelesaikan masalah di sekolahnya							
15.	Saya adalah orang tua yang baik dalam hal mengatur anak saya untuk bermain dengan teman-temannya.							
16.	Saya merasa tidak cukup berusaha untuk memastikan anak saya bersenang-senang.							
17.	Saya puas dengan kemampuan saya menyediakan media bermain untuk anak saya.							
18.	Ketika anak saya ingin bermain dengan temannya, saya berusaha keras untuk mewujudkannya.							
19.	Saya melakukan pekerjaan yang baik dalam memastikan anak saya memiliki berbagai pengalaman rekreasi (seperti bermain ke taman, playground, piknik, dll).							
20.	Saya tidak terlibat dalam rekreasi anak saya (seperti bermain ke taman, playground, piknik, dll).							
21.	Saya memenuhi harapan saya sendiri dalam hal memberikan dukungan emosional untuk anak saya.							
22.	Saya merupakan orang tua yang cukup penyayang							
23.	Saya kesulitan mengekspresikan kasih sayang kepada anak saya							

No.	Pernyataan	0	1	2	3	4	5	6
24.	Saya tahu saya tidak cukup hadir secara emosional untuk anak saya							
25.	Menjadi orang tua yang penuh kasih sayang terasa mudah bagi saya							
26.	Saya berusaha keras untuk mengutamakan kebutuhan emosional anak saya dari pada kebutuhan saya sendiri.							
27.	Saya secara konsisten mendorong anak saya untuk mengekspresikan emosinya.							
28.	Saya adalah orang tua yang baik dalam hal menjaga kesehatan fisik anak saya.							
29.	Saya tahu bahwa saya kurang peduli terhadap kesehatan anak saya.							
30.	Saya bekerja keras untuk mendorong kebiasaan sehat pada anak saya							
31.	Saya selalu memastikan anak saya mendapatkan perhatian medis segera jika diperlukan.							
32.	Saya cenderung agak santai dalam hal kesehatan fisik anak saya							
33.	Saya tidak terlalu pandai merawat anak saya saat dia sakit.							
34.	Saya sering mengabaikan tanda-tanda awal penyakit pada anak saya, berharap apapun itu akan hilang dengan sendirinya							

Lampiran 12. Sebaran *Instrumen Parental Burnout (PBA)*

Dimensi	Nomor Aitem	Jumlah Aitem
<i>Exhaustion in One's Parental Role</i>	1, 3, 4, 8, 9, 10, 15, 21, 23	9
<i>Contrast with Previous Parental Self</i>	2, 5, 13, 17, 18, 19	6
<i>Feeling of Being Fed Up</i>	6, 7, 11, 12, 16	5
<i>Emotional Distancing</i>	14, 20, 22	3
<b>Total</b>		<b>23</b>

Lampiran 13. Sebaran *Instrumen Parenting Self-Efficacy* (SEPTI) Setelah Analisis Aitem

Dimensi	Nomor Aitem		Jumlah Aitem
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Discipline</i>	2, 3, 4, 6	1, 5, 7	7
<i>Achievement</i>	11, 13	8, 9, 10, 12, 14	7
<i>Recreation</i>	16, 20	15, 17, 18, 19	6
<i>Nurturance</i>	23, 24	21, 22, 25, 26, 27	7
<i>Health</i>	29, 32, 33, 34	28, 30, 31	7
<b>Total</b>			<b>34</b>

Lampiran 14. Gambaran Deskriptif Demografi

***Frequencies for Kategori Usia Ibu Tunggal***

Kategori Usia Ibu Tunggal	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Dewasa Awal	385	98.972	98.972	98.972
Dewasa Madya	4	1.028	1.028	100.000
Missing	0	0.000		
Total	389	100.000		

***Frequencies for Jumlah anak (contoh: 2)***

Jumlah anak (contoh: 2)	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	306	78.663	78.663	78.663
2	78	20.051	20.051	98.715
3	5	1.285	1.285	100.000
Missing	0	0.000		
Total	389	100.000		

***Frequencies for Alasan menjadi ibu tunggal***

Alasan menjadi ibu tunggal	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
-	2	0.514	0.514	0.514
Bercerai Mati	161	41.388	41.388	41.902
Bercerai hidup	219	56.298	56.298	98.201
Memilih untuk tidak menikah	7	1.799	1.799	100.000
Missing	0	0.000		
Total	389	100.000		

### ***Frequencies for Pendidikan Terakhir***

Pendidikan Terakhir	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Diploma (D1, D2, D3, D4)	70	17.995	17.995	17.995
SLTA (Sekolah Lanjutan Tingkat Atas/Setara dengan SMA)	46	11.825	11.825	29.820
SLTP (Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama/Setara dengan SMP)	1	0.257	0.257	30.077
Strata 1 (S1)	238	61.183	61.183	91.260
Strata 2 (S2)	33	8.483	8.483	99.743
Strata 3 (S3)	1	0.257	0.257	100.000
Missing	0	0.000		
Total	389	100.000		

### ***Frequencies for Pekerjaan Utama***

Pekerjaan Utama	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Bimbel	1	0.257	0.257	0.257
Freelancer	2	0.514	0.514	0.771
Karyawan Swasta	195	50.129	50.129	50.900
PNS	66	16.967	16.967	67.866
Wiraswasta (Pedagang, pemilik toko, content creator)	125	32.134	32.134	100.000
Missing	0	0.000		
Total	389	100.000		

