

LAMPIRAN

Lampiran 1 Blue Print Skala Stres Pengasuhan

Blue Print Skala Stres Pengasuhan

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>The Parent Distress</i> (pengalaman stres orang tua)	<i>Feeling of competence</i> (orang tua merasa tidak mampu mengasuh anak), <i>social isolation</i> (orang tua merasa terisolasi secara sosial), <i>Restriction imposed by parent role</i> (orang tua merasa anak terlalu banyak permintaan), <i>Relationship with spouse</i> (adanya konflik antar hubungan orang tua dan anak), <i>Health of parent</i> , (kesehatan orang tua pada saat mengasuh anak), <i>Parent depression</i> (orang tua mengalami gejala depresi ringan)	(1) Saya merasa belum mampu mengasuh anak dengan benar, (3) Saya merasa gagal dalam mengasuh anak, (5) Saya merasa lebih mampu mengerjakan tugas rumah tangga daripada mengasuh anak, (7) Mengasuh anak membuat saya terisolasi dari lingkungan sosial, (9) Kurangnya dukungan dari keluarga membuat saya	(2) Saya merasa mampu mengasuh anak dengan baik, (4) Saya merasa mampu menjadi figur ibu yang baik, (6) Saya merasa bahagia meskipun berada didalam rumah seharian bersama anak, (8) Saya memberikan perhatian dan pemenuhan kebutuhan anak, (10) Saya merasa bebas	25

			<p>merasa terbebani dengan tanggungjawab mengasuh anak (11) Setiap hari mengasuh anak, membuat saya tidak bisa bebas beraktifitas dengan teman / tetangga , (13) Saya merasa dikendalikan oleh tuntutan pemenuhan kebutuhan anak, (15) Saya merasa tertekan melakukan pekerjaan rumah tangga dan mengasuh anak secara bersamaan, (24) Saya merasa dikendalikan oleh permintaan anak, (19) Saya seringkali bertengkar dengan anak , (21) Saya rasa</p>	<p>mengasuh anak dengan cara saya sendiri, (20) Saya tidak membiasakan untuk memenuhi setiap permintaan anak , (14) Saya memiliki hubungan yang baik dengan anak, (16) Saya selalu memberi kesempatan kepada anak untuk mengungkapkan pendapatnya tentang suatu hal, (18) Saya merasa tidak memiliki beban pikiran dalam mengasuh anak, (12) Kondisi kesehatan saya tidak</p>	
--	--	--	---	---	--

			pendapat anak adalah hal yang tidak penting, (23) Saya sering berbeda pendapat dengan anak, (17) Saya sering sakit kepala ketika mengasuh anak, (25) Ketika mengasuh anak saya seringkali emosi	pernah terganggu selama mengasuh anak dirumah, (22) Saya merasa anak adalah obat dari segala kesedihan	
2.	<i>The Difficult Child</i> (perilaku anak yang sulit)	<i>Child adaptability</i> (anak sulit diatur), <i>Child demands</i> (anak lebih banyak permintaan dan bantuan), <i>Child mood</i> (suasana hati anak), <i>Distracibility</i> (anak sulit mengikuti perintah)	(26) Anak seringkali tidak mematuhi perintah, (28) Anak selalu lupa waktu ketika bermain diluar rumah, (44) Saya merasa anak terlalu banyak meminta bantuan, (32) Anak belum bisa melakukan tugas	(27) Anak saya adalah anak yang penurut, (29) Anak saya tidak pernah marah ketika saya meminta bantuannya, (31) Anak saya dapat menentukan waktunya sendiri seperti waktu mandi, makan, dan	20

			<p>sekolahnya secara mandiri, (34) Anak seringkali berubah mood seperti mudah marah dan menangis, (42) Anak saya memiliki gejala emosi yang meledak-ledak, (38) Saya merasa anak saya bertindak semaunya sendiri, (40) Anak seringkali terlihat kurang aktif, (45) Anak saya adalah anak yang jarang membantah, (30) Anak saya adalah anak yang pendiam</p>	<p>waktu bermain, (33) Anak saya adalah anak yang mandiri, (35) Anak saya bisa menata buku pelajaran untuk dibawa ke sekolah sesuai jadwal, (37) Anak saya mampu melakukan perawatan terhadap diri sendiri seperti berpakaian, ke toilet dan mandi, (39) Anak saya memiliki suasana hati yang selalu baik, (41) Anak saya tidak pernah kehilangan minat dalam kegiatan sosial, (36) Anak saya memiliki energi</p>	
--	--	--	---	---	--

				selama berjam- jam atau berhari- hari terhadap karya seni, tulisan, atau organisasi, (43) Anak saya adalah anak yang patuh terhadap saya	
3.	<i>The Parent-Child Dysfunctional Interaction</i> (ketidakberfungsi an interaksi orang tua dan anak)	<i>Child reinforced parent</i> (orang tua merasa tidak ada penguatan yang positif dari anak), <i>Acceptability of child to parent</i> (stres pengasuhan orang tua karena karakteristik anak), <i>Attachment</i> (orang tua tidak memiliki kedekatan emosional dengan anak)	(46) Tidak ada yang bisa dibanggakan dari anak saya, (58) Saya tidak membatasi waktu anak dalam bermain gadget, (50) saya jarang melakukan pendekatan fisik dengan anak untuk sekedar berjabat tangan / tos, (52) Saya seringkali membatalkan acara dengan anak karena urusan pekerjaan, (54) Saya membiarkan	(47) Saya memberikan pujian dan pengakuan atas sesuatu yang telah dilakukan anak, (49) Saya mengajak anak untuk beribadah bersama , (51) Saya mengajarkan anak untuk selalu berpamitan ketika hendak keluar rumah , (53) Saya melakukan pendekatan terhadap	15

			<p>anak bermain dan melakukan aktivitasnya sendiri tanpa pantauan dari saya, (59) Saya berbicara dengan anak sambil mengerjakan tugas lainnya, (56) Saya tidak ada waktu untuk sekedar makan malam bersama</p>	<p>anak dengan cara melakukan senyuman, jabat tangan, dan tos , (55) Saya selalu menemani anak belajar, (57) Saya memberi nasehat kepada anak ketika ia berbuat salah , (48) Saya melakukan olahraga dan membuat kerajinan atau aktivitas yang disukai bersama anak, (60) Saya selalu membacakan dongeng sebelum tidur kepada anak</p>	
Jumlah Total			30	30	60

Lampiran 2 Blue Print *Mindful Parenting*

Blue Print Skala *Mindful Parenting*

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Perhatian	Memberi rasa aman, mempraktikkan konsep mendengar dan berbicara, mendeteksi kebutuhan anak, memahami pikiran dan perasaan anak	(1) Saya memberikan rasa aman dengan cara memberikan pelukan atau ciuman, (3) Saya luangkan waktu untuk mendengarkan cerita anak saya, (5) Saya mengajarkan anak untuk mengakui kesalahannya karena telah berbuat salah, (7) Saya dukung anak untuk mencapai apa yang diharapkan, (9) Saya mengajarkan anak untuk berhati-hati dalam mengambil	(2) Saya mudah berbeda pendapat dengan anak, (4) Sulit bagi saya untuk mengobrol dengan anak, (6) Saya membiarkan anak untuk mengatasi perasaannya sendiri, (8) Saya kurang peduli terhadap apa yang dilakukan anak demi mencapai harapannya, (10) Saya tidak mengajarkan anak dalam membuat keputusan yang baik	10

			suatu keputusan		
2.	Penerimaan	Menekankan dan mengomunikasikan keyakinan mereka tentang atribut dan kompetensi yang harus diterima dan dimiliki anak.	(11) Saya menerima karakter bawaan dan perilaku anak, (13) Saya menerima bahwa dalam proses pengasuhan selalu ada tantangan, (15) Saya memberikan pujian terhadap prestasi sekecil apapun yang dicapai anak, (17) Saya tidak membandingkan kekurangan dan kelebihan anak saya dengan anak lain, (19) Saya mengapresiasi setiap perkembangan	(12) Saya kecewa terhadap kemampuan anak, (14) Saya suka memberi target anak diatas kemampuan temannya, (16) Saya menyalahkan anak ketika tidak mampu mengerjakan tugas sekolah, (18) Saya memperlakukan anak didepan umum sebagai bentuk hukuman, (20) Saya membatasi pertemanan anak agar anak bermain dirumah saja	10

