

**PENGARUH *PARENTING SELF-EFFICACY* DAN *SELF COMPASSION*
TERHADAP *PARENTING STRESS***

SKRIPSI



KANIA SHEILA NAREZWARI

11020122075

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

2026

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh *Parenting Self-Efficacy* dan *Self-Compassion* terhadap *Parenting Stress*” adalah benar-benar karya ilmiah saya sendiri yang disusun dan diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Sepanjang pengetahuan saya, dalam skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah atau pendapat yang pernah diajukan oleh pihak lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, maupun yang telah diterbitkan sebelumnya, kecuali yang secara tertulis dan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah serta disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 24 Desember 2025



Kania Sheila Narezwari

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

*Pengaruh Parenting Self-Efficacy dan Self-Compassion
terhadap Parenting Stress*

Oleh:

Kania Sheila Narezwari
11020122075

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Skripsi

Surabaya, 24 Desember 2025

Dosen Pembimbing 1



Dr. Malukah, S.Ag. M.Psi
NIP. 197203122009122001

Dosen Pembimbing 2



Dr. S. Khorriyatul Khotimah, M.Psi., Psikolog
NIP. 197711162008012018

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI
PENGARUH PARENTING SELF-EFFICACY DAN SELF COMPASSION TERHADAP
PARENTING STRESS

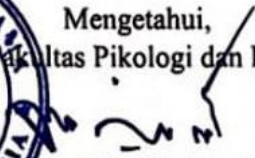
Yang disusun oleh

Kania Sheila Narezwari
11020122075

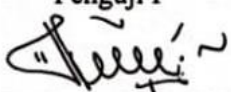
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
pada tanggal 06 Januari 2026




Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan


Dr. Phil. Khoirun Niam
NIP. 197007251996031004

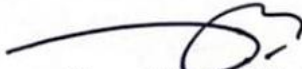
Susunan Tim Penguji
Penguji I


Dr. Malika, S.Ag, M.Psi
NIP. 197203122009122001


Penguji II


Dr. S. Khorriyatul Khotimah, M.Psi, Psikolog
NIP. 197711162008012018

Penguji III


Rizma Fithri, S.Psi, M.Si
NIP. 197403121999032001

Penguji IV


Dr. H. Jainudin, M.Si.
NIP. 196205081991031002



UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Kania Sheila Narezwari
NIM : 11020122075
Fakultas/Jurusan : Psikologi
E-mail address : kaniasheila@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Parenting Self-Efficacy dan Self-Comparison
terhadap parenting stress.

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, 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 UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 12 Januari 2026

Penulis

(Kania Sheila Narezwari)
nama terang dan tanda tangan

INTISARI

Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus menghadapi tuntutan pengasuhan yang lebih kompleks dibandingkan orang tua pada umumnya, baik dari aspek emosional, fisik, maupun sosial, sehingga berisiko mengalami parenting stress yang lebih tinggi. Kondisi ini menuntut adanya sumber daya psikologis internal yang memadai, di antaranya *parenting self-efficacy* dan *self-compassion*, yang berperan dalam membantu orang tua mengelola tekanan pengasuhan secara adaptif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh signifikan *parenting self-efficacy* dan *self-compassion* terhadap *parenting stress* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di UPTD Layanan Disabilitas Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 148 orang tua yang dipilih menggunakan teknik *probability sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan *Parenting Stress Scale*, *Self-Efficacy Parenting Task Index (SEPTI)*, dan *Self-Compassion Scale* yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Data dianalisis menggunakan analisis regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *parenting self-efficacy* dan *self-compassion* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *parenting stress*, baik secara parsial maupun simultan, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat *parenting self-efficacy* dan *self-compassion* yang dimiliki orang tua, maka semakin rendah tingkat *parenting stress* yang dirasakan. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan faktor psikologis internal dalam mendukung kesejahteraan orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Adapun keterbatasan penelitian ini terletak pada cakupan lokasi penelitian yang hanya dilakukan pada satu lembaga layanan disabilitas, sehingga penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan subjek yang lebih beragam serta mempertimbangkan variabel psikologis lain yang relevan dalam menjelaskan *parenting stress*.

Kata kunci: *parenting stress, parenting self-efficacy, self-compassion*

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

Parents of children with special needs face more complex parenting demands than parents in general, encompassing emotional, physical, and social aspects, which increases their risk of experiencing higher levels of parenting stress. This condition necessitates adequate internal psychological resources, including parenting self-efficacy and self-compassion, which play an important role in helping parents manage parenting-related pressures adaptively. This study aims to examine the significant effects of parenting self-efficacy and self-compassion on parenting stress among parents of children with special needs at the Sidoarjo Disability Service Unit (UPTD Layanan Disabilitas Sidoarjo). This research employed a quantitative approach with a correlational research design. The study involved 148 parents selected using probability sampling techniques. Data were collected using the Parenting Stress Scale, the Self-Efficacy Parenting Task Index (SEPTI), and the Self-Compassion Scale, all of which had been tested for validity and reliability. Data analysis was conducted using multiple linear regression analysis. The results indicated that parenting self-efficacy and self-compassion had a negative and significant effect on parenting stress, both partially and simultaneously, indicating that higher levels of parenting self-efficacy and self-compassion were associated with lower levels of perceived parenting stress. These findings highlight the importance of strengthening internal psychological factors to support the well-being of parents of children with special needs. A limitation of this study is the restricted research setting, as it was conducted in only one disability service institution; therefore, future research is recommended to involve more diverse samples and to consider other relevant psychological variables in explaining parenting stress.