### ***Frequencies for Bentuk Pekerjaan Utama***

Bentuk Pekerjaan Utama	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Work From Anywhere (WFA)	49	12.596	12.596	12.596
Work From Home (WFH)	134	34.447	34.447	47.044
Work From Office (WFO)	206	52.956	52.956	100.000
Missing	0	0.000		
Total	389	100.000		

***Frequencies for Kategori lama waktu bekerja***

---

Kategori lama waktu bekerja	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
<8 Jam	88	22.622	22.622	22.622
?8 Jam	301	77.378	77.378	100.000
Missing	0	0.000		
Total	389	100.000		

---

***Frequencies for Penghasilan per-bulan***

---

Penghasilan per-bulan	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
<Rp5.000.000,00	47	12.082	12.082	12.082
≥Rp20.000.000,00	5	1.285	1.285	13.368
Rp10.000.000,00 - Rp14.999.999,00	104	26.735	26.735	40.103
Rp15.000.000,00 - Rp19.999.999,00	32	8.226	8.226	48.329
Rp5.000.000,00 - Rp9.999.999,00	201	51.671	51.671	100.000
Missing	0	0.000		
Total	389	100.000		

---

## Lampiran 15. Hasil Analisis Data

### *Fit Statistics*

Test	Statistic	p
Kolmogorov-Smirnov	0.201	< .001

### **Uji Normalitas PSE**

#### *Fit Statistics*

Test	Statistic	p
Kolmogorov-Smirnov	0.124	< .001

### **Uji Deskriptif Variabel *Parental Burnout***

#### *Descriptive Statistics*

	Valid	Missing	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
TOTAL PBA	389	0	54.190	33.038	10.000	109.000
Total Dimensi EX	389	0	22.424	13.171	3.000	44.000
Total Dimensi CO	389	0	13.812	8.859	0.000	29.000
Total Dimensi FU	389	0	11.144	7.705	0.000	26.000
Total Dimensi ED	389	0	6.810	4.557	0.000	15.000

## Deskriptif Variabel PSE

### Descriptive Statistics

	Valid	Missing	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Total Skor PSE	389	0	131.537	30.613	70.000	184.000
Dimensi Discipline	389	0	26.517	6.669	11.000	41.000
Dimensi Achievement	389	0	26.383	7.072	12.000	36.000
Dimensi Recreation	389	0	22.638	6.573	8.000	33.000
Dimensi Nurturance	389	0	27.429	8.081	11.000	42.000
Dimensi Health	389	0	28.571	5.825	14.000	42.000

## Uji Logistik PBA N PSE

### Model Summary - Logistik

Model	Deviance	AIC	BIC	df	$\Delta X^2$	p	McFadden R <sup>2</sup>	Nagelkerke R <sup>2</sup>	Tjur R <sup>2</sup>	Cox & Snell R <sup>2</sup>
M <sub>0</sub>	508.313	510.313	514.277	388			0.000		0.000	
M <sub>1</sub>	242.589	246.589	254.516	387	265.724	< .001	0.523	0.679	0.601	0.495

### Coefficients

Model		Estimate	Standard Error	Odds Ratio	z	Wald Test		
						Wald Statistic	df	p
M <sub>0</sub>	(Intercept)	-0.576	0.106	0.562	-5.451	29.712	1	< .001
M <sub>1</sub>	(Intercept)	10.571	1.076	38979.595	9.821	96.447	1	< .001
	Total Skor PSE	-0.090	0.009	0.914	10.131	102.644	1	< .001

### Performance metrics

	Value
Sensitivity	0.857
Specificity	0.920

## Uji logistik PBA terhadap dimensi PSE

### *Coefficients*

Model		Estimate	Standard Error	Odds Ratio	z	Wald Test		
						Wald Statistic	df	p
M <sub>0</sub>	(Intercept)	-0.576	0.106	0.562	5.451 <sup>-</sup>	29.712	1	< .001
M <sub>1</sub>	(Intercept)	7.120	1.096	1236.806	6.498	42.225	1	< .001
	Dimensi Discipline	0.099	0.045	1.104	2.195	4.817	1	0.028
	Dimensi Achievement	-0.122	0.067	0.885	1.819 <sup>-</sup>	3.309	1	0.069
	Dimensi Recreation	-0.166	0.076	0.847	2.186 <sup>-</sup>	4.777	1	0.029
	Dimensi Nurturance	-0.175	0.068	0.839	2.592 <sup>-</sup>	6.717	1	0.010
	Dimensi Health	0.029	0.050	1.029	0.579	0.336	1	0.562

Lampiran 16. Kuesioner Alat Ukur *Parental Burnout Assesment (PBA)* dan *Self-Efficacy Parenting Task Indeks (SEPTI)* dengan Google Form



### SURVEI KONDISI IBU TUNGGAL BEKERJA

Sela Apriliani 2020/03/07

## Survei Kondisi Ibu Tunggal Yang Bekerja

Selamat pagi/siang/sore/malam,

Perkenalkan saya Sela Apriliani (2021031073) yang merupakan mahasiswi Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya (UPJ). Saat ini saya sedang melakukan penelitian skripsi terkait kondisi Ibu Tunggal yang bekerja. Oleh karena itu, saya meminta kesediaan Anda untuk mengisi serta melengkapi kuesioner penelitian ini.