			kemampuan anak		
3.	Kesadaran emosional	Mengidentifikasi emosi dirinya dan emosi anak, Orang tua membuat pilihan secara sadar tentang bagaimana merespons, daripada selalu reaktif	(21) Saya mengajarkan anak cara menenangkan diri, (23) Saya mengajarkan anak bagaimana cara mengungkapkan perasaannya, (25) Saya ajarkan anak untuk mau mendengarkan kritikan dan saran dari orang lain, (27) Saya ajarkan anak untuk bertanggung jawab terhadap tugas yang diberikan dari sekolah, (29) Saya membantu anak untuk memecahkan masalahnya	(22) Ketika anak tidak bisa mengendalikan amarahnya maka saya marah, (24) Saya tidak peduli terhadap perasaan yang dialami anak, (26) Ketika anak saya dikritik oleh orang lain maka saya marah, (28) Saya akan marah jika anak tidak sesuai dengan perintah saya, (30) Saya membiarkan anak mengatasi masalahnya sendiri	10
4.	Pengaturan diri	Orang tua tidak	(31) Saya	(32) Saya	10

		<p>menunjukkan fluktuasi berlebihan terhadap perilaku anak, terlalu menyanjung, terlalu membanggakan, terlalu mengeluelukan prestasi anak. Bahkan sebaliknya terlalu menghakimi, memandang remeh, atau menyepelkan anak.</p>	<p>berusaha tidak berlebihan dalam memberikan pujian kepada anak terutama untuk hal-hal yang sudah sepatasnya ia lakukan di usianya, (33) Saya memberikan waktu yang tepat untuk memberi pujian, misalnya ketika anak berani mencoba sesuatu yang baru , (35) Ketika anak mengalami penurunan prestasi di sekolah, saya akan tetap memberinya semangat tanpa menghakiminya, (37) Saya tidak</p>	<p>memberikan pujian berlebihan terhadap anak, (34) Saya enggan memberi apresiasi kepada anak ketika ia mencoba hal baru, (36) Saya akan memarahi anak ketika prestasinya menurun, (38) Saya akan membandingkan anak saya dengan anak lain yang lebih pintar, (40) Ketika anak melakukan sesuatu yang baru, menurut saya itu hal yang biasa saja</p>	
--	--	--	---	--	--

			menyebutkan prestasi anak lain yang lebih tinggi di depan anak / membandingkannya, (39) Saya tidak pernah menyepelakan sekecil apapun hal yang telah dilakukan oleh anak		
5.	Kepedulian	Tidak menyalahkan diri ketika tujuan tidak tercapai dan mengembangkan kepedulian dalam keluarga	(41) Saya mengajarkan anak untuk melakukan pekerjaan rumah tangga, (43) Saya mengajarkan anak untuk membantu dan merawat keluarga yang sedang sakit, (45) Saya mengajarkan anak untuk menghargai pendapat sesama anggota	(42) Saya akan mengajarkan membantu pekerjaan rumah tangga ketika ia sudah dewasa saja, (44) Ketika anggota keluarga ada yang sakit, anak tidak perlu membantu karena bisa tertular sakit, (46) Anak tidak perlu mendengarkan pendapat anggota keluarga yang	10

			keluarga, (47) Saya mengajak anak belajar dari setiap kesalahannya , (49) Saya mengajarkan anak untuk mau bertanggung jawab dengan barang miliknya seperti memberska n kembali mainannya	lain , (48) Saya tidak menegur anak walaupun ia melakukan kesalahan, (50) Menurut saya, anak tidak perlu diajarkan untuk membantu pekerjaan rumah	
Jumlah Total			25	25	50

Lampiran 3 Tabulasi Skala Stres Pengasuhan

Res	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12
1	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	1	2
2	4	2	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3
3	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	2	2
4	5	4	4	5	5	5	4	5	5	5	1	1
5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	1	1
6	4	5	4	4	4	5	4	4	5	4	1	2
7	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	1	2
8	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	1	3
9	4	4	4	5	4	5	4	4	3	5	1	2
10	3	2	3	3	3	3	3	4	1	3	2	1
11	1	1	2	2	2	1	1	4	1	2	2	2
12	1	1	2	5	2	2	1	5	1	5	1	1
13	1	2	2	2	1	1	1	3	3	2	1	2
14	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2
15	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	4	4
16	1	1	4	2	5	2	2	2	1	2	5	5
17	1	1	5	2	2	2	1	1	2	2	3	3
18	1	2	5	2	5	2	2	3	1	2	2	2
19	2	2	3	2	3	2	1	2	2	2	1	1
20	4	5	4	5	3	4	2	3	2	3	4	3
21	2	4	3	2	4	5	2	4	2	3	3	4
22	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	2
23	2	2	4	2	2	3	2	2	1	2	4	2
24	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	4	5
25	2	2	4	4	2	4	2	1	1	4	5	4
26	4	4	2	2	1	1	1	2	1	2	4	5
27	4	2	3	2	3	2	1	3	1	2	4	5
28	2	2	3	1	4	2	1	3	2	1	5	5
29	4	4	2	2	5	1	2	4	1	2	4	3
30	5	5	5	1	4	1	1	4	1	1	4	4
31	2	2	1	1	3	2	1	3	2	1	3	2
32	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1
33	1	2	4	1	3	2	2	3	2	1	1	1
34	4	2	3	2	4	2	2	4	2	2	1	2
35	2	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	3

36	3	5	5	2	1	1	1	4	1	2	1	2
37	3	3	1	1	1	1	1	3	2	1	2	1
38	4	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1
39	4	1	4	2	2	2	2	2	4	2	1	2
40	4	3	3	2	4	2	4	4	1	2	1	2
41	4	2	5	1	2	2	1	3	1	1	1	3
42	2	4	4	3	2	3	1	4	2	3	1	2
43	2	2	2	2	3	3	2	3	1	2	2	1
44	2	2	2	2	2	1	1	4	1	2	2	2
45	2	4	2	5	2	2	1	5	1	5	1	1
46	4	2	4	3	4	3	3	3	4	3	1	2
47	4	4	4	5	4	5	4	4	3	5	2	2
48	3	2	3	3	3	3	3	4	1	3	4	4
49	1	2	2	2	2	1	1	4	1	2	5	5
50	3	2	4	3	3	3	4	2	5	4	2	3

Y1	Y1	Y1	Y1	Y1	Y1	Y1	Y2	Y2	Y2	Y2	Y2	Y2
3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5
2	2	1	1	1	3	3	2	4	4	2	4	5
3	3	3	3	3	3	2	3	5	5	2	5	4
4	2	4	2	2	2	2	2	4	4	1	4	4
4	2	5	2	2	2	1	2	4	4	2	5	4
5	2	2	2	1	1	2	2	4	4	5	4	5
5	2	5	2	2	3	1	2	5	5	2	5	4
3	2	3	2	1	2	2	2	4	4	1	4	4
2	2	2	2	2	3	2	2	4	4	2	5	4
4	2	2	3	2	2	1	2	4	4	4	4	5
2	2	1	2	1	1	2	2	5	5	2	5	4
4	4	2	4	2	1	1	4	4	4	1	4	4
2	2	1	1	1	2	1	2	4	4	1	5	4
3	2	3	2	1	3	1	2	4	4	1	4	5
3	1	4	2	1	3	2	1	5	5	2	5	4
2	2	5	1	2	4	1	2	4	4	1	4	4
5	1	4	1	1	4	1	1	4	4	2	5	4
1	1	3	2	1	3	2	1	4	4	1	4	4
2	2	1	1	2	1	2	2	4	4	2	5	4
4	1	3	2	2	3	2	1	4	4	2	4	5
3	2	4	2	2	4	2	2	5	5	2	5	4

