

**FLEKSIBILITAS PSIKOLOGIS SEBAGAI MEDIATOR ANTARA
RESILIENSI KELUARGA DAN *PARENTAL BURNOUT* PADA IBU DI
PAUD X KECAMATAN TEMBALANG KOTA SEMARANG**

Retno Herfinanda
NIM 15000119420017

Magister Psikologi Universitas Diponegoro
retnoherfinanda@students.undip.ac.id

ABSTRAK

Tanggung jawab mengasuh anak dapat dipandang positif, sedangkan dinamika pengasuhannya dapat memunculkan tekanan-tekanan, seperti tekanan-tekanan yang terjadi dalam aktivitas mengasuh anak sehari-hari, peran pengasuhan, kejadian yang mendadak, karakteristik anak, kesulitan ekonomi, dan situasi lain yang dirasakan menekan oleh orang tua. Selain itu, paparan stresor yang dialami orang tua selama pandemi COVID-19 dapat menimbulkan sejumlah masalah kesehatan mental pada orang tua, seperti kecemasan, depresi, stres dalam hal pengasuhan, dan *burnout*. Tingkat stres pengasuhan yang lebih tinggi berkaitan dengan tingkat fleksibilitas psikologis yang lebih rendah dalam pengasuhan dan resiliensi keluarga yang lebih rendah. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara resiliensi keluarga dan *parental burnout* dengan dimediasi oleh fleksibilitas psikologis pada Ibu yang memiliki anak usia dini. Sampel dalam penelitian ini adalah 218 Ibu yang memiliki setidaknya 1 orang anak di bawah 5 tahun yang tergabung dalam PAUD X Kecamatan Tembalang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *area/cluster random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tiga buah skala yang diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia, yaitu *Parental Burnout Assessment* (20 aitem; $\alpha = 0,880$), *Walsh Family Resilience Questionnaire* (27 aitem; $\alpha = 0,935$), dan *Multidimensional Psychological Flexibility Inventory-short form* (MPFI-24) (21 aitem; $\alpha = 0,888$). Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang negatif signifikan antara resiliensi keluarga dengan *parental burnout* ($\beta = -0,142$, $t = -1,976$; $p = 0.049$, $p < 0,05$), sehingga semakin tinggi resiliensi keluarga yang dimiliki, maka semakin rendah *parental burnout* yang dialami. Selain itu, hasil menunjukkan bahwa fleksibilitas psikologis berperan menjadi mediator antara resiliensi keluarga dengan *parental burnout* (Sobel tes $Z = 3,705$, $p < 0,001$).

Kata kunci: resiliensi keluarga, *parental burnout*, fleksibilitas psikologis, Ibu, PAUD