

Antara Peran dan Tanggung Jawab : *Psychological Well-Being* Pengasuh Bayi

Ainun Salsabila¹, Nailatin Fauziyah², Sarita Oktorina³

^{1,2,3} Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Jl. Dr. Ir. H. Soekarno No.682, Kec. Gn. Anyar, Surabaya, Jawa Timur 60294

*E-mail: ainunsalsabila8@gmail.com, nailiatin.fauziyah@uinsa.ac.id, sarita@uinsa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi kesejahteraan psikologis pada pengasuh bayi dan faktor-faktor yang memengaruhinya. Menggunakan pendekatan fenomenologi dengan metode kualitatif, penelitian ini melibatkan tiga pengasuh bayi sebagai subjek. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-struktur dan dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis pengasuh terbentuk dari enam dimensi utama: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Kesejahteraan psikologis yang baik memungkinkan pengasuh memberikan pengasuhan yang berkualitas, sementara kesejahteraan yang rendah dapat memengaruhi interaksi pada bayi dan memicu stres. Dukungan sosial dan kesempatan untuk tumbuh secara pribadi memainkan peran penting dalam kesejahteraan pengasuh. Penelitian ini memberikan wawasan mendalam mengenai pentingnya kesejahteraan psikologis dalam pengasuhan bayi dan dampaknya terhadap perkembangan anak.

Kata Kunci: Kesejahteraan Psikologis; Faktor yang Mempengaruhi; Pengasuh Bayi

PENDAHULUAN

Psychological Well-Being atau kesejahteraan psikologis merupakan kondisi di mana individu merasakan kepuasan, makna hidup, dan mampu mengelola stres serta tantangan hidup secara sehat (Aryatiningrum & Satiningsih, 2023). Kesejahteraan psikologis terdiri dari enam dimensi, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Ryff, 1989; Putri dkk., 2024). Dimensi-dimensi ini membentuk fondasi yang penting bagi individu untuk menjalani kehidupan yang bermakna dan seimbang. Kesejahteraan psikologis tidak hanya melibatkan ketidakhadiran gangguan mental, tetapi juga mencakup kualitas hidup yang tinggi serta kemampuan adaptasi yang baik dalam menghadapi perubahan dan tantangan (Pratiwi & Hartini, 2022).

Kesejahteraan psikologis individu dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal maupun eksternal (Trianto dkk., 2020). Faktor internal meliputi kepribadian, tingkat optimisme, dan kemampuan mengelola emosi, sedangkan faktor eksternal mencakup dukungan sosial, kondisi ekonomi, serta lingkungan fisik dan sosial. Kesejahteraan psikologis yang baik sangat penting dimiliki oleh individu, salah satunya pada pengasuh bayi. Merawat bayi bukanlah pekerjaan yang mudah karena bayi hanya dapat berkomunikasi dengan suara tangisan dan gerakan tubuh (Wardhani & Mulyono, 2023). Oleh karena itu, kehadiran peran pengasuh bayi memiliki implikasi yang signifikan terhadap perkembangan emosional dan kognitif anak (Rahayu dkk., 2024).

Kesejahteraan psikologis yang baik dapat meningkatkan kemampuan pengasuh dalam memberikan perhatian dan kasih sayang kepada anak yang diasuh (Henry, 2023). Pengasuh yang memiliki kesejahteraan psikologis baik akan paham terhadap perkembangan kognitif dan dampak pada permasalahan bayi. Sebaliknya, kondisi psikologis yang buruk dapat mengakibatkan stres dan kelelahan yang dapat mempengaruhi interaksi pengasuh dengan anak yang diasuh (Febrianto, 2024). Dampak psikologis dari emosi yang tidak terkendali dalam pengasuhan berdampak negatif terhadap perkembangan anak. Interaksi

yang penuh kasih sayang dan perhatian dari pengasuh akan memengaruhi pembentukan keterikatan emosional yang aman dan penting bagi perkembangan psikologis anak (Shanti, 2024).

Data dari berbagai penelitian dan fenomena dunia nyata menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis yang rendah pada pengasuh bayi berdampak kurang baik bagi pengasuh dan bayi (Nurwindayani & Nurwiyati, 2019; Fikri, 2024). Penelitian Goa (2020) menunjukkan bahwa pengasuh yang mengalami tingkat stres, kecemasan, atau depresi dapat berdampak negatif pada kualitas pengasuhan mereka. Hal ini dapat menyebabkan masalah seperti pengabaian, pengasuhan yang tidak konsisten, atau bahkan kasus kekerasan. Penyesuaian emosional dan perawatan yang kurang dari pengasuh dapat menghambat perkembangan kognitif dan emosional anak (Eunice dkk., 2023).

