

**PENGARUH STRES PENGASUHAN DAN PERSEPSI
KETERLIBATAN DOMESTIK PASANGAN TERHADAP
KEHANGATAN EMOSIONAL ANAK PADA ORANG TUA
BERPENGHASILAN GANDA**



Jennifer Lizardi

1801622096

PSIKOLOGI

SKRIPSI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JUNI 2026

**PENGARUH STRES PENGASUHAN DAN PERSEPSI
KETERLIBATAN DOMESTIK PASANGAN TERHADAP
KEHANGATAN EMOSIONAL ANAK PADA ORANG TUA
BERPENGHASILAN GANDA**



Jennifer Lizardi

1801622096

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JUNI 2026

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

Pengaruh Stres Pengasuhan dan Persepsi Keterlibatan Domestik Pasangan
terhadap Kehangatan Emosional Anak pada Orang Tua Berpenghasilan Ganda

Nama Mahasiswa : Jennifer Lizardi
NIM : 1801622096
Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 10 Juni 2026

Pembimbing I



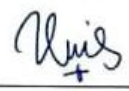
Sri Juwita Kusumawardhani, M.Psi.,
Psikolog
NIP. 198811182022032005

Pembimbing II



Kahfi Hizbullah, M.Psi., Psikolog
NIP. 199607202024061001

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gumum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. (Dekan/Penanggungjawab)		23/06-2026
Mira Ariyani, Ph.D. (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)		23/06-2026
Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi., Psikolog (Ketua Sidang)		23/06-2026
Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi., Psikolog (Anggota)		23/06-2026
Ernita Zakiah, M.Psi., Psikolog (Anggota)		18/06-2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Jennifer Lizardi

NIM : 1801622096

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul **"Pengaruh Stres Pengasuhan dan Persepsi Keterlibatan Domestik Pasangan terhadap Kehangatan Emosional Anak pada Orang Tua Berpenghasilan Ganda"** adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Agustus 2023.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 14 Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan



(Jennifer Lizardi)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Miracles don’t just exist. They are made.”

(Keajaiban tidak terjadi begitu saja. Mereka diciptakan.)

–Kaká

“La famiglia è una scuola di arricchimento umano.”

(Keluarga adalah sekolah yang memperkaya kemanusiaan.)

–Gaudium et Spes Art. 52

Skripsi ini dipersembahkan untuk:

Seluruh anggota keluarga penulis

Seluruh kenalan dan teman yang telah kebersamai sepanjang hidup penulis

Para keluarga *dual earner* yang berjuang demi menjamin kesejahteraan hidup keluarga

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Jennifer Lizardi
NIM : 1801622096
Fakultas/Prodi : Psikologi
Alamat email : lizardi468@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

“Pengaruh Stres Pengasuhan dan Persepsi Keterlibatan Domestik Pasangan terhadap

Kehangatan Emosional Anak pada Orang Tua Berpenghasilan Ganda”

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 5 Agustus 2026

Penulis



(Jennifer Lizardi)

JENNIFER LIZARDI
PENGARUH STRES PENGASUHAN DAN PERSEPSI KETERLIBATAN
DOMESTIK PASANGAN TERHADAP KEHANGATAN EMOSIONAL
ANAK PADA ORANG TUA BERPENGHASILAN GANDA

SKRIPSI

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta,

2026

ABSTRAK

Akumulasi beban pekerjaan dan domestik berisiko memicu orang tua *dual earner* tidak konsisten dalam memberikan kehangatan emosional yang berkualitas pada anak-anak mereka. Permasalahan ini bukan sekadar isu internal keluarga, tetapi tantangan kesejahteraan mental dan kesetaraan gender yang perlu diatasi secara kolektif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh stres pengasuhan dan keterlibatan pasangan terhadap kehangatan emosional dalam keluarga *dual earner*. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif kausal. Sebanyak 368 partisipan *dual earner* berusia 20-40 tahun, telah menikah, telah memiliki anak berusia 6 tahun ke atas, dan berdomisili di Jabodetabek diperoleh melalui teknik *purposive sampling*. Hasil analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa stres pengasuhan dan keterlibatan pasangan berpengaruh signifikan terhadap kehangatan emosional ($F = 43,115$; $p < 0,001$, $R^2 = 0,191$). Secara terpisah, stres pengasuhan berpengaruh negatif signifikan terhadap kehangatan emosional ($\beta = -0.344$; $t = -7,272$; $p < 0,001$) sedangkan persepsi keterlibatan pasangan berpengaruh positif signifikan terhadap kehangatan emosional ($\beta = 0.306$; $t = 6.476$; $p < 0,001$). Temuan ini mengimplikasikan pentingnya pengelolaan stres pengasuhan dan pembagian tugas domestik secara seimbang dalam memberikan kehangatan emosional dalam pengasuhan keluarga *dual earner*. Oleh sebab itu, program intervensi dan psikoedukasi terkait strategi pengelolaan stres serta manajemen pembagian tugas domestik penting untuk digalakkan secara masif.