Keywords: parenting stress, parenting self-efficacy, self-compassion

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| SKRIPSI..... | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | iii |
| HALAMAN PERSETUJUAN..... | iv |
| PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN | v |
| LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI..... | vi |
| KATA PENGANTAR..... | vi |
| INTISARI..... | viii |
| ABSTRACT..... | ix |
| DAFTAR ISI | x |
| DAFTAR TABEL..... | xii |
| DAFTAR GAMBAR | xiii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiv |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 11 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 11 |
| D. Manfaat Penelitian..... | 12 |
| E. Keaslian Penelitian..... | 13 |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA..... | 16 |
| A. <i>Parenting Stress</i> | 16 |
| B. <i>Parenting Self-efficacy</i> | 18 |
| C. <i>Self-Compassion</i> | 20 |
| D. Hubungan Antar Variabel..... | 22 |
| E. Kerangka Teoritis | 26 |
| F. Hipotesis..... | 30 |
| BAB III METODE PENELITIAN..... | 31 |
| A. Identifikasi Variabel | 31 |
| B. Definisi Operasional..... | 31 |
| C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling..... | 32 |
| D. Instrumen Penelitian..... | 34 |

| | |
|---|----|
| 1. Skala <i>Parenting Stress</i> | 35 |
| 2. Skala <i>Parenting Self-efficacy</i> | 36 |
| 3. Skala <i>Self-Compassion</i> | 37 |
| E. Validitas dan Reliabilitas..... | 38 |
| F. Analisis Data | 44 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 48 |
| A. Hasil Penelitian | 48 |
| 1. Deskripsi Subjek Penelitian | 48 |
| 2. Deskripsi Data Penelitian..... | 52 |
| 3. Uji Asumsi Klasik | 60 |
| 4. Uji Hipotesis | 63 |
| B. Pembahasan..... | 68 |
| BAB V PENUTUP..... | 75 |
| A. Kesimpulan | 75 |
| B. Saran..... | 76 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 78 |
| LAMPIRAN..... | 88 |



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 3.1 <i>Blueprint Parrenting Stress Scale by Berry and Jones</i> | 36 |
| Tabel 3.2 <i>Blueprint Parrenting Self-Efficacy Scale</i> | 37 |
| Tabel 3.3 <i>Blueprint Self-Compassion Scale</i> | 38 |
| Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitass <i>Parenting Stresss</i> | 40 |
| Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas <i>Pearson Correlation Parrenting Self-Efficacy Scale</i> | 40 |
| Tabel 3.6 Hasil <i>Aiken's V</i> | 42 |
| Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitass <i>Parenting Self-Efficacy Scale</i> | 42 |
| Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas <i>Pearson Correlation Self-Compassion Scale</i> | 42 |
| Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitass <i>Self-Compassion Scale</i> | 44 |
| Tabel 3.10 Rumus Analisis Regresi Linier Berganda | 47 |
| Tabel 4.1 Deskripsi Data Demografis | 48 |
| Tabel 4.2 Nilai Mean dan Standar Deviasi Empirik | 52 |
| Tabel 4.3 Kategorisasi Variabel..... | 53 |
| Tabel 4.4 Deskripsi Data Statistik Setiap Variabel..... | 53 |
| Tabel 4.5 Kategorisasi Keseluruhan Data | 55 |
| Tabel 4.6 Hasil <i>Crosstabulation</i> Jenis Kelamin dengan <i>Parenting Stress</i> | 56 |
| Tabel 4.7 Hasil <i>Crosstabulation</i> Status Pernikshahan dengan <i>Parenting Stress</i> | 57 |
| Tabel 4.8 Hasil <i>Crosstabulation Parenting Stress</i> dengan <i>Parenting Self-Efficacy</i> | 58 |
| Tabel 4.9 Hasil <i>Crosstabulation Parenting Stress</i> dengan <i>Self-Compassion</i> | 59 |
| Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas..... | 60 |
| Tabel 4.11 Hasil Uji Multikolinearitas | 60 |
| Tabel 4.12 Hasil Uji Glejser..... | 61 |
| Tabel 4.13 Rumus t Tabel dengan Signifikansi 5% | 63 |
| Tabel 4.14 Koefisien Regresi Pengaruh <i>Parenting Self-Efficacy</i> dan <i>Self-Compassion</i> terhadap <i>Parenting Stress</i> Secara Terpisah..... | 64 |
| Tabel 4.15 Rumus f tabel dengan signifikan 5%..... | 65 |
| Tabel 4.16 Uji ANOVA Pengaruh <i>Parenting Self-Efficacy</i> dan <i>Self-Compassion</i> terhadap <i>Parenting Stress</i> Secara Simultan..... | 66 |
| Tabel 4.17 Kategorisasi Koefisien Determinasi (<i>R-Square</i>) | 66 |
| Tabel 4.18 Uji <i>R-Square</i> Untuk Melihat Sumbangan Efektif <i>Parenting Self-Efficacy</i> dan <i>Self-Compassion</i> terhadap <i>Parenting Stress</i> | 67 |
| Tabel 4.19 Rumus Sumbangan Efektif (SE) Variabel | 67 |
| Tabel 4.20 Sumbangan Efektif Variabel <i>Parenting Self-Efficacy</i> dan <i>Self-Compassion</i> terhadap <i>Parenting Stress</i> | 68 |