Penelitian ini ditujukan hanya untuk kepentingan ilmiah. Segala hasil jawaban dari setiap responden dalam kuesioner ini adalah milik Program Studi Psikologi UPJ dan akan dijaga kerahasiaannya. Anda diminta untuk mengerjakan secara individual. **Tidak ada jawaban benar atau pun salah**, oleh karena itu Anda dapat menjawab sesuai dengan apa yang Anda pikirkan, rasakan, atau lakukan terkait dengan setiap pernyataan yang diberikan.

**Kriteria dalam penelitian ini, yaitu;**

1. Ibu tunggal yang bekerja
2. Memiliki anak dengan rentang usia 5 -12 tahun
3. Tinggal di dalam satu rumah yang sama dengan anak

Dalam proses ini, saya memiliki seorang pembimbing karena saya belum ahli dalam melakukan proses penelitian mandiri tanpa bimbingan. Saya dibimbing oleh Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog. (Alamat: Program Studi Psikologi di Fakultas Humaniora dan Bisnis Universitas Pembangunan Jaya, Telepon: (021) 7455555).

Jika Anda memiliki kritik, saran atau pertanyaan terkait dengan penelitian ini, Anda dapat menghubungi peneliti melalui e-mail: sela.apriliani@student.upj.ac.id

Atas perhatiannya, saya ucapkan terima kasih.

Regards,  
Sela Apriliani

\* Indicates required question

Apakah Anda bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini? \*

Ya  
 Tidak

Next  Page 1 of 9 Clear form

Pendidikan Terakhir \*

Choose ▾

---

Pekerjaan Utama \*

PNS

Karyawan Swasta

Wiraswasta (Pedagang, pemilik toko, content creator)

Other: \_\_\_\_\_

---

Bentuk Pekerjaan Utama \*

Work From Office (WFO)

Work From Home (WFH)

Work From Anywhere (WFA)

Other: \_\_\_\_\_

---

Apakah Anda mempunyai lebih dari satu pekerjaan? \*

Jika iya, silahkan menuliskan jenis pekerjaan dibawah ini. Jika tidak, berikan tanda (-)

Your answer \_\_\_\_\_

---

Jumlah jam kerja per-hari (contoh: 6) \*

Jumlah jam kerja dihitung dari pekerjaan utama dan pekerjaan tambahan

Your answer \_\_\_\_\_

---

Jumlah anak (contoh: 2) \*

Your answer \_\_\_\_\_

---

Usia anak (contoh: 10) \*

Jika jumlah anak lebih dari satu, urutkan menggunakan tanda koma dari usia anak yang paling kecil (contoh: 6, 11)

Your answer \_\_\_\_\_

---

Jumlah anggota keluarga dalam satu rumah (contoh: 2) \*

Jumlah anggota keluarga termasuk ibu

Your answer \_\_\_\_\_

### Identitas Diri

Pada bagian ini, Anda diminta untuk mengisikan identitas sesuai dengan diri Anda yang sebenar-benarnya.

Nama Inisial (Contoh: SA) \*

Your answer \_\_\_\_\_

---

Usia \*

Dijawab hanya angka (Contoh: 21)

Your answer \_\_\_\_\_

Alasan menjadi ibu tunggal \*

- Bercerai hidup
- Bercerai Mati
- Memilih untuk tidak menikah
- Other: \_\_\_\_\_

Ketika Ibu bekerja, siapa yang biasanya menjaga atau menemani anak? \*

- Keluarga Ibu (misalnya nenek, kakek, saudara kandung)
- Keluarga Ayah (misalnya nenek, kakek, saudara kandung)
- Daycare atau tempat penitipan anak
- Pengasuh (babysitter) di rumah
- Tetangga atau teman dekat
- Anak tetap di rumah tanpa pengawasan langsung
- Other: \_\_\_\_\_

Penghasilan per-bulan \*

- <Rp5.000.000,00
- Rp5.000.000,00 - Rp9.999.999,00
- Rp10.000.000,00 - Rp14.999.999,00
- Rp15.000.000,00 - Rp19.999.999,00
- ≥Rp20.000.000,00

Back

Next

Page 2 of 9

Clear form

### Bagian 1

Anak-anak adalah sumber kebahagiaan dan kebanggaan yang tak ternilai bagi orang tua. Namun, di sisi lain, peran sebagai orang tua juga bisa terasa melelahkan. **Perasaan lelah yang dialami, bukan berarti orang tua tidak menikmati atau mensyukuri perannya dalam mengasuh anak. Sebaliknya, perasaan bahagia dan lelah dapat berjalan beriringan menjadi bagian dari perjalanan mengasuh dan mencintai dengan sepenuh hati.**

Kuesioner di bawah ini bertujuan untuk mengetahui perasaan lelah yang mungkin dirasakan oleh orang tua.