2	2	3	2	2	3	1	2	4	4	2	4	4
4	3	4	2	3	3	3	3	4	4	1	5	4
4	3	4	1	3	3	4	3	4	4	1	4	5
4	5	4	3	4	5	2	5	5	5	2	5	4
4	5	5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	2	5	4
4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	2	4	5
5	5	5	4	5	5	3	5	5	5	4	5	4
4	3	4	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4
4	5	4	5	4	4	3	5	4	4	2	5	4
3	3	3	2	3	4	1	3	3	4	2	5	4
2	2	2	1	1	4	1	2	3	4	2	5	4
2	5	2	2	1	5	1	5	3	5	1	5	4
2	2	1	2	1	3	1	2	3	4	2	5	4
3	3	3	1	3	3	2	3	3	5	1	5	4
4	2	4	2	2	2	2	2	3	4	2	5	4
4	2	5	2	2	2	1	2	3	4	1	4	5
5	2	2	2	1	1	2	2	3	4	2	4	5
5	2	5	1	2	3	1	2	3	4	2	4	5
3	2	3	2	1	2	2	2	3	4	2	4	5
2	2	2	2	2	3	2	2	3	5	2	5	4
4	2	2	1	2	2	1	2	3	5	4	5	4
2	2	1	2	1	1	2	2	3	5	1	5	4
4	4	2	1	2	1	1	4	3	4	2	5	4
2	2	1	5	1	2	1	2	3	5	5	4	4
3	2	3	2	1	3	1	2	3	4	2	4	4
3	1	4	4	1	3	2	1	3	4	5	4	4
2	2	5	2	2	4	1	2	3	4	2	4	4
5	1	4	1	1	4	1	1	2	4	2	4	5
1	1	3	2	1	3	2	1	2	4	2	4	4

Y2	Y2	Y2	Y2	Y3	Y3	Y3	Y3	Y3	Y3	Y3	Y3	Y3
6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8
4	4	4	4	1	1	2	5	2	2	1	5	1
4	5	3	5	4	3	4	3	4	3	3	3	4
3	4	5	5	4	4	4	5	4	5	4	4	3
4	4	4	5	3	2	3	3	3	3	3	4	1
4	4	4	5	1	1	2	2	2	1	1	4	1

4	5	5	5	1	1	2	5	2	2	1	5	1
3	4	4	4	1	2	2	2	1	1	1	3	3
4	4	5	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2
4	4	5	4	2	2	4	2	4	2	2	2	2
4	5	5	4	1	1	4	2	5	2	2	2	1
3	4	4	4	1	1	5	2	2	2	1	1	2
4	4	5	4	1	2	5	2	5	2	2	3	1
4	4	5	5	1	2	3	2	3	2	1	2	2
4	5	5	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2
3	4	5	4	1	2	4	2	2	3	2	2	1
4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4
3	4	5	2	4	5	4	4	4	5	4	4	5
4	4	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	3
4	4	5	5	4	3	4	3	4	3	3	3	4
4	5	4	2	4	4	4	5	4	5	4	4	3
3	4	5	2	3	2	3	3	3	3	3	4	1
4	4	3	3	1	1	2	2	2	1	1	4	1
4	4	4	3	1	1	2	5	2	2	1	5	1
4	5	5	4	1	2	2	2	1	1	1	3	3
3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2
4	4	5	3	2	2	4	2	4	2	2	2	2
4	4	5	3	1	1	4	2	5	2	2	2	1
4	5	2	5	1	1	5	2	2	2	1	1	2
3	4	4	5	1	2	5	2	5	2	2	3	1
4	4	4	5	1	2	3	2	3	2	1	2	2
3	4	5	5	1	3	2	2	2	2	2	3	2
3	4	5	5	1	2	4	2	2	3	2	2	1
4	4	3	4	2	1	2	2	1	2	1	1	2
4	4	4	2	2	2	4	4	2	4	2	1	1
4	4	5	5	1	1	2	2	1	1	1	2	1
2	4	5	5	1	2	3	2	3	2	1	3	1
4	4	5	5	2	2	3	1	4	2	1	3	2
2	4	5	4	4	4	2	2	5	1	2	4	1
2	5	3	4	5	5	5	1	4	1	1	4	1
2	5	4	4	3	3	1	1	3	2	1	3	2
2	5	5	4	2	2	2	2	1	1	2	1	2
4	4	2	2	1	1	4	1	3	2	2	3	2
4	4	3	3	4	3	3	2	4	2	2	4	2
4	4	5	5	3	4	2	2	3	2	2	3	1

4	5	5	4	4	2	5	4	4	2	1	5	4
2	5	4	2	4	2	4	4	4	2	2	4	4
5	4	5	4	4	2	5	4	5	2	2	5	4
5	4	4	4	2	2	5	4	4	2	2	4	4
4	4	5	4	2	2	4	3	4	2	1	5	5
4	4	4	4	2	2	4	4	4	2	2	4	4

Y3	Y4	Y4	Y4	Y4	Y4	Y4	Y4	Y4	Y4	Y4	Y5	Y5
9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1
5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4
3	4	4	5	5	4	5	5	5	3	3	5	4
5	3	4	3	4	4	2	5	4	2	4	4	3
3	3	5	5	4	4	4	5	3	5	4	2	3
2	2	5	5	4	4	4	5	4	4	4	3	4
5	5	5	5	2	4	2	5	4	4	5	5	5
2	3	4	4	4	4	2	5	2	4	4	2	5
3	2	4	5	4	4	3	5	3	3	4	2	3
2	4	4	3	2	4	4	5	2	3	4	4	4
2	5	4	5	5	4	4	5	4	5	5	4	5
2	2	4	3	4	4	4	5	4	3	4	3	2
2	3	5	5	5	4	4	5	4	2	4	5	4
2	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5
2	5	5	4	4	4	4	5	3	3	5	5	5
2	2	4	5	5	4	4	5	3	4	4	3	5
5	4	4	5	5	4	4	5	5	5	4	4	5
4	3	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5
5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	4	4
3	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5
5	2	5	3	4	4	4	4	2	3	2	5	3
3	2	4	4	4	5	4	4	4	4	5	2	4
2	4	4	4	5	5	5	4	3	3	4	4	3
5	4	4	3	4	5	4	4	3	3	3	4	4
2	3	4	3	4	5	3	4	4	4	3	3	4
3	4	4	4	3	5	2	4	4	5	4	3	3
2	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4	5	4
2	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	3	5
2	4	5	2	4	5	4	4	4	3	2	2	4
2	5	4	3	4	5	4	4	5	4	4	3	4

2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4
2	2	4	4	5	2	4	3	2	4	4	2	2
2	4	4	3	5	3	4	4	4	5	5	2	4
2	3	4	4	1	5	1	4	3	3	5	4	3
4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	3
2	3	4	4	4	4	4	5	2	2	4	4	4
2	4	4	5	4	2	4	5	5	3	4	2	4
1	3	5	5	4	4	4	2	4	4	4	4	5
2	4	5	5	4	4	5	2	4	4	5	4	5
1	3	5	3	4	4	4	4	5	4	3	2	2
1	3	4	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4
2	4	4	4	4	5	4	4	3	4	4	2	3
1	3	4	4	4	5	4	5	2	4	3	2	3
2	3	4	3	5	5	4	4	2	3	4	4	3
2	2	4	5	5	5	4	2	5	5	3	2	2
4	5	5	5	4	2	4	5	2	5	5	5	4
5	2	4	3	5	2	4	4	2	4	4	1	3
4	4	4	5	5	2	5	4	5	2	2	2	4
5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	3	2	3
5	4	5	4	3	4	4	3	2	2	4	4	3
5	4	4	4	2	2	2	3	2	4	3	2	3