DAFTAR GAMBAR

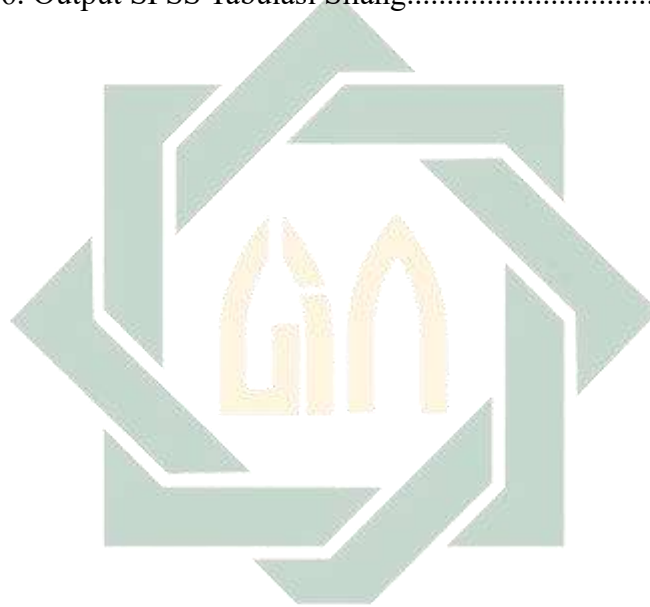
| | |
|--|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Teoritis | 30 |
| Gambar 4.1 Hasil Uji Scatterplot | 62 |



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|-----|
| Lampiran 1. Skala Kuesioner | 89 |
| Lampiran 2. Hasil Kuesioner | 97 |
| Lampiran 3. Output SPSS Uji Validitas dan Reliabilitas | 113 |
| Lampiran 4. Output SPSS Uji Prasyarat Regresi Berganda..... | 136 |
| Lampiran 5. Output SPSS Klasifikasi Responden dan Kategorisasi Variabel. | 113 |
| Lampiran 6. Output SPSS Tabulasi Silang..... | 142 |



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, A., Mulyani, M., & Fadhila, M. (2022). Keikhlasan Orang Tua yang Memiliki Anak Autisme. *Jurnal Al-Husna*, 2(2), 114. <https://doi.org/10.18592/jah.v2i2.4767>
- Adolph, R. (2016). *Exploring the relationship between parental self-efficacy and social support systems*. 1–23.
- Ahmed, A. N., & Raj, S. P. (2022). Self - compassion Intervention for Parents of Children with Developmental Disabilities : A Feasibility Study. *Advances in Neurodevelopmental Disorders*, 0123456789. <https://doi.org/10.1007/s41252-022-00305-2>
- Aini, R. N., Susanto, T., & Rasni, H. (2020). *Parenting Stress and Physical Abuse Against Children with Disability*. 27. [http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/65672/Ainul Latifah-101810401034.pdf?sequence=1](http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/65672/Ainul%20Latifah-101810401034.pdf?sequence=1)
- Akmalia, N., & Febriani, A. (2022). Parenting Stress pada Ibu yang Bekerja: Peran Self-Compassion dan Dukungan Sosial. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 5(2), 111–122. <https://doi.org/10.25077/jip.5.2.111-122.2021>
- AKTU, Y. (2024). The role of parenting stress on parenting self-efficacy and parental burnout among Turkish parents: a moderated mediation model. *BMC Psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01980-7>
- Al Hakim, R., Mustika, I., & Yuliani, W. (2021). Validitas Dan Reliabilitas Angket Motivasi Berprestasi. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(4), 263. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i4.7249>
- Ali, N., & Ariana, A. D. (2022). Hubungan resiliensi dan stres pengasuhan pada ibu dengan anak GSA (Gangguan Spektrum Autisme) di UPTD anak berkebutuhan khusus Sidoarjo. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 10, 1–9.
- Amponsah, N. (2024). *Original Article Steering the Ship during Ghana ' s Education Reform : School Leadership in Fostering Organizational Commitment in Public Basic Schools*. 5, 1–20.
- Anugrah, A. D., Wahidah, F. R., Rahardjo, P., & Wulandari, D. (2024). *BAGAIMANA GROWTH MINDSET DAN FAMILY SUPPORT DAPAT BERPENGARUH TERHADAP PARENTING SELF EFFICACY*. 9(1), 1–10.
- Apsari, D. A., & Budi Utomo, H. (2024). Pentingnya Self-Compassion bagi Kesehatan Mental Individu. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 4(1), 025–033. <https://doi.org/10.36636/psikodinamika.v4i1.4167i> Kesehatan Mental In. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 4(1), 025–033.