Pilih jawaban yang paling sesuai dengan perasaan Anda. **Tidak ada jawaban benar atau salah.**

Jika Anda tidak pernah merasakan pernyataan yang disebutkan, pilih "**Tidak pernah.**" Jika Anda pernah merasakannya, tentukan seberapa sering dengan memilih salah satu jawaban dari "**Beberapa kali dalam setahun**" hingga "**Setiap hari.**"

Saya merasa sangat lelah menjalani peran sebagai orang tua sehingga bahkan tidur pun tidak cukup untuk memulihkan energi saya. \*

- Tidak Pernah
- Beberapa kali dalam setahun
- Sekali dalam sebulan atau kurang
- Beberapa kali dalam sebulan
- Sekali dalam seminggu
- Beberapa kali dalam seminggu
- Setiap hari

Saya merasa bingung dalam menjalani peran sebagai ibu. \*

- Tidak Pernah
- Beberapa kali dalam setahun
- Sekali dalam sebulan atau kurang
- Beberapa kali dalam sebulan
- Sekali dalam seminggu
- Beberapa kali dalam seminggu
- Setiap hari

Saya merasa benar-benar kelelahan dengan peran saya sebagai orang tua. \*

- Tidak Pernah
- Beberapa kali dalam setahun
- Sekali dalam sebulan atau kurang
- Beberapa kali dalam sebulan
- Sekali dalam seminggu
- Beberapa kali dalam seminggu
- Setiap hari

Saya merasa benar-benar tidak punya energi untuk mengasuh anak-anak. \*

- Tidak Pernah
- Beberapa kali dalam setahun
- Sekali dalam sebulan atau kurang
- Beberapa kali dalam sebulan
- Sekali dalam seminggu
- Beberapa kali dalam seminggu
- Setiap hari

Saya merasa tidak lagi menjadi ibu yang baik seperti dulu bagi anak (atau anak-anak) saya. \*

- Tidak Pernah
- Beberapa kali dalam setahun
- Sekali dalam sebulan atau kurang
- Beberapa kali dalam sebulan
- Sekali dalam seminggu
- Beberapa kali dalam seminggu
- Setiap hari

Saya merasa bahwa saya mengasuh anak (anak-anak) secara otomatis sebagai rutinitas saja. \*

- Tidak Pernah
- Beberapa kali dalam setahun
- Sekali dalam sebulan atau kurang
- Beberapa kali dalam sebulan
- Sekali dalam seminggu
- Beberapa kali dalam seminggu
- Setiap hari

Saya merasa sangat kehabisan tenaga dalam menjalani peran sebagai orang tua. \*

- Tidak Pernah
- Beberapa kali dalam setahun
- Sekali dalam sebulan atau kurang
- Beberapa kali dalam sebulan
- Sekali dalam seminggu
- Beberapa kali dalam seminggu
- Setiap hari

Saya merasa tidak sanggup menghadapi peran sebagai orang tua. \*

- Tidak Pernah
- Beberapa kali dalam setahun
- Sekali dalam sebulan atau kurang
- Beberapa kali dalam sebulan
- Sekali dalam seminggu
- Beberapa kali dalam seminggu
- Setiap hari

Ketika saya bangun di pagi hari dan harus menjalani hari dengan anak (atau anak-anak) saya, saya merasa lelah bahkan sebelum saya memulainya \*

- Tidak Pernah
- Beberapa kali dalam setahun
- Sekali dalam sebulan atau kurang
- Beberapa kali dalam sebulan
- Sekali dalam seminggu
- Beberapa kali dalam seminggu
- Setiap hari

Saya mengatakan kepada diri sendiri bahwa saya tidak lagi berperan sebagai orang tua seperti sebelumnya \*

- Tidak Pernah
- Beberapa kali dalam setahun
- Sekali dalam sebulan atau kurang
- Beberapa kali dalam sebulan
- Sekali dalam seminggu
- Beberapa kali dalam seminggu
- Setiap hari

[Back](#)

[Next](#)

Page 3 of 9

[Clear form](#)

### Bagian 1 (Lanjutan)

Anak-anak adalah sumber kebahagiaan dan kebanggaan yang tak ternilai bagi orang tua. Namun, di sisi lain, peran sebagai orang tua juga bisa terasa melelahkan. **Perasaan lelah yang dialami, bukan berarti orang tua tidak menikmati atau mensyukuri perannya dalam mengasuh anak. Sebaliknya, perasaan bahagia dan lelah dapat berjalan beriringan menjadi bagian dari perjalanan mengasuh dan mencintai dengan sepenuh hati.**

Kuesioner di bawah ini bertujuan untuk mengetahui perasaan lelah yang mungkin dirasakan oleh orang tua.

Pilih jawaban yang paling sesuai dengan perasaan Anda. **Tidak ada jawaban benar atau salah.**

Jika Anda tidak pernah merasakan pernyataan yang disebutkan, pilih **"Tidak pernah."** Jika Anda pernah merasakannya, tentukan seberapa sering dengan memilih salah satu jawaban dari **"Beberapa kali dalam setahun"** hingga **"Setiap hari."**

Saya tidak lagi menikmati waktu bersama anak (atau anak-anak) saya. \*

- Tidak Pernah
- Beberapa kali dalam setahun
- Sekali dalam sebulan atau kurang
- Beberapa kali dalam sebulan
- Sekali dalam seminggu
- Beberapa kali dalam seminggu
- Setiap hari

Saya hanya melakukan apa yang seharusnya saya lakukan untuk anak-anak saya, \* tapi tidak lebih dari itu.