Y52	Y53	Y54	Y55	Y56	Y57	Y58	Y59	Y60	total
4	4	4	4	4	4	4	5	4	197
3	5	3	5	1	4	4	3	3	217
5	5	4	4	1	3	3	4	4	220
4	5	5	4	4	3	3	4	4	216
4	5	3	4	4	2	4	3	5	205
5	5	4	4	2	5	5	5	5	224
4	4	5	4	1	3	4	4	5	195
5	4	4	5	2	2	3	3	5	195
5	4	3	4	1	4	4	4	5	202
5	4	4	4	2	5	5	5	5	199
4	4	5	4	3	2	3	3	4	168
5	4	2	4	4	3	2	4	5	182
5	5	4	4	2	5	5	5	5	192
5	2	2	5	4	5	5	5	5	198
5	4	3	5	5	2	3	4	4	188

5	4	5	5	4	4	4	5	5	229
5	2	4	4	4	3	3	5	5	203
5	2	2	5	4	5	5	5	5	217
5	5	2	5	1	4	4	4	4	200
4	2	3	4	4	2	3	2	5	211
5	2	4	4	2	2	3	3	3	189
3	3	4	5	5	4	4	4	4	185
4	3	4	4	4	4	2	2	4	187
5	4	4	4	4	3	3	3	5	193
4	4	3	3	4	4	4	4	4	215
5	3	3	5	2	5	4	5	5	217
5	3	5	5	2	4	3	4	3	208
2	5	2	5	2	4	4	4	4	201
4	5	2	5	2	5	3	5	5	206
4	5	3	5	2	4	4	4	4	207
5	5	5	5	2	2	4	4	3	174
5	5	4	5	2	4	5	2	3	172
3	4	5	5	2	3	5	2	3	167
4	2	2	5	2	4	4	4	5	182
5	5	5	5	2	3	4	4	5	179
5	5	3	4	2	4	5	4	5	185
5	5	4	4	2	3	4	5	5	181
5	4	4	4	2	4	5	4	4	186
3	4	4	4	2	3	2	3	2	179
4	4	4	4	4	3	3	3	2	176
2	4	3	5	4	4	4	4	2	172
2	2	4	5	4	3	3	1	5	172
3	3	3	5	4	3	3	4	2	172
2	5	4	5	4	2	4	2	5	179
5	4	3	4	2	5	4	4	5	208
4	2	3	4	4	2	3	3	3	184
4	5	2	4	2	3	2	2	2	210
3	4	3	4	2	3	3	2	5	199
2	4	4	5	2	2	2	2	5	183
2	4	2	5	2	5	4	1	4	181

Lampiran 4 Tabulasi Data Skala *Mindful Parenting*

Res p.	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12
1	2	2	2	3	3	1	2	2	1	2	3	3
2	2	2	1	1	1	2	3	1	1	1	2	1
3	2	4	3	5	4	4	4	3	5	3	4	4
4	5	1	3	3	3	3	3	1	1	2	4	1
5	2	2	2	2	4	2	4	2	1	2	2	3
6	2	2	2	3	3	1	2	2	1	2	3	3
7	2	3	3	4	1	3	1	4	1	5	1	2
8	5	2	5	1	3	1	3	1	3	3	5	3
9	4	1	3	5	5	4	4	4	3	5	4	3
10	4	1	2	2	4	2	2	2	2	1	4	2
11	2	2	1	3	5	1	5	1	3	3	5	1
12	1	1	1	1	2	2	3	2	1	1	4	1
13	2	1	4	2	2	2	5	2	1	1	5	1
14	5	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2
15	4	2	4	2	4	2	4	2	1	2	2	3
16	5	3	5	3	5	1	5	1	3	3	5	1
17	1	3	3	4	1	3	1	4	1	5	1	2
18	5	2	4	3	4	2	5	1	3	2	4	2
19	4	4	3	5	5	4	4	4	3	5	4	3
20	1	1	2	2	2	3	2	1	1	1	1	2
21	5	3	5	3	5	1	5	1	3	3	4	1
22	4	2	4	2	4	2	4	2	1	2	2	3
23	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4
24	2	1	4	2	2	2	5	2	1	1	5	1
25	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4
26	2	1	2	1	4	1	3	1	5	1	2	2
27	5	5	3	2	5	5	4	1	4	5	4	4
28	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4
29	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5
30	4	4	3	5	5	4	4	4	3	5	4	3
31	4	4	3	5	4	5	2	5	4	4	4	2
32	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4
33	4	2	2	5	5	5	5	4	1	4	4	3
34	4	3	2	4	5	4	5	5	1	4	4	2

35	4	3	2	4	5	4	4	4	4	4	4	2
36	4	3	3	4	5	4	4	4	4	5	4	5
37	3	4	3	4	4	4	4	5	4	4	4	4
38	2	4	3	5	4	4	4	3	5	3	4	4
39	4	2	4	2	3	3	3	4	4	4	4	5
40	5	2	2	3	5	3	3	4	2	2	4	2
41	4	3	2	2	4	2	4	3	3	3	4	2
42	5	3	2	3	4	3	5	5	5	4	4	3
43	4	3	4	3	5	3	4	4	2	5	4	2
44	3	4	2	4	4	2	3	3	2	4	4	2
45	4	3	4	3	5	4	4	4	4	3	4	3
46	4	3	4	4	5	4	4	5	4	4	4	2
47	4	3	4	4	4	2	2	3	2	5	4	2
48	4	2	2	2	4	3	2	2	2	2	4	4
49	5	2	2	4	5	2	2	2	2	2	3	3
50	5	2	2	4	5	2	2	2	2	4	3	5

X1	X1	X1	X1	X1	X1	X1	X2	X2	X2	X2	X2	X2
3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5
3	1	3	3	3	3	3	1	1	2	2	3	2
4	3	2	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2
4	5	2	3	5	3	2	4	5	5	4	4	4
5	5	1	5	2	5	2	3	1	1	1	1	1
3	4	2	4	2	2	2	1	1	2	2	2	2
3	1	3	3	3	3	3	1	1	2	2	3	2
4	1	5	1	1	1	1	2	5	1	1	3	1
5	3	1	5	1	5	1	3	1	1	1	5	1
4	4	2	3	3	4	4	2	4	4	4	3	4
4	1	1	4	2	3	2	1	1	2	2	2	1
5	1	1	3	1	5	1	1	1	1	1	1	1
5	3	1	4	1	3	1	1	1	4	1	5	3
1	5	2	4	1	2	3	1	2	1	2	4	1
2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2
3	4	2	4	2	2	2	1	1	2	2	2	2
5	1	1	3	1	5	1	1	1	1	1	1	1
4	1	5	1	1	1	1	2	5	1	1	3	1
4	1	1	5	1	3	3	1	1	2	3	3	2

4	4	2	3	3	4	4	2	4	4	4	3	4
4	1	2	3	1	3	1	1	1	1	1	2	1
4	1	1	3	1	5	1	1	1	1	1	1	1
3	4	2	4	2	2	2	1	1	2	2	2	2
2	2	5	3	3	3	5	2	4	2	5	2	4
1	5	2	4	1	1	3	1	1	1	2	4	1
2	5	4	4	4	3	4	5	4	5	4	4	4
3	5	1	5	1	5	2	5	1	1	1	3	1
2	4	3	4	3	3	3	3	5	5	3	2	4
2	2	5	3	3	3	5	2	4	2	5	2	4
4	4	4	5	4	4	2	3	4	4	4	2	5
4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4
4	4	2	4	3	2	3	2	2	5	4	5	2
2	5	4	4	4	3	4	5	4	5	4	4	4
4	5	3	4	4	4	3	4	3	3	4	5	3
2	4	2	4	4	2	2	4	3	4	4	2	4
2	4	2	3	3	2	3	4	4	5	3	5	3
2	4	3	3	3	2	4	5	4	5	4	3	4
3	4	4	2	2	3	3	4	5	5	3	4	3
4	5	2	3	5	3	2	4	5	5	4	4	4
4	3	2	2	3	4	2	2	2	3	4	4	3
4	4	3	3	3	2	5	4	4	4	4	4	3
4	4	2	2	3	4	4	3	3	5	4	3	4
4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	2	4	3
3	4	4	3	4	3	5	4	3	3	5	3	3
3	3	3	2	3	2	4	4	2	5	3	4	2
2	5	2	3	4	5	3	5	4	5	3	2	5
3	4	3	4	3	2	3	2	3	4	2	2	2
2	2	2	3	2	2	4	2	4	4	2	2	3
2	3	2	4	3	2	4	2	3	3	2	2	3
2	4	3	3	4	2	4	4	3	5	2	2	2
2	3	2	2	3	1	3	3	3	3	2	2	5

