

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Parental burnout*

2.1.1 *Definisi Parental Burnout*

Definisi *parental burnout* telah dikemukakan oleh berbagai peneliti. Roskam et al (sebagaimana dikutip dalam Mikolajczak et al., 2019) mengungkapkan “*Parental burnout is defined as a state of intense exhaustion related to one’s parental role, in which one becomes emotionally detached from one’s children and doubtful of one’s capacity to be a good parent*” (Mikolajczak et al., 2019, p.1). Penjelasan tersebut menyatakan bahwa *parental burnout* merupakan situasi kelelahan yang mendalam, serta berkaitan dengan peran pengasuhan, di mana individu merasa terpisah secara emosional dari anak-anaknya dan meragukan kemampuannya untuk menjalankan peran sebagai orang tua yang efektif (Roskam et al sebagaimana dikutip dalam Mikolajczak et al., 2019). Definisi lain dari *parental burnout* dikemukakan oleh Hubert dan Aujoulat, (2018) “*that of parental burnout, situations where exhaustion occurs as a result of being physically and emotionally overwhelmed by one’s parental role*” (Hubert & Aujoulat, 2019, p.1) yaitu suatu kondisi kelelahan secara fisik maupun emosional dalam menjalani peran sebagai orang tua. Sedangkan menurut Procaccini dan Kiefaber (1983) “*parent burnout is a downward drift toward physical, emotional, and spiritual exhaustion resulting from the combination of chronic high stress and perceived low personal growth and autonomy*” (Procaccini & Kiefaber, 1983, p.43), yaitu penurunan yang mengarah pada kelelahan fisik, emosional, dan spiritual yang disebabkan oleh kombinasi stres kronis yang tinggi dan merasa tidak ada perkembangan pribadi atau kehilangan rasa kendali atas hidup.

Berdasarkan berbagai definisi terkait *parental burnout* pada paragraf sebelumnya, peneliti mengacu pada definisi *parental burnout* menurut Roskam et al. (sebagaimana dikutip dalam Mikolajczak et al., 2019). Definisi ini dipilih karena memberikan penekanan yang lebih mendalam pada aspek emosional dalam pengalaman *burnout* orang tua, seperti kelelahan emosional, hilangnya kepuasan dalam menjalani peran pengasuhan, dan munculnya jarak emosional dengan anak.

Selain itu, definisi *parental burnout* Roskam et al. (2018) sudah banyak digunakan pada berbagai penelitian yaitu sebanyak 616 kali di Google Scholar. Salah satu penelitian terdahulu yang mengacu pada definisi tersebut seperti studi yang dilakukan oleh Muliasari dan Amalia (2024), yang meneliti dampak dukungan sosial dan *parenting self-efficacy* terhadap *parental burnout* pada 112 ibu yang bekerja.

2.1.2 Dimensi *Parental burnout*

Adapun empat dimensi *parental burnout* menurut Roskam et al. (sebagaimana dikutip dalam Mikolajczak & Roskam, 2018), adalah sebagai berikut:

a. *Exhaustion in One's Parental Role*

Menggambarkan rasa kelelahan yang mendalam terkait dengan peran orang tua, di mana orang tua merasa kelelahan saat memulai hari dan harus berhadapan dengan aktivitas bersama anak-anak. Orang tua juga merasa tertekan secara emosional oleh tanggung jawab tersebut, hingga hanya dengan memikirkan tanggung jawab sebagai orang tua sudah membuat mereka merasa mencapai batas kemampuan.

b. *Contrast with Previous Parental Self*

Keadaan dimana orang tua merasa bahwa mereka tidak lagi menjadi orang tua yang baik seperti sebelumnya. Selain itu, orang tua juga merasa kehilangan jati diri saat berinteraksi dengan anak-anaknya.

c. *Feeling of Being Fed Up*

Keadaan dimana orang tua mulai merasa sangat jenuh, muak dan frustrasi dengan peran mereka. Selain itu, mereka juga merasa jenuh dengan pengasuhan, tidak lagi dapat menjalani peran sebagai ayah atau ibu, dan kehilangan kebahagiaan saat bersama anak-anak mereka.

d. *Emotional Distancing*

Terciptanya jarak emosional antara orang tua dan anak, di mana orang tua kurang terlibat dalam proses pengasuhan dan hubungan dengan anak-anak, serta interaksi terbatas pada aspek-aspek fungsional atau praktis, sementara aspek emosional terabaikan.