Kata Kunci: Kehangatan emosional, keluarga *dual earner*, stres pengasuhan, pengasuhan anak, persepsi keterlibatan domestik pasangan

JENNIFER LIZARDI

**THE INFLUENCE OF PARENTING STRESS AND PERCEPTION OF
PARTNER INVOLVEMENT IN HOUSEHOLD CHORES ON CHILDREN'S
EMOTIONAL WARMTH AMONG DUAL-EARNER PARENTS**

UNDERGRADUATE THESIS

Jakarta: Psychology, Faculty of Psychology, Universitas Negeri Jakarta, 2026

ABSTRACT

The accumulation of work and domestic responsibilities risks causing dual-earner parents to be inconsistent in providing quality emotional warmth to their children. This problem is not merely an internal family issue, but a challenge relating to mental well-being and gender equality that needs to be addressed collectively. This study aims to analyse the influence of parenting stress and partner involvement on emotional warmth within dual-earner families. The study employs a quantitative causal design. A total of 368 dual-earner participants aged 20–40 years, who were married, had children aged 6 years and above, and resided in the Jabodetabek, were recruited using purposive sampling. The results of multiple linear regression analysis indicate that parenting stress and partner involvement have a significant effect on emotional warmth ($F = 43.115$; $p < 0.001$; $R^2 = 0,191$). Separately, parenting stress has a significant negative effect on emotional warmth ($\beta = -0.344$; $t = -7.272$; $p < 0.001$), whilst perception of partner involvement has a significant positive effect on emotional warmth ($\beta = 0.306$; $t = 6.476$; $p < 0.001$). These findings imply the importance of managing parenting stress and balancing domestic tasks in providing emotional warmth in dual-earner families. Therefore, intervention and psychoeducation programs related to stress management strategies and the sharing of domestic tasks in dual-earner families are crucial and should be promoted on a large scale.

Keywords: *Childcare, dual earner families, emotional warmth, parental stress, partner involvement in household chores perception*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah Yang Maharahim atas limpahan berkat, petunjuk, dan kekuatan sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan lancar serta tepat waktu. Skripsi ini bukan sekedar salah satu persyaratan untuk meraih gelar Sarjana Psikologi, tetapi juga sebagai wadah yang membentuk penulis menjadi pribadi yang berpikir sistematis dan analitis.

Sepanjang proses penyusunan skripsi ini, terdapat begitu banyak pihak yang telah memberikan dukungan dan bimbingan sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan efektif. Oleh karena itu, dengan tulus penulis menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya pada:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta;
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Wakil Dekan Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta;
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd. selaku Wakil Dekan Sumber Daya dan Keuangan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta;
4. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D selaku Wakil Dekan Riset, Sistem Informasi, Inovasi, dan Kerja Sama Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta;
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si., Psikolog selaku Koordinator Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta;
6. Ibu Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik sekaligus Dosen Penguji I yang memberi banyak *insight* saat membutuhkan arahan dan bimbingan terkait akademik;
7. Mbak Sri Juwita Kusumawardhani, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang bersungguh hati membimbing penulis sejak masa PKM dan memberikan banyak sekali *insight* tentang riset psikologi sekaligus kepenulisan akademik;