- Tidak Pernah
- Beberapa kali dalam setahun
- Sekali dalam sebulan atau kurang
- Beberapa kali dalam sebulan
- Sekali dalam seminggu
- Beberapa kali dalam seminggu
- Setiap hari

Peran saya sebagai orang tua menghabiskan semua sumber daya saya (fisik, mental, dan finansial). \*

- Tidak Pernah
- Beberapa kali dalam setahun
- Sekali dalam sebulan atau kurang
- Beberapa kali dalam sebulan
- Sekali dalam seminggu
- Beberapa kali dalam seminggu
- Setiap hari

<p>Saya tidak sanggup lagi menjadi orang tua. *</p> <p><input type="radio"/> Tidak Pernah</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam setahun</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam sebulan atau kurang</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam sebulan</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Setiap hari</p>	<p>Saya tidak bisa lagi menunjukkan kepada anak (atau anak-anak) saya betapa saya mencintai mereka *</p> <p><input type="radio"/> Tidak Pernah</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam setahun</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam sebulan atau kurang</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam sebulan</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Setiap hari</p>
<p>Saya merasa malu dengan diri saya sendiri sebagai orang tua saat ini. *</p> <p><input type="radio"/> Tidak Pernah</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam setahun</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam sebulan atau kurang</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam sebulan</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Setiap hari</p>	<p>Hanya memikirkan semua hal yang harus saya lakukan untuk anak (atau anak-anak) saja sudah membuat saya merasa lelah. *</p> <p><input type="radio"/> Tidak Pernah</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam setahun</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam sebulan atau kurang</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam sebulan</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Setiap hari</p>
<p>Saya tidak lagi bangga dengan diri saya sebagai orang tua *</p> <p><input type="radio"/> Tidak Pernah</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam setahun</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam sebulan atau kurang</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam sebulan</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Setiap hari</p>	<p>Di luar rutinitas harian (seperti mengantar jemput, waktu tidur, dan makan), saya tidak bisa memberikan usaha lebih untuk anak-anak saya. *</p> <p><input type="radio"/> Tidak Pernah</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam setahun</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam sebulan atau kurang</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam sebulan</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Setiap hari</p>
<p>Saya merasa tidak lagi menjadi diri saya sendiri ketika berinteraksi dengan anak-anak saya. *</p> <p><input type="radio"/> Tidak Pernah</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam setahun</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam sebulan atau kurang</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam sebulan</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Setiap hari</p>	<p>Saya menjalankan peran sebagai orang tua semata-mata karena kewajiban. *</p> <p><input type="radio"/> Tidak Pernah</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam setahun</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam sebulan atau kurang</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam sebulan</p> <p><input type="radio"/> Sekali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Beberapa kali dalam seminggu</p> <p><input type="radio"/> Setiap hari</p>

Back

Next

Page 4 of 9

Clear form

## Bagian 2

Berikut terdapat beberapa butir pernyataan, bacalah dan pahami setiap pernyataan yang ada. Anda diminta untuk memberikan jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda. **Tidak ada jawaban benar dan salah** dalam kuesioner ini.

Kuesioner ini memiliki rentang opsi respons dari angka 1 hingga angka 6 dengan keterangan, sebagai berikut:

- 1 = Sangat setuju
- 2 = Setuju
- 3 = Agak setuju
- 4 = Agak tidak setuju
- 5 = Tidak setuju
- 6 = Sangat tidak setuju

1. Saya cukup baik dalam hal mendisiplinkan anak saya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju                     Sangat tidak setuju

2. Saya kesulitan menentukan aturan yang tepat untuk anak saya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju                     Sangat tidak setuju

3. Anak saya sepertinya tidak pernah mendengarkan permintaan saya ketika saya memintanya melakukan sesuatu. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju                     Sangat tidak setuju

4. Saya merasa lebih sulit menerapkan kedisiplinan dibandingkan dengan aspek pengasuhan lainnya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju                     Sangat tidak setuju

5. Keterampilan saya dalam mendisiplinkan anak setara dengan rata-rata orang tua pada umumnya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju                     Sangat tidak setuju

6. Saya menghabiskan terlalu banyak waktu dengan upaya disiplin yang tidak efektif terhadap anak-anak saya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju                     Sangat tidak setuju

7. Saya tidak terlalu kesulitan mendisiplinkan anak saya \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju                     Sangat tidak setuju

8. Saya cukup baik dalam membantu anak saya dengan tugas sekolahnya \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju                     Sangat tidak setuju

9. Saya mungkin lebih membantu anak saya dalam hal tugas sekolah dibandingkan orang tua lainnya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju                     Sangat tidak setuju

Back

Next

Page 5 of 9

Clear form

## Bagian 2 (Lanjutan)

Berikut terdapat beberapa butir pernyataan, bacalah dan pahami setiap pernyataan yang ada. Anda diminta untuk memberikan jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda. **Tidak ada jawaban benar dan salah** dalam kuesioner ini.