Dari beberapa data yang telah dipaparkan di atas, kesejahteraan psikologis pengasuh memiliki peranan besar terhadap kualitas pengasuhan (Lenggogeni dkk., 2024). Hal tersebut diperkuat oleh penelitian Chiracu dkk. (2023) di mana kesejahteraan psikologis pengasuh menunjukkan pengaruh positif terhadap kualitas pengasuhan yang diberikan. Penelitian tersebut didukung pula oleh Syifa dkk., (2024) yang menyatakan bahwa saat fase bayi, perkembangan emosional, kognitif dan sosial menjadi sangat krusial. Selain itu, terdapat penelitian Berlin dkk. (2020) yang menunjukkan bahwa pengasuh dengan kesejahteraan psikologis rendah berdampak pada perkembangan bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika kesejahteraan psikologis pada pengasuh bayi dengan fokus pada berbagai faktor yang mempengaruhi kondisi psikologis. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih komprehensif tentang kondisi psikologis para pengasuh dan implikasinya terhadap kualitas pengasuhan serta perkembangan bayi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pendekatan ini didefinisikan sebagai metodologis yang menggali pandangan komprehensif tentang pengalaman individu (Hadi, 2021). Pendekatan ini bertujuan mengetahui, mendeskripsikan, dan menafsirkan perilaku manusia (Nasir et al., 2023). Pendekatan ini dipilih untuk memahami secara mendalam fenomena kesejahteraan psikologis pada pengasuh bayi dalam konteks sosial dan lingkungan mereka. *Purposive sampling* dipilih peneliti sebagai teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini. *Purposive sampling* merupakan teknik yang dilakukan dengan cara menetapkan karakteristik yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga membantu peneliti menemukan jawaban dari permasalahan (Lenaini, 2021).

Penelitian ini memiliki lima kriteria untuk menentukan subjek penelitian. Pengasuh bayi merupakan anggota keluarga atau kerabat dari bayi tersebut, tidak memiliki sertifikasi resmi sebagai pengasuh, pengasuhan berdasarkan kebutuhan, bayi yang diasuh berusia di bawah 3 tahun dan berdomisili di wilayah kecamatan pademawu menjadi kriteria subjek dalam penelitian ini. Dengan kriteria tersebut, diperoleh tiga subjek penelitian. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi terstruktur. Peneliti menyiapkan panduan wawancara sebelum penelitian dilaksanakan. Panduan tersebut disusun untuk mengantisipasi respon informan yang tidak sesuai dengan fokus penelitian

Tabel 1. Identitas Subjek

Keterangan	D	R	F
Usia	23 Tahun	33 Tahun	30 Tahun
Pendidikan terakhir	SMA	S1	S1
Jenis Kelamin	Wanita	Wanita	Wanita
Pengalaman Mengasuh	4 Tahun	8 Tahun	3 Tahun

Keterangan	D	R	F
Usia bayi yang diasuh	6 Bulan	8 Bulan	4 Bulan
Hubungan dengan Bayi	Sepupu	Keponakan	Keponakan

Peneliti menggunakan analisis tematik untuk mengelola data yang telah diperoleh. Analisis tematik terdiri dari tiga tahap yang terdiri atas tahap memahami data, menyusun *coding*, dan pencarian dimensi atau tema (Sitasari, 2022). Analisis ini dilakukan dengan tujuan untuk mengidentifikasi pola perilaku yang diteliti, menemukan tema berdasarkan data di lapangan. Penelitian ini mematuhi prinsip-prinsip etika penelitian dengan memperoleh persetujuan dari subjek penelitian, menjaga kerahasiaan identitas, serta memberikan informasi jelas tentang tujuan dan prosedur penelitian (Ningsih, 2021).

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan para pengasuh bayi, dalam penelitian ini dijabarkan berbagai tema terkait dengan kesejahteraan psikologis. Para pengasuh mengungkapkan pengalaman mereka terkait penerimaan diri, hubungan positif dengan bayi, otonomi dalam pengasuhan, pengelolaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Setiap tema ini berperan penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis mereka. Pengasuh yang berpartisipasi dalam penelitian ini juga memberikan perspektif yang beragam terkait tantangan dan makna yang mereka temukan dalam peran pengasuhan. Berikut ini disajikan kutipan verbatim dari wawancara yang diorganisir ke dalam beberapa aspek utama, untuk memberikan gambaran yang lebih jelas tentang dinamika kesejahteraan psikologis mereka.