8. Mas Kahfi Hizbullah, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang ramah dan sabar setiap kali membimbing penulis, meski belum pernah diajar sebelumnya;
9. Mbak Ernita Zakiah, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji II yang suportif sekaligus memberi banyak masukan berharga selama sidang;
10. Mama, Papa, dan Emak yang selalu mendukung dan memberi nasihat-nasihat selama penyusunan skripsi di rumah;
11. Callista, Azka, dan Suryo selaku rekan PKM-RSH 2023 yang telah bekerja keras demi merealisasikan penelitian tersebut serta rekan seimbang yang telah kebersamaan sepanjang masa penyusunan, walau ada begitu banyak cobaan yang menghadang;
12. Alip, Ervah, Ica, Nasha, Nia, Nisa, Shafaa, Tias dan teman-teman lainnya yang memberikan dukungan moral sekaligus menjadi rekan berpikir selama proses penyusunan skripsi;
13. Kezia yang bersedia meluangkan waktu untuk mendengarkan cerita penulis selama masa skripsi, khususnya soal judul dan hasil penelitian;
14. Berlian, adik tingkat penulis dan sesama penerima Djarum Beasiswa Plus, Anisa, Farel, Wiwi, Zhafira, beserta sejumlah adik tingkat lain yang turut memberikan semangat sekaligus mendoakan penulis;
15. Seluruh pihak yang terlibat secara tak langsung dalam penyelesaian skripsi

Akhir kata, penulis berharap agar karya tulis ini dapat menyumbangkan sedikit kontribusi terhadap pengembangan literatur dan kajian praktis dalam lingkup psikologi keluarga di Indonesia.

Jakarta, 16 Juni 2026



Jennifer Lizardi

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Pembatasan Masalah	7
1.4 Rumusan Masalah	7
1.5 Tujuan Penelitian.....	8
1.6 Manfaat Penelitian.....	8
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.6.2 Manfaat Praktis	8
BAB II	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Kehangatan Emosional	9
2.1.1. Definisi.....	9
2.1.2. Faktor yang Memengaruhi.....	11
2.2 Stres Pengasuhan	12
2.2.1. Definisi.....	12

2.2.2.	Dimensi	13
2.3	Persepsi Keterlibatan Domestik Pasangan	13
2.4	Keluarga <i>Dual Earner</i>	14
2.5	Dinamika Antar Variabel	15
2.6	Kerangka Konseptual	16
2.7	Hipotesis Penelitian	16
2.8	Hasil Penelitian Relevan	16
BAB III		18
METODE PENELITIAN		18
3.1	Tipe Penelitian	18
3.2	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	18
3.2.1	Identifikasi Variabel Penelitian	18
3.2.2	Definisi Konseptual	19
3.2.2.1	Kehangatan Emosional	19
3.2.2.2	Stres Pengasuhan	19
3.2.2.3	Persepsi Keterlibatan Domestik Pasangan	19
3.2.3	Definisi Operasional	19
3.2.3.1	Kehangatan Emosional	19
3.2.3.2	Stres Pengasuhan	19
3.2.3.3	Persepsi Keterlibatan Domestik Pasangan	20
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	20
3.3.1	Populasi Penelitian	20
3.3.2	Sampel Penelitian	20
3.3.3	Teknik <i>Sampling</i>	21
3.4	Teknik Pengumpulan Data	21
3.4.1	Teknik Pengambilan Data	21
3.4.2	Instrumen Penelitian	21
3.4.2.1	Instrumen Penelitian Variabel Kehangatan Emosional	21
3.4.2.1.1	Latar Belakang Instrumen	21
3.4.2.1.2	Kisi-Kisi Instrumen	22
3.4.2.1.1	Proses Adopsi Instrumen	24

3.4.2.2	Instrumen Penelitian Variabel Stres Pengasuhan	25
3.4.2.2.1	Latar Belakang Instrumen	25
3.4.2.2.2	Kisi-Kisi Instrumen	25
3.4.2.2.3	Proses Adopsi Instrumen.....	26
3.4.2.3	Instrumen Penelitian Variabel Persepsi Keterlibatan Domestik Pasangan	27
3.4.2.3.1	Latar Belakang Instrumen	27
3.4.2.3.2	Kisi-Kisi Instrumen	27
3.4.2.3.3	Proses Adopsi Instrumen.....	28
3.5	Teknik Analisis Data.....	29
3.5.1	Uji Statistika	29
3.5.2	Perumusan Hipotesis	32
BAB IV		33
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		33
4.1	Gambaran Partisipan.....	33
4.1.1	Gambaran Demografis Berdasarkan Jenis Kelamin.....	33
4.1.2	Gambaran Demografis Berdasarkan Usia	33
4.1.3	Gambaran Demografis Berdasarkan Domisili.....	34
4.1.4	Gambaran Demografis Berdasarkan Pekerjaan.....	35
4.1.5	Analisis Statistika Deskriptif Data Partisipan	36
4.2	Prosedur Penelitian	37
4.2.1	Persiapan Penelitian.....	37
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	38
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian	38
4.3.1	Hasil Uji Asumsi	38
4.3.2	Hasil Uji Hipotesis	43
4.3.3	Hasil Analisis Tambahan.....	49
4.4	Pembahasan.....	52
4.5	Keterbatasan Penelitian.....	56
BAB V		57
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN		57
5.1	Kesimpulan	57