Kuesioner ini memiliki rentang opsi respons dari angka 1 hingga angka 6 dengan keterangan, sebagai berikut:

- 1 = Sangat setuju
- 2 = Setuju
- 3 = Agak setuju
- 4 = Agak tidak setuju
- 5 = Tidak setuju
- 6 = Sangat tidak setuju

10. Saya terlibat dalam pendidikan anak saya sebanyak mungkin. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju                     Sangat tidak setuju

11. Membantu anak saya dengan tugas sekolah membuat saya sangat frustrasi \*

1   2   3   4   5   6

Sangat Tidak Setuju                     Sangat Setuju

12. Saya yakin anak saya tahu bahwa saya tertarik dengan kehidupannya di sekolah \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju                     Sangat tidak setuju

13. Saya tidak terlibat dalam pendidikan anak saya sebanyak yang seharusnya \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju                     Sangat tidak setuju

14. Saya baik dalam membantu anak saya menyelesaikan masalah di sekolahnya \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju                     Sangat tidak setuju

15. Saya adalah orang tua yang baik dalam hal mengatur anak saya untuk bermain dengan teman-temannya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju       Sangat tidak setuju

21. Saya memenuhi harapan saya sendiri dalam hal memberikan dukungan emosional untuk anak saya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju       Sangat tidak setuju

16. Saya merasa tidak cukup berusaha untuk memastikan anak saya bersenang-senang. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju       Sangat tidak setuju

22. Saya merupakan orang tua yang cukup penyayang. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju       Sangat tidak setuju

17. Saya puas dengan kemampuan saya menyediakan media bermain untuk anak saya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju       Sangat tidak setuju

23. Saya kesulitan mengekspresikan kasih sayang kepada anak saya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju       Sangat tidak setuju

18. Ketika anak saya ingin bermain dengan temannya, saya berusaha keras untuk mewujudkannya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju       Sangat tidak setuju

24. Saya tahu saya tidak cukup hadir secara emosional untuk anak saya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju       Sangat tidak setuju

25. Menjadi orang tua yang penuh kasih sayang terasa mudah bagi saya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju       Sangat tidak setuju

26. Saya berusaha keras untuk mengutamakan kebutuhan emosional anak saya dari pada kebutuhan saya sendiri. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju       Sangat tidak setuju

27. Saya secara konsisten mendorong anak saya untuk mengekspresikan emosinya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju       Sangat tidak setuju

28. Saya adalah orang tua yang baik dalam hal menjaga kesehatan fisik anak saya. \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju       Sangat tidak setuju

Back
Next
Page 6 of 9
Clear form

**Bagian 2 (Lanjutan)**

Berikut terdapat beberapa butir pernyataan, bacalah dan pahami setiap pernyataan yang ada. Anda diminta untuk memberikan jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda. **Tidak ada jawaban benar dan salah** dalam kuesioner ini.

Kuesioner ini memiliki rentang opsi respons dari angka 1 hingga angka 6 dengan keterangan, sebagai berikut:

**1 = Sangat setuju**  
**2 = Setuju**  
**3 = Agak setuju**  
**4 = Agak tidak setuju**  
**5 = Tidak setuju**  
**6 = Sangat tidak setuju**

19. Saya melakukan pekerjaan yang baik dalam memastikan anak saya memiliki berbagai pengalaman rekreasi (seperti bermain ke taman, playground, piknik, dll). \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju       Sangat tidak setuju

20. Saya tidak terlibat dalam rekreasi anak saya (seperti bermain ke taman, playground, piknik, dll). \*

1   2   3   4   5   6

Sangat setuju       Sangat tidak setuju

Back
Next
Page 7 of 9
Clear form

### Bagian 2 (Lanjutan)

Berikut terdapat beberapa butir pernyataan, bacalah dan pahami setiap pernyataan yang ada. Anda diminta untuk memberikan jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda. **Tidak ada jawaban benar dan salah** dalam kuesioner ini.

Kuesioner ini memiliki rentang opsi respons dari angka 1 hingga angka 6 dengan keterangan, sebagai berikut:

- 1 = Sangat setuju
- 2 = Setuju
- 3 = Agak setuju
- 4 = Agak tidak setuju
- 5 = Tidak setuju
- 6 = Sangat tidak setuju

29. Saya tahu bahwa saya kurang peduli terhadap kesehatan anak saya. \*

1 2 3 4 5 6  
Sangat setuju       Sangat tidak setuju

30. Saya bekerja keras untuk mendorong kebiasaan sehat pada anak saya \*

1 2 3 4 5 6  
Sangat setuju       Sangat tidak setuju

31. Saya selalu memastikan anak saya mendapatkan perhatian medis segera jika \* diperlukan.

1 2 3 4 5 6  
Sangat setuju       Sangat tidak setuju

32. Saya cenderung agak santai dalam hal kesehatan fisik anak saya \*

1 2 3 4 5 6  
Sangat setuju       Sangat tidak setuju

33. Saya tidak terlalu pandai merawat anak saya saat dia sakit. \*

1 2 3 4 5 6  
Sangat setuju       Sangat tidak setuju

34. Saya sering mengabaikan tanda-tanda awal penyakit pada anak saya, berharap apapun itu akan hilang dengan sendirinya \*

1 2 3 4 5 6  
Sangat setuju       Sangat tidak setuju

[Back](#) [Submit](#)  Page 9 of 9 [Clear form](#)



## Survei Kondisi Ibu Tunggal Yang Bekerja

Terima kasih banyak atas waktu dan partisipasi Ibu dalam mengisi kuesioner ini. Jawaban yang diberikan akan sangat membantu kami dalam penelitian ini. Kami sangat menghargai kontribusi Ibu dalam memberikan informasi yang berharga!♥♥