2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi *Parental burnout*

Terdapat 13 faktor yang dapat memengaruhi *parental burnout*, yaitu:

a. Gender

Roskam dan Mikolajczak (2022), menyebutkan bahwa Ibu lebih berisiko mengalami *burnout* dibandingkan ayah. Hal tersebut dikarenakan tanggung jawab sehari-hari terkait anak, seperti mengawasi pekerjaan rumah, disiplin, dan aktivitas lainnya, lebih sering dibebankan pada ibu dibandingkan kepada Ayah (Roskam & Mikolajczak, 2020).

b. Usia Orang Tua

Menurut Roskam dan Mikolajczak (2022), orang tua yang berada di rentang usia 30-39 tahun lebih berisiko mengalami kelelahan dalam pengasuhan karena usia ini biasanya adalah fase ketika orang tua memiliki anak-anak yang masih kecil, sembari menyeimbangkan pekerjaan dan tanggung jawab rumah tangga.

c. Jumlah Anak

Semakin banyak anak yang dimiliki, semakin tinggi risiko orang tua mengalami *burnout* (Mikolajczak et al., 2019). Tanggung jawab merawat lebih dari satu anak, terutama jika mereka berada di usia yang sangat bergantung pada orang tua, meningkatkan tekanan pengasuhan (Roskam & Mikolajczak, 2022). Sejalan dengan pernyataan tersebut, Abidin et al. (2024) dalam penelitiannya juga menemukan bahwa semakin banyak jumlah anak, risiko *parental burnout* juga semakin tinggi.

d. Pekerjaan

Abidin et al. (2024) yang merujuk pada definisi Roskam et al. (2018) mengungkapkan bahwa orang tua dengan pekerjaan yang lebih baik cenderung memiliki tingkat *parental burnout* yang lebih rendah dibandingkan mereka yang tidak bekerja.

e. Status Ekonomi

Status ekonomi dinilai berdasarkan persepsi individu terhadap kemampuan finansialnya. Semakin baik kesejahteraan ekonomi orang tua, maka risiko *parental burnout* semakin rendah (Abidin et al., 2024).

f. Kondisi Psikologis Anak

Roskam dan Mikolajczak (2022), menyebutkan bahwa hanya memiliki satu anak berkebutuhan khusus atau memiliki setidaknya dua anak berkebutuhan khusus secara signifikan akan meningkatkan risiko *parental burnout*.

g. Parenting self-efficacy

Orang tua yang merasa tidak kompeten atau tidak yakin pada kemampuannya dalam melakukan tanggung jawab sebagai orang tua, cenderung mengalami *burnout* lebih tinggi karena adanya perasaan tidak efektif terhadap pengasuhan (Roskam & Mikolajczak, 2022). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Muliasari dan Amalia (2024), juga menunjukkan bahwa *parenting self-efficacy* menjadi salah satu faktor yang dapat mengurangi tingkat *parental burnout* pada ibu ketika menjalankan peran ganda.

h. Parenting perfectionism

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa ibu bekerja dengan sifat perfeksionis, yang ditandai oleh standar pribadi yang sangat tinggi dan kecenderungan fokus pada kritik diri berlebihan, cenderung lebih berisiko mengalami *parental burnout* yang signifikan (Damastuti & Adiati, 2022). Afifah et al. (2022) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa perfeksionisme dalam peran sebagai orang tua merupakan salah satu faktor yang menjadi penyebab *parental burnout*.

i. Resiliensi

Sorkkila dan Aunola (2022), mengungkapkan bahwa orang tua dengan tingkat resiliensi yang lebih tinggi cenderung memiliki risiko lebih rendah mengalami *parental burnout*. Hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa resiliensi berperan sebagai faktor yang signifikan dalam *parental burnout*.

j. Percieved Social Support

Muliasari dan Amalia, (2024), menyebutkan bahwa semakin tinggi *percieved social support* yang didapatkan maka risiko *parental burnout* yang di alami semakin menurun. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian lain oleh Lin et al. (2022), juga menunjukkan semakin besar dukungan sosial yang

dirasakan oleh orang tua, baik dari keluarga, teman, maupun pasangan, semakin rendah risiko mereka mengalami *burnout*.