- Ardi, N. B., Dwi Pratiwi, R., Yundah, Umamah, R., & Holidah. (2021). Hubungan parenting self efficacy (pse) dengan pola asuh pada anak usia toddler di Desa Onyam Kecamatan Gunung Kaler Kabupaten Tangerang. *THE JOURNAL OF Mother and Child Health Concerns*, 1(1), 24–32. <https://doi.org/10.56922/mchc.v1i1.68>
- Arkam, R. (2022). Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus dalam Perspektif Al-Qur'an. *MENTARI: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2), 2022. <https://jurnal.stkipgriponorogo.ac.id/index.php/Mentari/article/view/218>
- Asiyadi, I. P., & Jannah, M. (2021). Hubungan antara parenting stress dengan parenting self-efficacy pada ibu yang memiliki anak disabilitas intelektual. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 1–11. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41311>
- Asri, H. N., Farahmita, N., Rasyida, N. A., & Ar-Robbaniy, N. (2022). *A Parenting Stress on Working Mothers with Online School Children*. 2022.
- Asri, H. N., & Hendriani, W. (2024). *Why do working mothers experience parenting stress? literature review on working mothers in Asia Mengapa ibu bekerja mengalami stres pengasuhan? literatur review pada ibu bekerja di Asia*. 19(April), 73–87.
- Astutik, A. P., Fitroh, S. F., Rahma, A., Meilinda, I., & ... (2024). Menumbuhkan Self-Compassion dan Resiliensi Orang Tua dalam Mendampingi ABK. *Umsida* <https://press.umsida.ac.id/index.php/umsidapress/article/view/1486%0Ahttps://press.umsida.ac.id/index.php/umsidapress/article/download/978-623-464-104-2/1245>
- Avram, C., & Mărușteri, M. (2022). Normality assessment, few paradigms and use cases. *Revista Romana de Medicina de Laborator*, 30(3), 251–260. <https://doi.org/10.2478/rrlm-2022-0030>
- Ayu, I. G., Cahyani, S., Utami, K. C., Luh, N., Shinta, P., & Puspita, L. M. (1980). *HUBUNGAN EFIKASI DIRI PENGASUHAN DENGAN STRES PENGASUHAN PADA ORANG TUA DENGAN ANAK SINDROM DOWN DI PIK POTADS BALI I Gusti Ayu Srimas Cahyani P.A I , Kadek Cahya Utami* I , Ni Luh Putu Shinta Devi I , Luh Mira Puspita I*. 12, 703–711.
- Ayu, I. G., Sri, A., Chandra, L., & Valentina, T. D. (2024). *Kesejahteraan Psikologis Orang Tua Dengan Anak Berkebutuhan Khusus : Literature Review*. 4, 8214–8228.
- Azizah, N. I., Arum, R. P., & Wasono, R. (2021). Model Terbaik Uji Multikolinearitas Untuk Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Produksi Padi di Kabupaten Blora tahun 2020. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 4, 61–69.
- BAKIR, D., & DEMİRLİ, C. (2020). Investigation of the Impact of Self-

- Compassion and Family Support Perception on Parenting Stress in Parents Who Have Children with Learning Disability, Autism Spectrum Disorder and Mental Disability. *Humanistic Perspective*, 2(3), 271–282. <https://doi.org/10.47793/hp.794207>
- Boruszak-Kiziukiewicz, J., & Kmita, G. (2020). Parenting self-efficacy in immigrant families—a systematic review. *Frontiers in Psychology*, 11(May). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00985>
- Budyaningrum, A. L., & Indrawati, E. S. (2025). HUBUNGAN ANTARA PARENTING SELF-EFFICACY DENGAN STRES PENGASUHAN PADA IBU YANG BEKERJA SEBAGAI PERAWAT DI RUMAH SAKIT JIWA GRHASI. *Jurnal EMPATI*, 10(1), 215–227. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2025.40698>
- Caesarany, N., Karwur, G. V., & Rosalina, D. (2019). Diffusion Innovations of the Ministry of Social Affairs of the Republic of Indonesia in Disseminating Innovation of the E-Warong Program. *Communicology: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 7(2), 254–266. <https://doi.org/10.21009/communicology.012.010>
- Cha, J. E., Serlachius, A. S., Kirby, J. N., & Consedine, N. S. (2023). What Do (and Don't) We Know About Self-Compassion? Trends and Issues in Theory, Mechanisms, and Outcomes. *Mindfulness*, 14(11), 2657–2669. <https://doi.org/10.1007/s12671-023-02222-4>
- Cheng, A. W. Y., & Lai, C. Y. Y. (2023). Parental stress in families of children with special educational needs: a systematic review. *Frontiers in Psychiatry*, 14(3). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1198302>
- Chintya Dewi, W., & Zuroida, A. (2023). Kemandirian Anak Saat Learning From Home Terhadap Tingkat Stres Orang Tua. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 5(1), 1–15. <https://doi.org/10.32492/idea.v5i1.5101>
- Chong, Y. Y., Kwan, J. Y. M., Yau, P. T., Cheng, H. Y., & Chien, W. T. (2023). Roles of Parental Psychological Flexibility, Self-Compassion, and Self-Efficacy in Affecting Mental Health and Quality of Life in Parents of Children with Eczema. *Healthcare (Switzerland)*, 11(20). <https://doi.org/10.3390/healthcare11202708>
- Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (2000). Parenting self-efficacy among mothers of school-age children. *Family Relations*, 49(1), 13–24.
- Deater-Deckard, K. (2004). *Parenting Stress*. <https://doi.org/10.12987/yale/9780300103939.001.0001>
- Desiningrum, D. R. (n.d.). *Parenting Self-Efficacy, Hardiness and Psychological Well-Being of Parents of Children with ASD*.
- Dini, A. U., & Khusus, A. B. (2024). *Parenting Self Efficacy: Studi Pada Orang Tua dengan Anak Usia Dini Berkebutuhan Khusus 1,2,3*. 9(2), 200–209.