Regards,  
Sela Aprilliani

**TABEL 5.1**  
**PENENTUAN JUMLAH SAMPEL DARI POPULASI TERTENTU**  
**DENGAN TARAF KESALAHAN 1%, 5%, DAN 10%**

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	163	138	2800	537	339	247
15	15	14	14	290	202	166	140	3000	543	342	248
20	19	19	19	300	207	169	143	3500	558	348	251
25	24	24	23	320	216	175	147	4000	569	352	254
30	29	28	27	340	225	181	151	4500	578	356	255
35	33	32	31	360	234	187	155	5000	586	358	257
40	38	36	35	380	242	192	158	6000	598	363	259
45	42	40	39	400	250	197	162	7000	606	366	261
50	47	44	42	420	257	201	165	8000	613	368	262
55	51	48	46	440	265	206	168	9000	618	370	263
60	55	52	49	460	272	210	171	10000	622	372	263
65	59	56	53	480	279	214	173	15000	635	376	266
70	63	59	56	500	285	218	176	20000	642	379	267
75	67	63	59	550	301	227	182	30000	649	381	268
80	71	66	62	600	315	235	187	40000	653	382	269
85	75	70	65	650	329	242	191	50000	655	383	269
90	79	73	68	700	341	249	195	75000	658	384	270
95	83	76	71	750	352	255	199	100000	659	385	270
100	87	80	73	800	363	261	202	150000	661	385	270
110	94	86	78	850	373	266	205	200000	661	385	270
120	102	92	83	900	382	270	208	250000	662	386	270
130	109	97	88	950	391	275	211	300000	662	386	270
140	116	103	92	1000	399	277	213	350000	662	386	270
150	122	108	97	1100	414	286	217	400000	662	386	270
160	129	113	101	1200	427	292	221	450000	663	386	270
170	135	118	105	1300	440	298	224	500000	663	386	270
180	142	123	108	1400	450	303	227	550000	663	386	270
190	148	128	112	1500	460	307	229	600000	663	386	270
200	154	132	115	1600	469	311	232	650000	663	386	270
210	160	136	118	1700	477	315	234	700000	663	386	270
220	165	140	122	1800	485	318	235	750000	663	386	271
230	171	144	125	1900	492	321	237	800000	663	386	271
240	176	148	127	2000	498	324	238	900000	663	386	271
250	182	152	130	2200	510	329	241	950000	663	386	271
260	187	156	133	2400	520	333	243	1000000	663	386	271
270	192	159	135	2600	529	336	245	∞	664	386	271

Lampiran 18. Formulir Pengajuan Skripsi/TA

Lampiran 2

	<b>FORMULIR PENGAJUAN SKRIPSI/TA</b>	SPT-I/03/BP/POB-17/F-01
		No. Rekaman

Nama Mahasiswa : Sela Apriliani  
 Prodi/NIM : Psikologi/2021031073  
 Judul Skripsi/TA yang diajukan : Pengaruh *Parenting Self-Efficacy* Terhadap *Parental Burnout* pada Ibu Tunggal Bekerja

Telah memenuhi syarat pengajuan Skripsi/TA: (mohon beri tanda V untuk syarat yang relevan)

No	Syarat	Ya	Tidak
1	Jumlah sks lulus (sesuai ketentuan Prodi)	V	
2	Mata kuliah prasyarat (sesuai ketentuan Prodi)	V	
3	IPK minimal 2.00	V	
4	Tidak sedang terkena sanksi akademik/sanksi lainnya	V	
5	Poin JSDP (sesuai ketentuan Prodi)	V	
6	Mengumpulkan Proposal Skripsi (sesuai ketentuan Prodi)	V	
7	MK Skripsi/TA tercantum di KRS semester berjalan	V	

Tangerang Selatan, 26 Februari 2025

Mengajukan,	Menyetujui,	Menyetujui,
 Sela Apriliani	 Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog	 Aries Yulianto, S.Psi., M.Si
Mahasiswa	Dosen PA	Koordinator Skripsi/TA

Lampiran 19. Formulir Persetujuan Penulisan Skripsi/TA

	<b>FORMULIR PERSETUJUAN PENULISAN SKRIPSI/TA</b>	SPT-I/03/BP/POB-17/F-02
		No. Rekaman

**Nama Mahasiswa** : Sela Apriliani  
**Prodi/NIM** : Psikologi/2021031073  
**Judul Skripsi/TA yang diajukan** : Pengaruh *Parenting Self-Efficacy* Terhadap *Parental Burnout* pada Ibu Tunggal Bekerja

**Telah disetujui untuk menulis Skripsi/TA**

Dosen Pembimbing Skripsi/TA yang ditugaskan Prodi adalah:

No	Nama	NIDN	JAD
1	Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog.	0420049601	Asisten Ahli

Tangerang Selatan, 26 Februari 2025

Menugaskan,	Menyetujui,	Menerima,
 Aries Yulianto, S.Psi., M.Si	 Aries Yulianto, S.Psi., M.Si	 Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog
Koordinator Skripsi/TA	Kepala Program Studi	Dosen Pembimbing