k. *Work-Family Conflict*

Mikolajczak et al. (2022), dalam penelitiannya menyebutkan bahwa *work-family conflict* berkorelasi terhadap *parental burnout*. Artinya, semakin tinggi *work-family conflict*, maka dapat semakin tinggi juga ibu mengalami risiko *parental burnout*.

l. *Trait Emotional Intelligence*

Tinjauan literatur yang dilakukan oleh de Paula et al. (2021) terhadap studi Mikolajczak dan Roskam (2018) mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional berperan sebagai faktor yang dapat mempengaruhi terhadap *parental burnout*. Individu dengan tingkat kecerdasan emosional yang rendah cenderung memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami kelelahan dalam menjalankan peran sebagai orang tua.

m. *Co-Parenting*

Zhang dan Zhao (2024), menemukan adanya hubungan negatif antara *co-parenting* dan *parental burnout*, yang menunjukkan bahwa semakin efektif kerja sama antarorang tua dalam mengasuh anak, maka semakin rendah tingkat kelelahan pengasuhan yang dialami. Mereka juga menekankan bahwa pembagian tanggung jawab pengasuhan secara merata dapat mengurangi risiko *parental burnout*. Sebaliknya, apabila beban pengasuhan hanya dipikul oleh satu pihak, maka kemungkinan mengalami kelelahan dalam peran sebagai orang tua cenderung meningkat.

2.2 *Parenting self-efficacy*

2.2.1 *Definisi Parenting self-efficacy*

Berbagai peneliti telah mendefinisikan *parenting self-efficacy*. Coleman dan Karraker (2000) mengungkapkan “*Parenting self-efficacy which may be defined as parents’ self-referent estimations of competence in the parental role or as parents’ perceptions of their ability to positively influence the behavior and development of their children*” (Coleman & Karraker, 2000, p.13). Hal tersebut menjelaskan bahwa *parenting self-efficacy* merupakan elemen kognitif yang dapat

didefinisikan sebagai pandangan atau penilaian orang tua terhadap diri mereka sendiri terkait kemampuan dalam melaksanakan peran sebagai orang tua, serta kemampuan mereka untuk memberikan dampak yang baik terhadap perilaku dan perkembangan anak-anak mereka. Definisi lain tentang *parenting self-efficacy* juga dikemukakan oleh Jones dan Prinz (2005), "*Parenting Self-Efficacy is a related to child and family functioning, that can be broadly defined as the expectation caregivers hold about their ability to parent successfully*" (Jones & Prinz, 2005, p.342) didefinisikan sebagai keyakinan atau harapan yang dimiliki orang tua terhadap kemampuannya dalam menjalankan peran pengasuhan secara efektif dan berhasil. Sementara itu, Ardel dan Eccles (2001), mendefinisikan *parental self-efficacy* "*parental efficacy is defined as the parent's beliefs in his or her ability to influence the child and his or her environment to foster the child's development and success*" (Ardelt & Eccles, 2001, p.3) merupakan keyakinan orang tua terhadap kemampuan mereka untuk mempengaruhi anak dan lingkungan yang dapat mendukung pencapaian keberhasilan serta perkembangan anak.

Berdasarkan pemaparan dari berbagai definisi *parenting self-efficacy*, dalam penelitian ini, peneliti akan mengadopsi definisi milik Coleman dan Karraker (2000). Hal tersebut dikarenakan definisi ini memberikan kerangka yang jelas untuk mengukur sejauh mana orang tua merasa mampu mengarahkan perilaku dan pertumbuhan anak, serta menyoroti peran penting persepsi orang tua dalam mempengaruhi perkembangan anak secara positif. Definisi milik Coleman dan Karraker (2000) telah dikutip sebanyak 1189 pada Google Scholar. Selain itu, definisi ini mengacu pada kemampuan ibu dalam melaksanakan perannya sebagai orang tua, yang biasanya dikenal sebagai *maternal self-efficacy*. Hal ini selaras dengan tujuan penelitian ini yang lebih berfokus kepada ibu. Keputusan ini juga diperkuat oleh beberapa riset sebelumnya yang mengadopsi definisi tersebut sebagai dasar teori. Salah satunya adalah riset yang dilakukan oleh Muliasari dan Amalia (2024), yang mengacu pada definisi tersebut untuk mengeksplorasi pengaruh *parenting self-efficacy* pada 112 ibu yang bekerja di instansi pemerintah atau swasta di Indonesia. Najmi (2012), juga menggunakan definisi yang sama pada 60 subjek untuk mengetahui bagaimana perbedaan *parenting self-efficacy* pada ibu tunggal bekerja dan ibu menikah bekerja.