- Dong, L., Yang, L., To, S. M., Yan, M. W., & Shen, L. (2025). The presence of meaning in parenthood and parental self-efficacy: a serial mediation model from social support to parent-child relationships. *BMC Psychology*, *13*(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02429-1>
- Dunne, J. D., & Manheim, J. (2023). Compassion, Self-compassion, and Skill in Means: a Mahāyāna Perspective. *Mindfulness*, *14*(10), 2374–2382. <https://doi.org/10.1007/s12671-022-01864-0>
- Dyah, P., Lestari, A., & Ediati, A. (2021). *MASA PANDEMI COVID-19*. 270–276.
- Dylan, M., & Lentari, F. R. M. (2022). Pengasuhan di Masa Early Childhood: Fathering Self Efficacy dan Parenting Stress pada Ayah yang Memiliki Anak Lebih Dari Satu. *Jurnal Ilmu Perilaku*, *5*(2), 123–137. <https://doi.org/10.25077/jip.5.2.123-137.2021>
- Ekaningtyas, N. L. D. (2019). Parenting Education Guna Meningkatkan Parenting Self-Efficacy Pada Orang Tua Dari Anak Dengan Gangguan Autisme. *Pratama Widya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *4*(1), 30. <https://doi.org/10.25078/pw.v4i1.1066>
- Fang, Y., Luo, J., Boele, M., Windhorst, D., van Grieken, A., & Raat, H. (2024). Parent, child, and situational factors associated with parenting stress: a systematic review. *European Child and Adolescent Psychiatry*, *33*(6), 1687–1705. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-02027-1>
- Febri, D., & Putri, E. (2024). *Contribution of Parenting Self-Efficacy to Parent Involvement in Education in Nagari Koto Gaek*. *1*(4), 41–48.
- Fernandes, D. V., Canavarro, M. C., & Moreira, H. (2021). The role of mothers' self-compassion on mother–infant bonding during the COVID-19 pandemic: A longitudinal study exploring the mediating role of mindful parenting and parenting stress in the postpartum period. *Infant Mental Health Journal*, *42*(5), 621–635. <https://doi.org/10.1002/imhj.21942>
- Fu, W., Li, R., Zhang, Y., & Huang, K. (2023). Parenting Stress and Parenting Efficacy of Parents Having Children with Disabilities in China: The Role of Social Support. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *20*(3). <https://doi.org/10.3390/ijerph20032133>
- Geraci, J., Murray, C., Cary, J., & Goodman, M. (2020). *The modern - day Odysseus: How mental health providers can better reintegrate modern warriors and mitigate suicide risk*. 1–18. <https://doi.org/10.1002/jclp.22923>
- Ghaisani, R. M., & Hendriani, W. (2022). Dampak Stress Pada Orangtua Yang Mengasuh Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Education and Development*, *10*(2), 182–185. <https://www.neliti.com/publications/562428/impact-of-stress-on-parents-who-carry-up-children-with-special-needs>
- Gilbert, P. (2020). Compassion: From Its Evolution to a Psychotherapy. *Frontiers in Psychology*, *11*(December). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.586161>

- Ginting, R. L., Irawan, M., Violina, E. I., Nainggolan, E., Munir, A., Binjai, K. K., & Deliberation, C. T. (2024). *RANGKUL ABK: PROGRAM RINTISAN PENINGKATAN KOMPETENSI PROFESIONAL GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM*. 6(3), 1–7.
- Glatz, T., Lippold, M., Chung, G., & Jensen, T. M. (2024). A Systematic Review of Parental Self-efficacy Among Parents of School-Age Children and Adolescents. *Adolescent Research Review*, 9(1), 75–91. <https://doi.org/10.1007/s40894-023-00216-w>
- Gurung, D. B. (2024). Regression Model in Social Science Research: The Issue of Multicollinearity, Detection Method, and Solution in SPSS. *SXC Journal*, 1(1), 22–29. <https://doi.org/10.3126/sxcj.v1i1.70871>
- Hapsari, A. D., Puspitasari, D. N., & Nurmalitasari, F. (2025). Parenting Stress: The Role of Self-Compassion and Self-Efficacy in Mothers of Children with Special Needs. *Jurnal Sains Psikologi*, 14(1), 126–135. <https://doi.org/10.17977/um023v14i12025p126-135>
- Hasmarlin, H., & Hirmaningsih, H. (2019). Self-Compassion dan Regulasi Emosi pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 148. <https://doi.org/10.24014/jp.v15i2.7740>
- Hasni, N., & Muhamad Salis Yuniardi, dan. (2024). Parenting self-efficacy sebagai moderator dalam hubungan mindful parenting dan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak usia dini. *Psychological Journal Science and Practice*, 4(2), 243–248. <https://doi.org/10.22219/pjisp.v4i2.36265>
- Hayati, M. (2024). *Hubungan Parenting Stress dengan Kualitas Relasi Orang Tua-Anak pada Orang Tua dengan Anak Autisme*. 4, 1–19.
- Hidayati, P. N., & Fitroh, S. F. (2024). Hubungan Self Compassion Dengan Stres Pengasuhan Pada Ibu Bekerja Yang Memiliki Anak Usia Dini. *WISDOM: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 82–102. <https://doi.org/10.21154/wisdom.v5i1.9605>
- Holzer, J., Korlat, S., Pelikan, E., Schober, B., Spiel, C., & Lüftenegger, M. (2024). The Role of Parental Self-Efficacy Regarding Parental Support for Early Adolescents' Coping, Self-Regulated Learning, Learning Self-Efficacy and Positive Emotions. *Journal of Early Adolescence*, 44(2), 171–197. <https://doi.org/10.1177/02724316231162306>
- Huda, A., & Jazariyah, I. (2024). *Multicultural Values and Pluralism in Islamic Cultural History Textbooks Received: Revised: Accepted: emphasizes the importance of harmony and unity in living together*. 9(2).
- Irfan Syahroni, M. (2023). Analisis Data Kuantitatif. In *eJurnal Al Musthafa* (Vol. 3, Issue 3). <https://doi.org/10.62552/ejam.v3i3.64>
- Isnaeni, R., & Nashori, H. F. (2022). Pengaruh Religiusitas dan Welas Asih Diriterhadap Kesejahteraan Psikologis Orang Tua Anak Berkebutuhan