Tabel 2. Gambaran *Psychological Well-Being*

Aspek	Subjek D	Subjek R	Subjek F
Penerimaan Diri	Dapat menyebutkan segala kekurangan dan kelebihan diri. Memiliki usaha untuk belajar lebih baik lagi.	Dapat menyebutkan segala kekurangan dan kelebihan diri. Memiliki usaha untuk belajar lebih baik lagi.	Awalnya cukup ragu atas kemampuannya. Namun terus berusaha belajar lebih baik lagi
Hubungan Positif dengan Orang Lain	Hubungan dengan lingkungan sekitar cukup baik.	Hubungan dengan lingkungan sekitar cukup baik.	Hubungan dengan lingkungan sekitar cukup baik.
Otonomi	Merasa bebas dalam mengambil keputusan. Ketika ada tekanan, respon yang diberikan cukup kondisional.	Memiliki kebebasan dalam membuat keputusan. Ketika mendapat tekanan, selalu yakin atas prinsip dirinya.	Memiliki kebebasan atas keputusan yang diambil. Ketika mendapat tekanan, selalu yakin atas prinsip dirinya.
Penguasaan Lingkungan	Dapat mengelola waktu dengan baik antara mengasuh dan kegiatan sehari-hari.	Dapat mengelola waktu dengan baik antara mengasuh dan kegiatan sehari-hari.	Dapat mengelola waktu dengan baik, terkadang meminta bantuan keluarga.

Aspek	Subjek D	Subjek R	Subjek F
Tujuan Hidup	Melihat bayi yang diasuh tumbuh dengan baik. Peran ini juga memberi makna yang cukup baik	Dapat melihat bayi yang diasuh tumbuh dengan baik. Peran ini juga memberi makna yang cukup baik	Melihat bayi yang diasuh tumbuh dengan baik. Peran ini terkadang melelahkan namun dapat memberi makna yang cukup baik
Pertumbuhan Diri	Lebih percaya diri atas kemampuannya mengasuh bayi, belajar lebih sabar.	Mendapat informasi dan berbagai ilmu baru tentang cara mengasuh bayi dan belajar manajemen emosi serta waktu.	Mendapatkan wawasan baru mengenai pengasuhan dan lebih percaya diri karena awalnya ragu dengan kemampuannya.

Untuk memahami dinamika kesejahteraan psikologis pengasuh bayi, beberapa tema utama yang mencerminkan pengalaman emosional dan psikologis mereka telah diidentifikasi. Setiap tema tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis yang berkaitan erat dengan kesejahteraan pengasuh. Faktor-faktor ini meliputi aspek-aspek seperti penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Tabel berikut menyajikan faktor-faktor psikologis utama yang memengaruhi setiap tema yang ditemukan dalam penelitian ini.

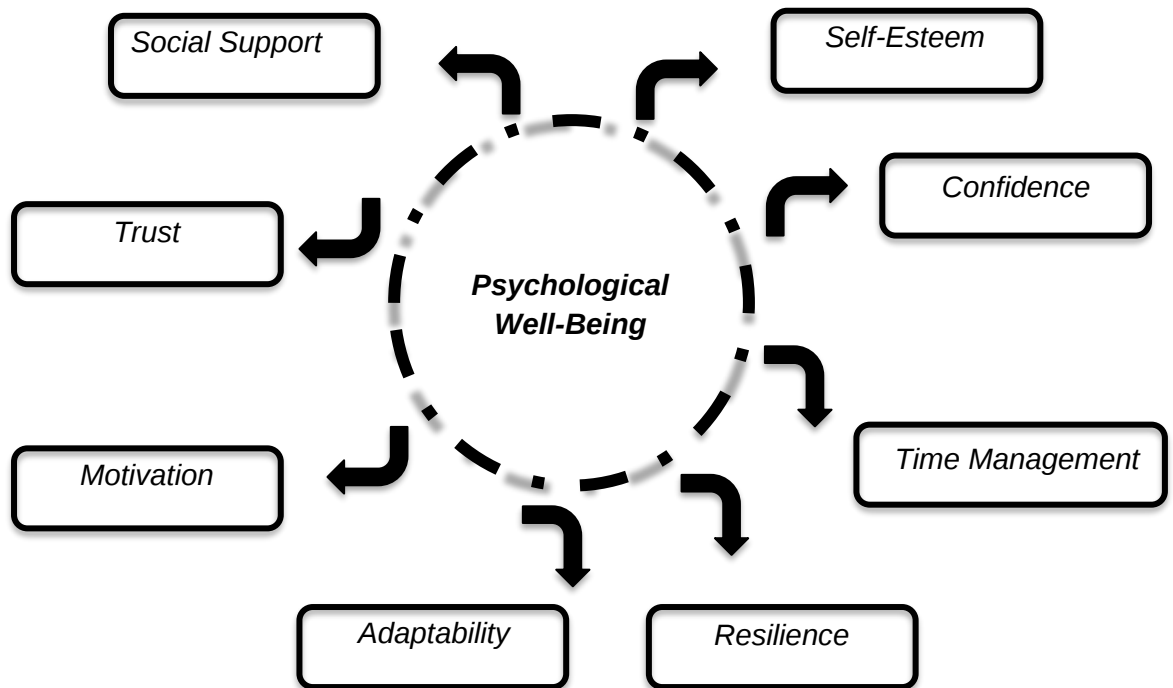
Tabel 3. Faktor Pembentuk *Psychological Well-Being*