2.2.2 Dimensi *Parenting self-efficacy*

Coleman dan Karraker (1997; 2000), mengidentifikasi lima dimensi *parenting self-efficacy* yang diperoleh dari tanggung jawab orang tua dalam proses pengasuhan anak usia kanak-kanak madya:

a. *Discipline*

Dimensi *Discipline* didefinisikan sebagai keyakinan orang tua akan kemampuannya dalam menetapkan aturan dan menegakkan disiplin dalam pengasuhan (Coleman dan Karraker, 2000). Aspek kemampuan orang tua yang berkaitan dengan dimensi disiplin yang merupakan kemampuan untuk menciptakan aturan sesuai usia anak menunjukkan ketertarikan dalam mendisiplinkan anak, menyadari kewajibannya terhadap proses disiplin, menggunakan metode yang sesuai dengan tahap perkembangan anak, tidak bersikap kasar saat memperbaiki perilaku, serta mampu menerapkan rutinitas dalam kehidupan anak sehari-hari (Coleman & Karraker, 1997).

b. *Achievement*

Dimensi *Achievement* diartikan sebagai keyakinan orang tua akan kemampuannya dalam memfasilitasi pencapaian anak di sekolah (Coleman dan Karraker, 2000). Area kemampuan yang berhubungan dengan dimensi ini mencakup keterlibatan orang tua untuk turut serta dalam interaksi yang merangsang kognitif anak, memberikan motivasi pada tugas sekolah anak, menunjukkan minat pada kegiatan sekolah anak, berperan sebagai penasihat, serta mendorong kreativitas anak (Coleman & Karraker, 1997).

c. *Recreation*

Dimensi *recreation* menurut Coleman dan Karraker (2000), diartikan sebagai keyakinan orang tua akan kemampuannya untuk memenuhi kebutuhan anak akan kegiatan rekreasi, termasuk interaksi dengan teman sebaya. Area kemampuan yang berhubungan dengan dimensi ini menurut Coleman dan Karraker (1997), mencakup kemampuan orang tua dalam mengelola hubungan anak dengan teman sebaya, menunjukkan minat pada aktivitas rekreasi anak, menyediakan perlengkapan yang diperlukan, serta menyediakan ruang bermain yang memadai.

d. *Nurturance*

Dimensi *Nurturance* diartikan sebagai keyakinan orang tua kemampuannya untuk peka terhadap kebutuhan emosional anak (Coleman dan Karraker, 2000). Adapun kompetensi orang tua dalam dimensi ini mencakup bagaimana orang tua mampu memberikan kehangatan emosional, peka dan memperhatikan perasaan anak, membantu anak mengekspresikan emosinya sendiri, mendengarkan anak dengan perhatian penuh, serta mendorong kemandirian anak (Coleman & Karraker, 1997)

e. *Health*

Dimensi *Health* diartikan sebagai keyakinan orang tua akan kemampuannya dalam menjaga kesehatan fisik anak (Coleman dan Karraker, 2000). Lingkup keterampilan orang tua terkait dengan dimensi ini mencakup kemampuan orang tua dalam menyediakan nutrisi yang sesuai, melaksanakan perawatan kesehatan secara tepat waktu, mengidentifikasi gejala penyakit pada anak, mendukung kebersihan, mencegah cedera dengan baik, berusaha membuat anak mendapatkan waktu tidur yang cukup, serta memotivasi anak untuk beraktivitas di luar ruangan (Coleman & Karraker, 1997).