X2	X2	X2	X2	X3	X3	X3	X3	X3	X3	X3	X3	X3
6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8
2	2	2	2	3	2	3	2	1	1	5	2	1
2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	3	3	4

5	4	5	3	5	1	3	1	1	1	5	1	3
2	2	2	2	5	2	1	1	1	1	4	1	2
3	2	3	2	1	1	5	2	1	1	1	2	5
3	1	3	2	3	2	3	2	2	1	3	1	3
5	1	5	1	5	1	1	4	1	1	1	2	3
2	1	1	1	3	3	1	1	2	2	1	1	3
5	1	1	1	1	3	1	2	1	1	2	2	2
3	1	4	2	1	3	3	1	1	1	3	3	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5
4	2	4	3	4	2	2	2	2	2	4	2	4
2	3	2	1	3	3	4	1	3	1	4	1	5
3	1	3	3	5	1	3	1	1	1	5	1	3
3	2	3	2	1	1	4	1	1	1	2	3	4
1	1	1	1	1	1	5	2	1	1	1	2	5
5	1	5	1	5	3	5	1	1	1	5	1	5
1	1	3	2	1	1	4	1	1	1	2	3	4
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5
1	2	2	2	1	3	1	2	2	1	2	2	2
1	1	1	1	1	1	5	2	1	1	1	2	5
3	2	3	3	1	3	2	2	2	2	3	3	2
4	1	3	2	2	2	1	1	1	1	3	1	4
1	3	2	1	3	3	4	1	3	1	4	1	5
2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	4
5	1	5	1	5	3	5	1	1	1	5	1	5
4	1	3	2	2	2	1	1	1	1	3	1	4
4	1	3	2	2	2	1	1	1	1	3	1	4
5	4	5	2	4	5	3	4	2	5	3	3	3
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5
5	4	5	3	5	5	3	5	5	5	4	4	4
2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	4
5	4	5	2	4	5	3	4	2	5	3	3	3
4	2	3	3	3	3	4	2	1	2	4	2	5
4	4	5	3	5	4	4	5	2	4	5	2	4
5	4	5	2	4	5	3	4	2	5	3	3	3
4	5	5	2	4	2	2	5	5	5	5	4	3
5	4	5	3	5	5	3	5	5	5	4	4	4
2	3	5	2	3	4	2	3	5	3	3	2	4

3	3	5	3	5	5	3	3	5	3	3	2	2
4	4	5	4	2	3	4	3	2	4	3	4	3
3	3	5	3	4	4	2	5	2	4	5	2	2
3	4	3	3	4	5	3	3	4	3	3	4	2
4	2	5	4	4	3	2	4	3	5	3	2	2
4	4	5	4	3	3	4	5	2	5	4	2	4
3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	4	2
2	2	2	4	2	2	4	2	2	5	5	3	2
3	3	5	2	2	2	2	5	2	3	3	2	2
2	2	5	2	2	2	4	3	2	2	4	2	4
4	4	4	2	2	3	4	3	2	2	3	2	4

X3 9	X40	X4 1	X4 2	X4 3	X4 4	X4 5	X4 6	X4 7	X4 8	X4 9	X5 0	Tot al
1	1	2	5	4	1	2	3	3	3	1	2	112
2	2	4	3	4	3	5	1	1	1	1	2	101
3	2	3	3	3	3	3	3	1	1	1	3	162
1	3	5	1	1	2	1	1	4	2	2	2	114
4	1	2	3	3	3	1	1	2	1	1	1	109
3	1	3	2	4	3	1	1	1	1	1	2	108
4	2	2	4	2	2	1	1	1	1	1	2	111
1	1	3	2	2	2	1	1	1	2	1	2	109
1	2	5	3	2	3	1	1	2	3	1	3	140
1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	4	2	103
1	1	5	1	5	1	5	1	1	1	1	1	96
2	2	3	2	4	2	2	2	4	2	4	2	121
1	2	4	1	5	1	1	1	1	2	5	1	115
3	2	3	3	3	3	3	3	1	1	1	3	105
2	2	4	2	2	1	1	1	1	1	2	2	110
4	1	2	3	3	3	1	1	2	1	1	1	109
5	1	5	1	5	2	3	1	1	1	1	3	124
2	2	4	2	2	1	1	1	1	1	2	2	113
1	1	5	1	5	1	5	1	1	1	1	1	138
1	2	5	3	2	3	1	1	2	3	1	3	91
4	1	2	3	3	3	1	1	2	1	1	1	107
2	2	4	3	2	2	1	1	3	3	2	2	119
1	2	5	2	2	3	2	2	3	2	2	3	146

1	2	4	1	5	1	1	1	1	2	5	1	112
1	1	2	2	1	2	1	1	4	1	2	2	142
5	1	5	1	5	2	3	1	1	1	1	3	127
1	2	5	2	2	3	2	2	3	2	2	3	146
1	2	5	2	2	3	1	1	3	2	2	3	144
4	2	4	3	5	4	4	4	5	3	4	3	192
1	1	5	1	5	1	5	1	1	1	1	1	140
4	3	2	3	5	5	5	4	5	4	2	3	190
1	1	2	2	1	2	1	1	4	1	2	2	141
4	2	4	3	5	4	4	4	5	3	4	3	186
4	3	5	2	5	3	1	3	3	3	3	3	160
3	3	3	2	3	3	5	3	4	5	3	2	177
4	2	4	3	5	4	4	4	5	3	4	3	188
3	4	3	4	5	3	5	3	5	5	3	4	190
4	3	2	3	5	5	5	4	5	4	2	3	197
3	4	4	4	5	3	3	3	3	3	4	4	164
4	4	2	3	5	4	3	3	3	3	2	3	168
3	3	4	2	4	3	3	4	4	3	4	2	165
3	2	4	3	5	3	5	4	4	5	4	3	176
4	4	5	4	4	4	3	3	3	3	5	4	180
3	3	2	4	3	3	4	5	5	3	2	4	161
4	2	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	191
4	4	3	2	5	4	3	3	3	3	3	2	159
5	2	5	2	4	3	2	3	2	2	5	2	147
4	4	3	2	3	4	5	2	3	3	2	2	141
5	3	2	3	4	3	3	2	2	4	2	2	145
4	4	2	2	4	4	3	5	5	5	2	4	155

Lampiran 5 Informed Consent**SKALA PENGUKURAN PENELITIAN**

Assalamualaikum Wr. Wb. dan Salam Sejahtera Untuk Kita Semua. Perkenalkan saya Nurul Dwi Putri Ramadhini selaku Mahasiswa Semester Akhir di Fakultas Psikologi UNTAG Surabaya. Saat ini saya sedang melakukan penelitian untuk memenuhi tugas akhir saya sebagai salah satu syarat kelulusan. Mohon bantuannya untuk menjadi partisipan dalam penelitian saya. Berikut kriteria untuk menjadi partisipan:

- a. Ibu tidak bekerja
- b. Memiliki anak usia 6-12 tahun
- c. Jumlah anak lebih dari satu orang
- d. Tergabung sebagai wali murid di lembaga bimbingan belajar AHE (Anak hebat) yang berada di Dusun Sudimoro RT 2 RW 1, Desa Morosunggingan, Kecamatan Peterongan, Kabupaten Jombang.

Identitas diri

Nama :

Umur :

Apakah anda bersedia untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini ?