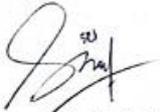
Lampiran 20. Formulir Pembimbingan Skripsi/TA

	<b>FORMULIR PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TA</b>	SPT-I/03/SOP-28/F-03
		No. Bekaman

Nama Mahasiswa : Sela Apriliani  
 Prodi/NIM : Psikologi / 2021031073  
 Judul Skripsi/TA yang diajukan : Pengaruh *Parenting Self-Efficacy* terhadap *Parental Burnout* pada Ibu Tunggal Bekerja

No	Tanggal	Materi Pembimbingan	Paraf Mhs	Paraf Dosen Pembimbing
1	03 Februari 2025	Melakukan revisi kuesioner penelitian		ell
2	12 Maret 2025	Revisi dan diskusi Bab 1 – 3		ell
3	30 April 2025	Evaluasi progres data responden penelitian		ell
4	15 Mei 2025	Bimbingan progres hasil analisis data penelitian		ell
5	21 Mei 2025	Bimbingan progress hasil analisis data penelitian		ell
6	23 Mei 2025	Bimbingan draft Bab 4 Hasil dan Analisis		ell
7	26 Mei 2025	Bimbingan Bab 4 dan draft Bab 5		ell
8	30 Mei 2025	Bimbingan progres dan revisi Bab 4 - 5		ell
9	05 Juni 2025	Bimbingan progres dan revisi Bab 5		ell
10	09 Juni 2025	Bimbingan revisi Bab 1 – 5 dan finalisasi laporan skripsi		ell

\* Jika pembimbingan lebih dari minimal 8 kali, mohon membuat salinan formulir ini

 Sela Apriliani	 Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog.
Mahasiswa	Dosen Pembimbing



Lampiran 22. Hasil Cek Plagiarisme dengan Turnitin

Laporan skripsi\_Sela.pdf

ORIGINALITY REPORT

**14%**  
SIMILARITY INDEX

**12%**  
INTERNET SOURCES

**5%**  
PUBLICATIONS

**3%**  
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://eprints.upj.ac.id">eprints.upj.ac.id</a> Internet Source	2%
2	<a href="http://core.ac.uk">core.ac.uk</a> Internet Source	1%
3	<a href="http://123dok.com">123dok.com</a> Internet Source	<1%
4	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet Source	<1%
5	<a href="http://adoc.pub">adoc.pub</a> Internet Source	<1%
6	<a href="http://ejournal.umm.ac.id">ejournal.umm.ac.id</a> Internet Source	<1%
7	<a href="http://konsultasiskripsi.com">konsultasiskripsi.com</a> Internet Source	<1%
8	Fatiha Putri Rahmani, Fuad Nashori. "MENURUNKAN PARENTAL BURNOUT IBU DENGAN ANAK USIA PRASEKOLAH: EFEKTIFKAH PELATIHAN MINDFULNESS SPIRITUAL BERBASIS ISLAM? REDUCING PARENTAL BURNOUT AMONG MOTHERS OF PRESCHOOL CHILDREN: IS ISLAMIC-BASED SPIRITUAL MINDFULNESS TRAINING EFFECTIVE?", MOTIVA: JURNAL PSIKOLOGI, 2024 Publication	<1%

Lampiran 23. Hasil Cek Plagiarisme dengan Plagiarismcheck.org



8.32%

SIMILARITY OVERALL

SCANNED ON: 18 JUL 2025, 3:04 PM

Similarity report

Your text is highlighted according to the matched content in the results above.

● IDENTICAL 0.12% ● CHANGED TEXT 8.2% ● QUOTES 0.52%

Report #27549933

8 23 BAB I PENDAHULUAN 1.1 Latar Belakang Masalah Menjadi orang tua merupakan tanggung jawab yang kompleks dan penuh tantangan, terutama dalam memenuhi kebutuhan emosional, pendidikan, dan kesejahteraan anak. Pada situasi tertentu, tantangan ini menjadi semakin berat ketika tanggung jawab tersebut harus dijalani seorang diri, seperti yang dialami oleh ibu tunggal. Di Indonesia, jumlah rumah tangga yang dipimpin oleh perempuan termasuk ibu tunggal yang mengambil peran sebagai kepala keluarga semakin meningkat (BPS, 2022). Peran ini tidak hanya terbatas pada tanggung jawab pengasuhan anak, tetapi juga mencakup kewajiban untuk mencukupi kebutuhan finansial keluarga. Bagi ibu tunggal, tidak ada pilihan lain selain mengemban kedua peran ini secara bersamaan, yaitu sebagai pencari nafkah sekaligus pengasuh utama bagi anak-anak mereka (Fitriyana, 2022). 15 Hutasoit dan Brahmana (2021), menyebutkan bahwa ibu tunggal, atau yang juga dikenal dengan sebutan single mother, adalah seorang wanita yang menjadi kepala keluarga setelah bercerai, pasangan meninggal dunia, atau ditinggalkan pasangan tanpa alasan. Data pada tahun 2022, tercatat bahwa perempuan memimpin sekitar 12,72% dari total 70,6 juta rumah tangga di Indonesia, yang setara dengan sekitar 8,9 juta rumah tangga (BPS, 2022). Berdasarkan jumlah tersebut, terdapat beberapa keadaan yang dapat membuat perempuan mengambil peran sebagai kepala keluarga,