2.2.3 Faktor yang Memengaruhi *Parenting self-efficacy*

Adapun faktor yang memengaruhi *parenting self-efficacy* adalah sebagai berikut:

a. *Tingkat Penghasilan*

Tingkat penghasilan orang tua ditemukan memengaruhi tingkat *parenting self-efficacy*. Hal tersebut dikarenakan kondisi ekonomi yang kurang menguntungkan, membuat orang tua merasa kurang mampu untuk memberikan lingkungan yang ideal bagi perkembangan anak (Coleman & Karraker, 1997). Menurut Nurbaiti et al. (2021), ibu yang berpenghasilan tinggi juga dapat menjalankan tugas dan kewajiban rumah tangga dengan lebih percaya diri dan mandiri karena memiliki sumber daya yang cukup dalam proses pengasuhan.

b. Status pekerjaan

Status pekerjaan ditemukan berpengaruh terhadap *parenting self-efficacy*, terutama dalam hal ketersediaan waktu, tekanan kerja, dan kemampuan menyeimbangkan peran (Coleman & Karraker, 1997).

c. Tingkat pendidikan

Ibu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi biasanya memiliki *parenting self-efficacy* yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang memiliki pendidikan lebih rendah. Menurut Coleman dan Karraker (2000), ibu dengan tingkat pendidikan lebih tinggi akan lebih memahami perkembangan anak dan menerapkan strategi pengasuhan yang lebih efektif. Sejalan dengan hal tersebut, dalam penelitiannya (Ardi et al., 2021) menemukan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan orang tua, semakin tinggi pula tingkat *parenting self-efficacy* mereka, yang kemudian berpengaruh pada penerapan pola asuh yang lebih positif.

d. Pengalaman dengan anak-anak.

Pengalaman pribadi dalam mengasuh anak, baik itu melalui interaksi langsung bersama anak-anak mereka sendiri maupun dengan anak-anak orang lain, dapat membentuk kepercayaan diri orang tua dalam kemampuan mereka untuk menghadapi berbagai tantangan dalam pengasuhan (Coleman dan Karraker, 2000). Hal tersebut dianalisis berdasarkan teori Bandura yang menyebutkan bahwa bahwa mengalami atau terlibat langsung dalam tugas-tugas nyata memberikan pengalaman langsung yang menjadi sumber utama bagi seseorang untuk menilai kemampuannya (efikasi diri) dalam melakukan tugas tersebut (Coleman dan Karraker, 2000).

2.3 Kerangka Berpikir

Menjadi orang tua, bukanlah suatu tugas yang mudah karena melibatkan tanggung jawab besar untuk memenuhi kebutuhan fisik, emosional, pendidikan, serta memastikan agar mereka tumbuh menjadi individu yang mandiri dan berkepribadian baik. Bagi ibu tunggal bekerja, proses ini menjadi tantangan dan tekanan tersendiri karena menuntut kemampuan untuk menyeimbangkan peran

sebagai pengasuh utama, pendidik, sekaligus pencari nafkah (Hutasoit & Brahmana, 2021). Tekanan dari peran ganda ini lah yang kemudian berisiko memicu kondisi kelelahan intens terkait peran pengasuhan, atau dikenal dengan *parental burnout*.

Secara umum, *parental burnout* berkembang ketika orang tua mengalami kelelahan emosional yang mendalam akibat tekanan pengasuhan yang berkepanjangan, hingga memicu perasaan menjauh secara emosional dari anak dan menurunnya rasa pencapaian sebagai orang tua (Mikolajczak & Roskam, 2018). Pada ibu tunggal yang bekerja, hal ini dapat menjadi lebih kompleks karena mereka tidak mempunyai pilihan lain selain menjalani beban rumah tangga dan pengasuhan seorang diri. *Parental burnout* tidak hanya berdampak pada kesejahteraan psikologis ibu, tetapi juga mempengaruhi kualitas hubungan dengan anak-anak, yang pada akhirnya dapat memengaruhi perkembangan anak secara negatif (Mikolajczak & Roskam, 2018). Meier et al. (2016) menyebutkan bahwa ibu tunggal yang bekerja melaporkan lebih sedikit kebahagiaan dan lebih banyak kesedihan, stres, dan kelelahan dalam mengasuh anak daripada ibu yang berpasangan dan ibu yang tidak bekerja. Lebih lanjut, Abidin et al. (2024), mengungkapkan bahwa rendahnya keyakinan orang tua terhadap kemampuan mereka untuk menjalankan peran sebagai orang tua berhubungan dengan tingkat *burnout* yang lebih tinggi.