- Khusus. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 27(1), 147–164. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol27.iss1.art10>
- Jabnabillah, F., & Margina, N. (2022). Paersob Correlation Analysis In Determining the Relationdship Motivation and Learning Independence in Online Learning. *Jurnal Sintak*, 1(1), 14–18.
- Khairan, F., & Qodariah, S. (n.d.). *Pengaruh Self-Compassion terhadap Parenting Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Toddler*.
- Komang Sukendra, I. (2023). Instrumen penelitian. In *Deepublish*. <https://penerbitdeepublish.com/instrumen-penelitian/>
- KRISTIANA, I. F. (2017). Self-Compassion dan Stres Pengasuhan Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Hambatan Kognitif. *Jurnal Ecopsy*, 4(1), 52. <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v4i1.3415>
- Kumalasari, D., Afaf, I., Gani, A., & Fourianalisyawati, E. (2022). *ADAPTASI DAN PROPERTI PSIKOMETRI PARENTAL STRESS SCALE VERSI BAHASA INDONESIA*. 9, 332–353. <https://doi.org/10.24854/jpu527>
- Kumalasari, D., & Fourianalisyawati, E. (2020). The role of mindful parenting to the parenting. *Jurnal Psikologi*, 19(2), 135–142.
- Kurniasih, E., Basuni, D. R., & Widia, C. (2023). *KOPING STRES ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SLB ABC KOTA TASEK MALAYA*. 5(1), 1–12.
- Kusumah, W. M., Tobing, C. M. H., & Mulyadi, M. (2022). Hubungan self-compassion dengan parenting stress pada orang tua anak berkebutuhan khusus. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 2(2), 107–114. <https://doi.org/10.30998/ocim.v2i2.7611>
- Larasati, N. A., Qodariah, L., & Joefiani, P. (2021). Studi Deskriptif Mengenai Parenting Self-Efficacy Pada Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Autism Spectrum Disorder. *Journal of Psychological Science and Profession*, 5(1), 1–10. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v5i1.26717>
- Li, F., Xu, M., Wu, D., Tang, Y., Zhang, L., Liu, X., Zhou, L., Li, F., & Jiang, L. (2022). From child social impairment to parenting stress in mothers of children with ASD: The role of parental self-efficacy and social support. *Frontiers in Psychiatry*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1005748>
- Mak, M. C. K., Yin, L., Li, M., Cheung, R. Y. hin, & Oon, P. T. (2020). The Relation between Parenting Stress and Child Behavior Problems: Negative Parenting Styles as Mediator. *Journal of Child and Family Studies*, 29(11), 2993–3003. <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01785-3>
- Mardiatmoko, G. (2020). Pentingnya Uji Asumsi Klasik Pada Analisis Regresi Linier Berganda (Studi Kasus Penyusunan Persamaan Allometrik Kenari Muda [*Canarium Indicum L.*]). *BAREKENG: Jurnal Ilmu Matematika Dan*