Ya

Tidak

Lampiran 6 Skala Stres Pengasuhan (Y)**Petunjuk Pengisian**

1. Diharap partisipan memilih jawaban sesuai dengan apa adanya tanpa adanya paksaan pengaruh dari siapapun.

2. Beri tanda (✓) pada pernyataan yang sesuai dengan diri anda dengan pilihan jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).
3. Tidak ada jawaban benar atau salah, jawaban yang tepat adalah yang paling mewakili keadaan anda.
4. Kerahasiaan jawaban benar-benar dijaga oleh peneliti.

Skala Stres Pengasuhan

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya merasa belum mampu mengasuh anak dengan benar					
2.	Saya merasa mampu mengasuh anak dengan baik					
3.	Saya merasa gagal dalam mengasuh anak					
4.	Saya merasa mampu menjadi figur ibu yang baik					
5.	Saya merasa lebih mampu mengerjakan tugas rumah tangga daripada mengasuh anak					
6.	Saya merasa bahagia meskipun berada didalam rumah seharian bersama anak					
7.	Mengasuh anak membuat saya terisolasi dari lingkungan sosial					
8.	Saya memberikan perhatian dan pemenuhan kebutuhan anak					
9.	Kurangnya dukungan dari keluarga membuat saya merasa terbebani dengan tanggungjawab mengasuh anak					
10.	Saya merasa bebas mengasuh anak dengan cara saya sendiri					
11.	Setiap hari mengasuh anak, membuat saya tidak bisa bebas beraktifitas dengan teman / tetangga					
12.	Kondisi kesehatan saya tidak pernah terganggu selama mengasuh anak dirumah					
13.	Saya merasa dikendalikan oleh tuntutan pemenuhan kebutuhan anak					
14.	Saya memiliki hubungan yang baik dengan anak					

15.	Saya merasa tertekan melakukan pekerjaan rumah tangga dan mengasuh anak secara bersamaan					
16.	Saya selalu memberi kesempatan kepada anak untuk mengungkapkan pendapatnya tentang suatu hal					
17.	Saya sering sakit kepala ketika mengasuh anak					
18.	Saya merasa tidak memiliki beban pikiran dalam mengasuh anak					
19.	Saya seringkali bertengkar dengan anak					
20.	Saya tidak membiasakan untuk memenuhi setiap permintaan anak					
21.	Saya rasa pendapat anak adalah hal yang tidak penting					
22.	Saya merasa anak adalah obat dari segala kesedihan					
23.	Saya sering berbeda pendapat dengan anak					
24.	Saya merasa dikendalikan oleh permintaan anak					
25.	Ketika mengasuh anak saya seringkali emosi					
26.	Anak seringkali tidak mematuhi perintah					
27.	Anak saya adalah anak yang penurut					
28.	Anak selalu lupa waktu ketika bermain diluar rumah					
29.	Anak saya tidak pernah marah ketika saya meminta bantuannya					
30.	Anak saya adalah anak yang pendiam					
31.	Anak saya dapat menentukan waktunya sendiri seperti waktu mandi, makan, dan waktu bermain					
32.	Anak belum bisa melakukan tugas sekolahnya secara mandiri					
33.	Anak saya adalah anak yang mandiri					
34.	Anak seringkali berubah mood seperti mudah marah dan menangis					
35.	Anak saya bisa menata buku pelajaran untuk dibawa ke sekolah sesuai jadwal					
36.	Anak saya memiliki energi selama berjam-jam atau berhari-hari terhadap karya seni,					

	tulisan, atau organisasi					
37.	Anak saya mampu melakukan perawatan terhadap diri sendiri seperti berpakaian, ke toilet dan mandi					
38.	Saya merasa anak saya bertindak semaunya sendiri					
39.	Anak saya memiliki suasana hati yang selalu baik					
40.	Anak seringkali terlihat kurang aktif					
41.	Anak saya tidak pernah kehilangan minat dalam kegiatan sosial					
42.	Anak saya memiliki gejolak emosi yang meledak-ledak					
43.	Anak saya adalah anak yang patuh terhadap saya					
44.	Saya merasa anak terlalu banyak meminta bantuan					
45.	Anak saya adalah anak yang jarang membantah					
46.	Tidak ada yang bisa dibanggakan dari anak saya					
47.	Saya memberikan pujian dan pengakuan atas sesuatu yang telah dilakukan anak					
48.	Saya melakukan olahraga dan membuat kerajinan atau aktivitas yang disukai bersama anak					
49.	Saya mengajak anak untuk beribadah bersama					
50.	saya jarang melakukan pendekatan fisik dengan anak untuk sekedar berjabat tangan / tos					
51.	Saya mengajarkan anak untuk selalu berpamitan ketika hendak keluar rumah					
52.	Saya seringkali membatalkan acara dengan anak karena urusan pekerjaan					
53.	Saya melakukan pendekatan terhadap anak dengan cara melakukan senyuman, jabat tangan, dan tos					

54.	Saya membiarkan anak bermain dan melakukan aktivitasnya sendiri tanpa pantauan dari saya					
55.	Saya selalu menemani anak belajar					
56.	Saya tidak ada waktu untuk sekedar makan malam bersama					
57.	Saya memberi nasehat kepada anak ketika ia berbuat salah					
58.	Saya tidak membatasi waktu anak dalam bermain gadget					
59.	Saya berbicara dengan anak sambil mengerjakan tugas lainnya					
60.	Saya selalu membacakan dongeng sebelum tidur kepada anak					

Lampiran 7 Skala Pengukuran *Mindful Parenting*

Petunjuk pengisian

1. Diharap partisipan memilih jawaban sesuai dengan apa adanya tanpa adanya paksaan pengaruh dari siapapun.
2. Beri tanda centang (✓) pada pernyataan yang sesuai dengan diri anda dengan pilihan jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).
3. Tidak ada jawaban benar atau salah, jawaban yang tepat adalah yang paling mewakili keadaan anda.
4. Kerahasiaan jawaban benar-benar dijaga oleh peneliti.

Skala *Mindful Parenting*

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya memberikan rasa aman dengan cara memberikan pelukan atau ciuman					
2.	Saya mudah berbeda pendapat dengan anak					
3.	Saya luangkan waktu untuk mendengarkan cerita anak saya					
4.	Sulit bagi saya untuk mengobrol dengan anak					
5.	Saya mengajarkan anak untuk mengakui kesalahannya karena telah berbuat salah					

6.	Saya membiarkan anak untuk mengatasi perasaannya sendiri					
7.	Saya dukung anak untuk mencapai apa yang diharapkan					
8.	Saya kurang peduli terhadap apa yang dilakukan anak demi mencapai harapannya					
9.	Saya mengajarkan anak untuk berhati-hati dalam mengambil suatu keputusan					
10.	Saya tidak mengajarkan anak dalam membuat keputusan yang baik					
11.	Saya menerima karakter bawaan dan perilaku anak					
12.	Saya kecewa terhadap kemampuan anak					
13.	Saya menerima bahwa dalam proses pengasuhan selalu ada tantangan					
14.	Saya suka memberi target anak diatas kemampuan temannya					
15.	Saya memberikan pujian terhadap prestasi sekecil apapun yang dicapai anak					
16.	Saya menyalahkan anak ketika tidak mampu mengerjakan tugas sekolah					
17.	Saya tidak membandingkan kekurangan dan kelebihan anak saya dengan anak lain					
18.	Saya mempermalukan anak didepan umum sebagai bentuk hukuman					
19.	Saya mengapresiasi setiap perkembangan kemampuan anak					
20.	Saya membatasi pertemanan anak agar anak bermain dirumah saja					
21.	Saya mengajarkan anak cara menenangkan diri					
22.	Ketika anak tidak bisa mengendalikan amarahnya maka saya marah					
23.	Saya mengajarkan anak bagaimana cara mengungkapkan perasaannya					
24.	Saya tidak peduli terhadap perasaan yang dialami anak					
25.	Saya ajarkan anak untuk mau mendengarkan kritikan dan saran dari orang lain					