Pada situasi ini, *parenting self-efficacy* atau keyakinan akan kemampuan diri dalam memenuhi peran pengasuhan pada orang tua terutama ibu, sangat dibutuhkan sebagai salah satu aspek yang dapat menjadi faktor penting yang memengaruhi kesejahteraan psikologis pada ibu tunggal (Muliasari & Amalia, 2024). Penelitian terdahulu menyebutkan bahwa orang tua yang memiliki tingkat *parenting self-efficacy* tinggi cenderung melihat pengasuhan sebagai tantangan yang dapat diatasi, sehingga mereka lebih jarang mengalami *burnout* dan kelelahan (Sansom, 2020). Selaras dengan hal tersebut, studi-studi sebelumnya menunjukkan bahwa orang tua dengan tingkat *parenting self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih percaya diri dan efektif dalam mengelola memiliki risiko yang lebih rendah terhadap *parental burnout* (Muliasari & Amalia, 2024). Korua et al. (2023) juga mengungkapkan bahwa *parenting self-efficacy* yang tinggi memungkinkan orang tua membentuk lingkungan yang positif dan mendukung bagi anak-anak, serta memberikan pola

asuh yang lebih baik dan sehat.

Sebaliknya, ibu dengan *parenting self-efficacy* rendah cenderung lebih mudah merasa kelelahan dalam pengasuhan karena kurangnya keyakinan diri dalam mengatasi beban pengasuhan (Coleman dan Karraker, 2000). Selain itu, orang tua dengan *parenting self-efficacy* yang rendah juga diketahui akan berdampak negatif pada perkembangan anak (Korua et al., 2023). Lebih lanjut, menurut Coleman dan Karraker (2000), kurangnya keyakinan pada kemampuan pengasuhan juga bisa mengurangi motivasi untuk mencari solusi yang efektif, sehingga memperburuk kelelahan yang mereka alami. Kondisi ini dapat memengaruhi kualitas interaksi dengan anak-anak, dan menurunkan kepuasan dalam menjalani peran sebagai orang tua. Hal ini lah yang kemudian berpotensi memicu stress berkepanjangan, yang pada akhirnya dapat berkembang menjadi *parental burnout* (Abidin et al., 2024).

Melalui *parenting self-efficacy*, ibu tunggal dapat membangun keyakinan diri yang kuat dalam menghadapi tantangan pengasuhan, sehingga lebih mampu mengelola peran ganda sebagai pencari nafkah dan pengasuh utama anak-anak mereka. Pada akhirnya, *parenting self-efficacy* membantu ibu tunggal menyadari kemampuan mereka dalam pengasuhan, memperkuat hubungan dengan anak, serta membentuk lingkungan yang mendukung perkembangan anak secara optimal. Berdasarkan pemaparan diatas, maka peneliti menduga bahwa *parenting self-efficacy* memiliki pengaruh terhadap *parental burnout*. Dengan kata lain, semakin tinggi keyakinan seorang ibu tunggal terhadap kemampuannya dalam mengasuh anak, semakin rendah kemungkinan ia mengalami *parental burnout*. Sebaliknya, rendahnya *parenting self-efficacy* dapat membuat ibu tunggal merasa tidak mampu memenuhi tuntutan pengasuhan, yang meningkatkan risiko kelelahan emosional, kehilangan kepuasan dalam peran sebagai orang tua, dan akhirnya mendorong munculnya *parental burnout*.



Gambar 2.1 Ilustrasi Kerangka Berpikir

2.4 Hipotesis

Berdasarkan berbagai penjelasan dan teori yang telah disampaikan, maka peneliti merumuskan hipotesis pada penelitian ini sebagai berikut:

H₀: Tidak terdapat pengaruh negatif signifikan *parenting self-efficacy* terhadap *parental burnout* pada ibu tunggal yang bekerja.

H_a: Terdapat pengaruh negatif signifikan *parenting self-efficacy* terhadap *parental burnout* pada ibu tunggal yang bekerja.