- Terapan*, 14(3), 333–342. <https://doi.org/10.30598/barekengvol14iss3pp333-342>
- Mundakir, M., Choliq, I., Sukadiono, S., Fitriyani, V. R., & Firman, F. (2025). Parenting self-efficacy mediates relationship between caregiving burden and parenting stress among parents of adolescents with disabilities: a cross-sectional study. *Jurnal Ners*, 20(2), 145–153. <https://doi.org/10.20473/jn.v20i2.68276>
- Ni'matuzahroh, & Farda. (2024). The relationship between self-compassion and parenting stress in parents with autistic children. *Journal for the Child Development, Exceptionality and Education*, 5(2), 81–91. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1>
- Novita, W., & Siswati, S. (2021). Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga Dengan Parenting Self-Efficacy Pada Ibu Dengan Anak Autism Spectrum Disorder (Asd). *Jurnal EMPATI*, 10(1), 40–46. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.30420>
- Nugraha, A., Harita, W., & Chusairi, A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Parental Self-Efficacy Orang Tua Yang Memiliki Anak dengan Disabilitas. 6(4), 3111–3123. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.2321>
- Nurhalisa, Miftahurrahmah, S. (2023). Anak Berkebutuhan Khusus Dalam Perspektif Al - Qur ' an. *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1(4), 157–164. <https://maryamsejahtera.com/index.php/Religion/index>
- Nurlatifah, R., & Fikrie, F. (2022). Relationship Between Parenting Self Efficacy And Parenting Stress In Parents Of Children With Special Needs. *Healthy-Mu Journal*, 5(2), 63–69. <https://doi.org/10.35747/hmj.v5i2.207>
- Otsu, T., & Taniguchi, G. (2020). Kolmogorov–Smirnov type test for generated variables. *Economics Letters*, 195, 109401. <https://doi.org/10.1016/j.econlet.2020.109401>
- Ozturk, C., & Guzel, H. S. (2025). *Self-Compassion and Psychological Health of Parents : A Meta-Analysis Focused on Some Neurodevelopmental Disorders*.
- Pasyola, N. E., Abdullah, A. M., & Puspasari, D. (2021). Peran Parenting Self-Efficacy dan Optimisme terhadap Psychological Well-Being Ibu yang Memiliki Anak Intellectual Disability. 8, 131–142. <https://doi.org/10.15575/psy.v8i1.12645>
- Pradnyaswari, A. A. A., Suminar, D. R., & Marheni, A. (2022). Psikoedukasi untuk Meningkatkan Pemahaman Terkait Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) pada Guru TK Inklusi 'X' Denpasar. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 11(3), 479. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v11i3.8318>
- Pratama, R., Aisyah, S. A., Putra, A. M., Sirodj, R. A., & Afgan, M. W. (2023). Correlational Research. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(3), 1754–

1759. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i3.1420>
- Pratiwi, A., Abidin, Z., & Hanami, Y. (2024). Self-Compassion pada Orang Tua yang Memiliki Anak dengan Down Syndrome. *Psyche 165 Journal*, 17, 64–73. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v17i2.337>
- Pratiwi, P. C., & Yustitia, H. C. (2024). Efikasi diri dalam pengasuhan ditinjau dari struktur keluarga. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 11, 39–54. <https://doi.org/10.24854/jpu691>
- Preuss, H., Capito, K., van Eickels, R. L., Zemp, M., & Kolar, D. R. (2021). Cognitive reappraisal and self-compassion as emotion regulation strategies for parents during COVID-19: An online randomized controlled trial. *Internet Interventions*, 24, 100388. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2021.100388>
- Pribadi, J., Ridwan, A., & Tjalla, A. (2025). Comparison of the Accuracy of Stratified Random Sampling and Simple Random Sampling Methods in National Assessment (AN). *Eduvest - Journal of Universal Studies*, 5(6), 6886–6895. <https://doi.org/10.59188/eduvest.v5i6.51460>
- Putri, A. F. (2025). *Emotional Exhaustion pada Ayah yang Memiliki Anak ABK : Studi Kasus di Rumah Terapi X Emotional Exhaustion in Fathers of Children with Special Needs : A Case Study at Therapy Center X Abstrak*. 12(01), 130–142.
- Putri, U. N. A., Makmuroh Sri Rahayu, & Andhita Nurul. (2021). Pengaruh Mindful Parenting terhadap Stres Pengasuhan pada Guru Wanita yang Memiliki Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(1), 69–75. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i1.227>
- R, D. A., & Utami, N. I. (2024). Psikososial : Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi SELF-COMPASSION DAN PARENTING STRESS PADA IBU RUMAH TANGGA. *Psikosains: Jurnal Psikologi Dan Ilmu Sosial.*, 19(2), 192–200.
- Rahman, P. R. U., Dimala, C. P., Tourniawan, I., & Ramadan, R. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Pengasuhan pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus. *Journal of Education Research*, 5(1), 294–300. <https://doi.org/10.37985/jer.v5i1.771>
- Rahmasari, S. P., Permadi, H., Tesmanto, J., Manajemen, P. S., Ekonomi, F., Panca, U., & Bekasi, S. (2025). *Economics and Digital Business Review Pengaruh Kompetensi Pemasaran Digital Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Di Pt Sumber Alfaria Trijaya , TBK (Alfamart) Kota Bekasi*. 7(1).
- Rahmawati, R. A., & Ratnaningsih, I. Z. (2020). Hubungan Antara Parenting Self-Efficacy Dan Konflik Pekerjaan-Keluarga Pada Ibu Bekerja Yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar Di Pt. “X” Cirebon. *Jurnal EMPATI*, 7(2), 582–590. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21681>
- Ramadhan, R. A., Yusuf, S., & Saripah, I. (2024). Profil Self-Compassion Peserta