26.	Ketika anak saya dikritik oleh orang lain maka saya marah					
27.	Saya mengajarkan anak untuk bertanggung jawab terhadap tugas yang diberikan dari sekolah					
28.	Saya akan marah jika anak tidak sesuai dengan perintah saya					
29.	Saya membantu anak untuk memecahkan masalahnya					
30.	Saya membiarkan anak mengatasi masalahnya sendiri					
31.	Saya berusaha tidak berlebihan dalam memberikan pujian kepada anak terutama untuk hal-hal yang sudah sepantasnya ia lakukan di usianya					
32.	Saya memberikan pujian berlebihan terhadap anak					
33.	Saya memberikan waktu yang tepat untuk memberi pujian, misalnya ketika anak berani mencoba sesuatu yang baru					
34.	Saya enggan memberi apresiasi kepada anak ketika ia mencoba hal baru					
35.	Ketika anak mengalami penurunan prestasi di sekolah, saya akan tetap memberinya semangat tanpa menghakiminya					
36.	Saya akan memarahi anak ketika prestasinya menurun					
37.	Saya tidak menyebutkan prestasi anak lain yang lebih tinggi di depan anak / membandingkannya					
38.	Saya akan membandingkan anak saya dengan anak lain yang lebih pintar					
39.	Saya tidak pernah menyepelakan sekecil apapun hal yang telah dilakukan oleh anak					
40.	Ketika anak melakukan sesuatu yang baru, menurut saya itu hal yang biasa saja					
41.	Saya mengajarkan anak untuk melakukan pekerjaan rumah tangga					
42.	Saya akan mengajarkan membantu pekerjaan rumah tangga ketika ia sudah					

	dewasa saja					
43.	Saya mengajarkan anak untuk membantu dan merawat keluarga yang sedang sakit					
44.	Ketika anggota keluarga ada yang sakit, anak tidak perlu membantu karena bisa tertular sakit					
45.	Saya mengajarkan anak untuk menghargai pendapat sesama anggota keluarga					
46.	Anak tidak perlu mendengarkan pendapat anggota keluarga yang lain					
47.	Saya mengajak anak belajar dari setiap kesalahannya					
48.	Saya tidak menegur anak walaupun ia melakukan kesalahan					
49.	Saya mengajarkan anak untuk mau bertanggung jawab dengan barang miliknya seperti membereskan kembali mainannya					
50.	Menurut saya, anak tidak perlu diajarkan untuk membantu pekerjaan rumah					

Lampiran 6 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Stres Pengasuhan

PUTARAN 1

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,754	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y01	191,28	253,349	,220	,749
Y02	191,44	249,680	,304	,746
Y03	190,86	252,204	,279	,747
Y04	191,46	246,335	,388	,742
Y05	191,14	247,143	,376	,743
Y06	191,58	248,085	,330	,745
Y07	191,96	253,835	,221	,749
Y08	190,92	262,238	,004	,757
Y09	192,02	256,755	,134	,753
Y10	191,46	248,376	,347	,744
Y11	191,84	250,668	,247	,748
Y12	191,64	252,562	,231	,749
Y13	190,86	254,898	,199	,750
Y14	191,68	265,487	-,084	,761
Y15	191,00	250,245	,278	,747
Y16	191,92	251,871	,287	,747
Y17	192,14	255,592	,193	,750
Y18	191,24	259,329	,079	,755
Y19	192,24	253,329	,274	,748
Y20	191,68	265,487	-,084	,761
Y21	190,44	249,925	,544	,742
Y22	189,88	264,271	-,058	,755

Y23	192,02	253,530	,254	,748
Y24	189,64	264,235	-,052	,755
Y25	189,90	265,194	-,124	,756
Y26	190,54	256,131	,286	,748
Y27	189,90	262,500	,068	,753
Y28	189,76	259,002	,147	,752
Y29	190,24	262,758	-,006	,757
Y30	191,90	253,520	,196	,750
Y31	191,82	255,824	,172	,751
Y32	190,74	254,319	,215	,750
Y33	191,38	243,955	,477	,739
Y34	190,96	249,264	,322	,745
Y35	191,80	248,449	,403	,743
Y36	192,16	247,607	,447	,741
Y37	190,94	250,629	,301	,746
Y38	191,98	254,959	,185	,751
Y39	191,28	245,920	,379	,742
Y40	190,60	252,122	,342	,746
Y41	189,80	259,469	,255	,751
Y42	190,04	257,264	,210	,750
Y43	190,06	263,200	-,012	,756
Y44	190,14	262,123	,015	,756
Y45	190,38	265,873	-,109	,759
Y46	189,90	255,561	,281	,748
Y47	190,50	253,112	,265	,748
Y48	190,32	258,467	,141	,752
Y49	190,20	265,510	-,097	,758
Y50	190,74	252,645	,256	,748
Y51	190,36	252,847	,344	,746
Y52	190,02	253,244	,280	,747
Y53	190,22	262,134	,012	,757
Y54	190,62	270,322	-,238	,764
Y55	189,68	267,161	-,216	,758
Y56	191,38	269,424	-,186	,765
Y57	190,66	252,678	,308	,747

Y58	190,48	262,051	,027	,755
Y59	190,54	250,009	,347	,745
Y60	189,98	254,306	,256	,748

PUTARAN 2

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,824	28

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y02	85,50	154,337	,361	,818
Y03	84,92	156,728	,329	,819
Y04	85,52	148,867	,541	,810
Y05	85,20	154,041	,378	,817
Y06	85,64	151,133	,447	,814
Y10	85,52	150,214	,511	,811
Y15	85,06	163,078	,078	,830
Y16	85,98	161,693	,153	,826
Y19	86,30	161,235	,191	,824
Y21	84,50	157,847	,472	,816
Y23	86,08	159,504	,243	,822
Y26	84,60	161,265	,293	,820
Y33	85,44	148,864	,574	,809
Y34	85,02	155,449	,333	,819
Y35	85,86	154,735	,421	,815
Y36	86,22	155,400	,415	,816
Y37	85,00	154,449	,383	,817

Y39	85,34	150,392	,465	,813
Y40	84,66	157,576	,366	,818
Y41	83,86	164,449	,227	,822
Y46	83,96	158,774	,387	,818
Y47	84,56	161,802	,159	,825
Y50	84,80	156,980	,308	,820
Y51	84,42	157,677	,392	,817
Y52	84,08	157,667	,333	,819
Y57	84,72	157,716	,342	,818
Y59	84,60	157,673	,302	,820
Y60	84,04	159,100	,286	,820

PUTARAN 3

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,840	22

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y02	68,14	128,531	,322	,838
Y03	67,56	129,272	,344	,836
Y04	68,16	121,443	,580	,826
Y05	67,84	126,137	,416	,833
Y06	68,28	123,389	,487	,830
Y10	68,16	122,668	,551	,827
Y21	67,14	131,633	,418	,834
Y26	67,24	133,982	,284	,838
Y33	68,08	120,932	,636	,823
Y34	67,66	129,617	,291	,839
Y35	68,50	126,459	,480	,831

Y36	68,86	127,307	,464	,832
Y37	67,64	126,602	,420	,833
Y39	67,98	122,102	,528	,828
Y40	67,30	132,255	,282	,838
Y46	66,60	130,612	,438	,834
Y50	67,44	129,272	,331	,837
Y51	67,06	131,037	,368	,835
Y52	66,72	130,206	,346	,836
Y57	67,36	132,153	,272	,839
Y59	67,24	131,329	,269	,839
Y60	66,68	131,161	,314	,837

Lampiran 7 Uji Validasi dan Reliabilitas Skala *Mindful Parenting*

PUTARAN 1

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,933	50

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	137,34	926,025	,219	,934
X02	138,32	908,059	,528	,932
X03	138,00	940,816	,036	,935
X04	137,74	905,747	,518	,932
X05	137,08	910,361	,460	,932
X06	138,04	896,121	,625	,931
X07	137,44	932,088	,160	,934
X08	138,08	884,157	,716	,930
X09	138,30	896,337	,546	,931