5.2	Implikasi	57
5.3	Saran dan Rekomendasi	58
5.3.1	Bagi Keluarga <i>Dual Earner</i>	58
5.3.2	Bagi Praktisi di Bidang Keluarga dan Kesejahteraan Mental	58
5.3.3	Bagi Penelitian Selanjutnya.....	58
DAFTAR PUSTAKA		60
LAMPIRAN.....		70



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Kisi-Kisi Item Dimensi Kehangatan Emosional dalam <i>The Parenting Behaviours and Dimensions Questionnaire</i>	23
Tabel 3.2. Kisi-Kisi Item <i>Parental Stress Scale</i>	26
Tabel 3.3. Kisi-Kisi Item <i>Partner Involvement in Household Chores Perception Scale</i>	28
Tabel 4.1. Gambaran Demografis Partisipan Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	33
Tabel 4.2. Gambaran Demografis Partisipan Penelitian Berdasarkan Usia	33
Tabel 4.3. Gambaran Demografis Partisipan Penelitian Berdasarkan Domisili ..	34
Tabel 4.4. Gambaran Demografis Partisipan Penelitian Berdasarkan Pekerjaan ..	35
Tabel 4.5. Hasil Analisis Statistika Deskriptif	36
Tabel 4.6. Hasil Uji Normalitas Residual	38
Tabel 4.7. Hasil Uji Multikolinearitas.....	40
Tabel 4.8. Hasil Uji Korelasi.....	43
Tabel 4.9. Interpretasi Kekuatan Hubungan Antarvariabel (Sugiyono, 2020)	44
Tabel 4.10. Hasil Uji ANOVA.....	45
Tabel 4.11. Hasil <i>Model Summary</i> Analisis Regresi Linear Berganda	46
Tabel 4.12. Interpretasi Skor R Square (Hair et al., 2017)	46
Tabel 4.13. Hasil <i>Coefficient</i> Analisis Regresi Linear Berganda	47
Tabel 4.14. Hasil Uji Beda Persepsi Keterlibatan Domestik Pasangan	49
Tabel 4.15. Analisis Deskriptif Persepsi Keterlibatan Domestik Pasangan Berdasarkan Jenis Kelamin	50
Tabel 4.16. Hasil Uji Beda Kehangatan Emosional.....	51
Tabel 4.17. Analisis Deskriptif Kehangatan Emosional Berdasarkan Jenis Kelamin	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Konseptual Variabel Independen dan Dependen	16
Gambar 4.1. Histogram Uji Normalitas Residual	39
Gambar 4.2. <i>Scatterplot</i> Uji Heteroskedastisitas	41
Gambar 4.2. <i>Scatterplot</i> Uji Linearitas Stres Pengasuhan dan Kehangatan Emosional	42
Gambar 4.2. <i>Scatterplot</i> Uji Linearitas Persepsi Keterlibatan Domestik Pasangan dan Kehangatan Emosional	42



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kaji Etik Penelitian.....	70
Lampiran 2. Instrumen Kehangatan Emosional	72
Lampiran 3. Instrumen Stres Pengasuhan	73
Lampiran 4. Instrumen Persepsi Keterlibatan Domestik Pasangan	74
Lampiran 5. Uji Reliabilitas dan Daya Beda Instrumen Kehangatan Emosional	75
Lampiran 6. Uji Reliabilitas dan Daya Beda Instrumen Stres Pengasuhan	76
Lampiran 7. Uji Reliabilitas dan Daya Beda Instrumen Persepsi Keterlibatan Domestik Pasangan	78
Lampiran 8. Data Demografis Partisipan.....	79
Lampiran 9. Plot Distribusi Data Variabel Penelitian.....	83
Lampiran 10. Hasil Uji Asumsi Analisis Tambahan.....	84
Lampiran 11. Riwayat Hidup	85