- Didik SMAN 1 Nagrak dan Implikasinya Pada Bimbingan dan Konseling. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 13(2), 58–70. <https://doi.org/10.21009/insight.132.07>
- Ramadhani, H. S. (2025). *Resiliensi dan Dukungan Sosial: Strategi Mengurangi Parenting Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus*. 3(01), 157–165.
- Ramadhani, N., & Chusairi, A. (2022). Hubungan Self-Compassion Dengan Psychological Well-Being Pada Wanita Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Jurnal Pembelajaran Dan Pengembangan Diri*, 2, 491–502. <https://doi.org/10.47353/bj.v2i3.125>
- Ramdani, D., Supriatna, E., & Yuliani, W. (2023). Validitas Dan Reliabilitas Angket Kematangan Emosi. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 6(3), 232–238. <https://doi.org/10.22460/fokus.v6i3.10869>
- Rifat, D. N., & Ratnasari, Y. (2023). Efektivitas Pelatihan Kelompok Mindful Parenting Secara Daring Terhadap Parenting Stress Dan Parent Self-Efficacy Pada Ibu Rumah Tangga Dengan Anak Usia Dini. *Efektor*, 10(1), 120–131. <https://doi.org/10.29407/e.v10i1.19083>
- Rosita, E., Hidayat, W., & Yuliani, W. (2021). Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Perilaku Prosocial. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(4), 279. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i4.7413>
- Rusu, P. P., Sorin, O., Bogdan, I., Ilciuc, C., & Ursu, A. (2025). Parental Stress and Well - Being : A Meta - analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 28(2), 255–274. <https://doi.org/10.1007/s10567-025-00515-9>
- Salo, A. E., Junntila, N., & Vauras, M. (2022). Parental Self-Efficacy and Intra- and Extra-Familial Relationships. *Journal of Child and Family Studies*, 31(10), 2714–2729. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02380-4>
- Sari, P. (2019). Perbandingan efikasi diri dalam pengasuhan anak pada ibu yang memiliki anak disabilitas dan tidak memiliki disabilitas. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 21(2), 50.
- Sarmadi, S. (2018). *Psikologi Positif: Optimism*. 1–117.
- Scheibner, C., Scheibner, M., Hornemann, F., Wurst, U., Hennig, Y. D., Gburek-augustat, J., & Kiep, H. (2023). *Parenting stress in families of children with disabilities : Impact of type of disability and assessment of attending paediatricians*. July, 1–11. <https://doi.org/10.1111/cch.13193>
- Soesana, A., Subakti, H., Salamun, S., Tasrim, I. W., Karwanto, K., Falani, I., Bukidz, D. P., & Pasaribu, A. N. (2023). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*.
- Sofwatillah, Risnita, Jailani, M. S., & Saksitha, D. A. (2024). Teknik Analisis Data Kuantitatif dan Kualitatif dalam Penelitian Ilmiah. *Journal Genta Mulia*, 15(2), 79–91.

- Srifianti. (2020). HUBUNGAN ANTARA PARENTING STRESS DENGAN STRATEGI REGULASI EMOSI ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK USIA SEKOLAH DASAR (MIDDLE CHILDHOOD) DI JABODETABEK. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologii*, 23(11), 10868–10870. <https://doi.org/10.1166/asl.2017.10173>
- Subhaktiyasa, P. G. (2024). Pendekatan Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(4), 2721–2731.
- Sugianto, D., Suwartono, C., & Sutanto, S. H. (2020). RELIABILITAS DAN VALIDITAS SELF-COMPASSION SCALE VERSI BAHASA INDONESIA. 7, 177–191. <https://doi.org/10.24854/jpu02020-337>
- Sulis Winurini, & Timoth Josepsh Shekinah Glory. (2024). Kekerasan Anak Dalam Keluarga: Catatan Serius Pembangunan Keluarga Indonesia. *Info Singkat: Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual Dan Strategis*, XVI(22), 21–25.
- Susanti, I., & Saumi, F. (2022). Penerapan Metode Analisis Regresi Linear Berganda Untuk Mengatasi Masalah Multikolinearitas Pada Kasus Indeks Pembangunan Manusia (Ipm) Di Kabupaten Aceh Tamiang. *Gamma-Pi: Jurnal Matematika Dan Terapan*, 4(2), 38–42.
- Suwoto, A. N. (2023). Menurunkan stres pengasuhan pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus. *Procedia : Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 11(2), 55–62. <https://doi.org/10.22219/procedia.v11i2.24345>
- Vidal, J., Ciudad-Fernández, V., Navarrete, J., Soler, J., Schmidt, C., Molinari, G., & Cebolla, A. (2024). From self-criticism to self-compassion: exploring the mediating role of two emotion dysregulation variables in their relationship to depressive symptoms. *Current Psychology*, 43(32), 26539–26547. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06325-6>
- Wahyuni, C., Syafitri, A., Isnaeni, A., & Rizkyanti, C. A. (2025). Resiliensi Sebagai Mediator Hubungan Self-Compassion Dengan Stres Pengasuhan Pada Ibu Bekerja. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 15(02), 1–20. <https://doi.org/10.51353/inquiry.v15i02.983>
- Wardi, R. A., & Ningsih, Y. T. (2021). Kontribusi Self-Compassion Terhadap Pembentukan Psychological Well-Being (Kesejahteraan Psikologis): Sebuah Studi Literatur. *Jurnal Reset Psikologi*, 1(1), 1–12.
- Yumni, Z. (2020). HUBUNGAN SELF COMPASSION DENGAN STRES PENGASUHAN PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS.
- Yusuf, M. A., Herman, H, T., Abraham, A., & Rukmana, H. (2024). Analisis Regresi Linier Sederhana dan Berganda Beserta Penerapannya. *Journal on Education*, 06(02), 13331–13344.