X10	137,72	899,798	,490	,932
X11	137,34	924,270	,305	,933
X12	138,24	909,492	,470	,932
X13	137,72	956,491	-,196	,936
X14	137,68	899,038	,502	,932
X15	138,48	922,336	,298	,933
X16	137,62	953,506	-,169	,936
X17	138,38	893,424	,714	,930
X18	137,98	946,224	-,044	,935
X19	138,14	908,980	,458	,932
X20	138,34	889,045	,655	,930
X21	138,22	888,216	,616	,931
X22	137,92	875,871	,723	,930
X23	138,24	893,288	,655	,931
X24	138,04	917,876	,363	,933
X25	138,28	892,451	,663	,930
X26	137,68	898,589	,543	,931
X27	138,68	889,242	,724	,930
X28	137,64	888,194	,575	,931
X29	138,86	916,409	,486	,932
X30	138,12	905,618	,403	,933
X31	138,32	893,079	,643	,931
X32	138,24	941,900	,008	,935
X33	138,58	882,330	,695	,930
X34	139,00	903,510	,530	,932
X35	138,72	867,022	,804	,929
X36	137,88	917,496	,308	,933
X37	138,86	917,347	,427	,932
X38	137,48	954,418	-,156	,936
X39	138,20	908,898	,394	,933
X40	138,78	911,522	,530	,932
X41	137,40	947,347	-,059	,935
X42	138,46	926,335	,289	,933
X43	137,36	911,296	,387	,933
X44	138,20	901,347	,656	,931

X45	138,28	889,349	,556	,931
X46	138,74	880,890	,776	,930
X47	138,20	878,245	,728	,930
X48	138,58	893,514	,656	,931
X49	138,60	908,041	,430	,932
X50	138,52	911,030	,596	,931

PUTARAN 2

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,951	41

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X02	109,08	917,585	,510	,951
X04	108,50	913,929	,520	,950
X05	107,84	923,607	,390	,951
X06	108,80	904,612	,622	,950
X08	108,84	891,443	,729	,949
X09	109,06	909,445	,488	,951
X10	108,48	909,520	,474	,951
X11	108,10	937,235	,232	,952
X12	109,00	916,898	,484	,951
X14	108,44	910,578	,464	,951
X15	109,24	926,962	,353	,951
X17	109,14	901,307	,720	,949
X19	108,90	916,663	,467	,951
X20	109,10	898,173	,644	,950
X21	108,98	894,551	,639	,950
X22	108,68	882,467	,742	,949

X23	109,00	903,020	,635	,950
X24	108,80	924,653	,387	,951
X25	109,04	901,590	,651	,950
X26	108,44	905,109	,565	,950
X27	109,44	896,700	,735	,949
X28	108,40	892,286	,621	,950
X29	109,62	923,179	,516	,951
X30	108,88	910,475	,442	,951
X31	109,08	901,177	,646	,950
X33	109,34	887,780	,728	,949
X34	109,76	910,145	,554	,950
X35	109,48	874,785	,809	,948
X36	108,64	922,602	,349	,952
X37	109,62	925,383	,433	,951
X39	108,96	916,774	,400	,951
X40	109,54	917,723	,567	,950
X42	109,22	932,012	,336	,951
X43	108,12	920,230	,380	,951
X44	108,96	908,488	,675	,950
X45	109,04	896,325	,570	,950
X46	109,50	887,194	,801	,949
X47	108,96	885,713	,737	,949
X48	109,34	899,658	,685	,949
X49	109,36	917,868	,412	,951
X50	109,28	917,553	,630	,950

PUTARAN 3**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,952	40

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X02	105,48	902,377	,507	,951
X04	104,90	898,663	,518	,951
X05	104,24	909,043	,377	,952
X06	105,20	889,306	,622	,950
X08	105,24	876,186	,729	,950
X09	105,46	894,907	,478	,951
X10	104,88	894,393	,471	,951
X12	105,40	901,224	,488	,951
X14	104,84	895,688	,458	,952
X15	105,64	910,725	,364	,952
X17	105,54	886,172	,718	,950
X19	105,30	901,806	,460	,951
X20	105,50	882,908	,644	,950
X21	105,38	879,057	,642	,950
X22	105,08	867,667	,738	,950
X23	105,40	888,204	,629	,950
X24	105,20	909,469	,382	,952
X25	105,44	886,537	,648	,950
X26	104,84	888,994	,575	,951
X27	105,84	881,525	,734	,950
X28	104,80	876,041	,633	,950
X29	106,02	907,571	,519	,951
X30	105,28	894,532	,448	,952
X31	105,48	885,928	,645	,950

X33	105,74	872,319	,731	,950
X34	106,16	895,076	,550	,951
X35	105,88	859,944	,806	,949
X36	105,04	906,692	,354	,952
X37	106,02	909,653	,437	,951
X39	105,36	900,398	,411	,952
X40	105,94	902,262	,567	,951
X42	105,62	915,955	,345	,952
X43	104,52	904,949	,378	,952
X44	105,36	892,888	,679	,950
X45	105,44	881,027	,570	,951
X46	105,90	872,010	,801	,949
X47	105,36	870,807	,734	,950
X48	105,74	884,400	,685	,950
X49	105,76	903,329	,401	,952
X50	105,68	901,610	,640	,951

Lampiran 8 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		50
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	14,64601741
Most Extreme Differences	Absolute	,141
	Positive	,141
	Negative	-,085
Test Statistic		,141
Asymp. Sig. (2-tailed)		,015 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Lampiran 9 Uji Linieritas

ANOVA Table

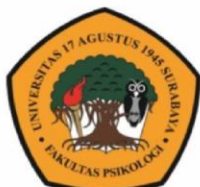
			Sig.
Stres Pengasuhan *	Between Groups	(Combined)	,278
Mindful Parenting		Linearity	,008
		Deviation from Linearity	,395
Within Groups			
Total			

Lampiran 10 Uji Kolerasi *Spearman Rho*

Correlations

			Mindful Parenting	Stres Pengasuhan
Spearman's rho	Mindful Parenting	Correlation Coefficient	1,000	-,425**
		Sig. (2-tailed)	.	,002
		N	50	50
	Stres Pengasuhan	Correlation Coefficient	-,425**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,002	.
		N	50	50

Lampiran 11 Surat Pengantar Penelitian



YAYASAN PERGURUAN 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
FAKULTAS PSIKOLOGI

Program Studi Sarjana Psikologi (S1) Terakreditasi A
 Program Studi Magister Psikologi (S2) Terakreditasi B
 Program Studi Psikologi Profesi (S2) Terakreditasi B
 Kampus : Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya 60118 Telp. (031) 5990029; 5931800 (hunting) Ex 148, 149
 Homepage : www.untag-sby.ac.id ; Email : psikologi@untag-sby.ac.id

24 Mei 2023

Nomor : 0967/K/F.Psi/V/2023
 Lampiran : -
 Perihal : **Permohonan Ijin Penelitian untuk Skripsi**

Yth
 Kepala Instansi Lembaga Anak Hebat (AHE) Morosunggingan
 Dsn. Sudimoro rt 2 rw 1 Desa Morosunggingan Kec. Peterongan Kabupaten
 Jombang

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya menyampaikan, Terkait tugas akhir Skripsi mahasiswa strata satu (S-1) Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, dengan hormat untuk diperkenankan mengadakan penelitian / pengambilan data pada Lembaga Anak Hebat (AHE) Morosunggingan yang Bapak/Ibu pimpin, Adapun informasi pendukung berkaitan dengan kegiatan penelitian tersebut adalah sebagai berikut:

Nama : Nurul Dwi Putri Ramadhini
 NPM : 1511900163
 Alamat : Pilangkenceng RT 010 RW 004
 Judul Penelitian : Hubungan Antara Mindful Parenting dengan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak Usia Middle Childhood
 Subjek Penelitian : 1. Ibu tidak bekerja
 2. Memiliki anak usia 6-12 tahun
 3. Tergabung sebagai wali murid di Lembaga Ahe (Anak Hebat) Morosunggingan

Demikian surat permohonan ini, atas perhatian dan kerjasama disampaikan terima kasih.

Dekan

Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si, Psikolog
 NPP : 20510 02 0552

Tembusan
 1. Arsip