Partisipan	Aspek	Faktor Penyebab
Subjek D	Penerimaan Diri	<i>Self-esteem</i> yang bagus membuat penerimaan dirinya bagus.
	Hubungan Positif dengan Orang Lain	Tingkat <i>trust</i> dan <i>social support</i> yang ada di lingkungan sekitarnya memengaruhi hubungan sosial subjek.
	Otonomi	Subjek terkadang terpengaruh dengan pendapat orang lain hal tersebut berkaitan dengan tingkat <i>confidence</i> subjek karena subjek seringkali terpengaruh opini orang lain.
	Penguasaan Lingkungan	Subjek memiliki penguasaan lingkungan yang cukup baik karena <i>adaptability</i> yang baik
	Tujuan Hidup	Pemaknaan peran ini mempengaruhi tujuan hidup subjek.
	Pertumbuhan Diri	Kemauan belajar yang tinggi sehingga pertumbuhan dirinya positif
Subjek R	Penerimaan Diri	Tingkat penerimaan tinggi dilatarbelakangi oleh kemampuan

Partisipan	Aspek	Faktor Penyebab
	Hubungan Positif dengan Orang Lain	<i>reflection</i> individu terkait potensi dirinya
	Otonomi	<i>Attachment</i> dengan bayi membuat subjek dipercaya oleh lingkungan sekitarnya. <i>Social support</i> turut andil dalam aspek ini.
	Penguasaan Lingkungan	Subjek dapat membuat keputusan sendiri dipengaruhi oleh tingkat <i>confidence</i> yang tinggi.
	Tujuan Hidup	Hal ini dipengaruhi oleh <i>time management</i> subjek yang baik
	Pertumbuhan Diri	<i>Motivation</i> dan pemaknaan hidup yang dimiliki mempengaruhi tujuan hidup.
Subjek F	Penerimaan Diri	Keinginan belajar dan <i>resilience</i> tinggi membuat subjek memiliki pertumbuhan diri yang positif
		Keraguan disebabkan ketidakpercayaan akan kemampuannya sendiri. Tingkat <i>self-esteem</i> kurang baik.
	Hubungan Positif dengan Orang Lain	Kepercayaan orang lain terhadap subjek bagus. <i>Attachment</i> dengan bayi juga membuat hubungan subjek dengan orang tua menjadi bagus
	Otonomi	Individu memiliki sifat <i>independence</i> yang bagus sehingga bebas dalam menentukan keputusannya sendiri
	Penguasaan Lingkungan	Subjek memiliki <i>time management</i> yang baik
	Tujuan Hidup	Pemaknaan peran ini memengaruhi tujuan hidup subjek.
	Pertumbuhan Diri	<i>Resilience</i> yang cukup baik sehingga pertumbuhan dirinya positif

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan telah mengungkap gambaran kesejahteraan psikologi pengasuh dalam tiap aspeknya. Aspek saling terkait dan dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis seperti *self-esteem*, *reflection*, *trust*, *attachment*, *confidence*, *independence*, *time management*, *adaptability*, *meaning*, *motivation*, *learning*, dan *resilience*. Pengasuh yang memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi, hubungan interpersonal yang baik, dan otonomi dalam pengasuhan cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Selain itu, kemampuan mengelola lingkungan, adanya tujuan hidup, serta adanya kesempatan untuk tumbuh dan belajar juga berkontribusi pada kesejahteraan mereka. Penelitian ini memberikan gambaran yang komprehensif tentang kompleksitas pengalaman menjadi seorang pengasuh.

Model Skema Penelitian



PEMBAHASAN

Kesejahteraan psikologis sangat penting bagi individu demi mencapai kualitas hidup yang seimbang (Li & Lee, 2020). Kesejahteraan psikologis pada pengasuh bayi berperan penting dalam menentukan kualitas pengasuhan, yang berpengaruh pada perkembangan emosional dan kognitif bayi yang diasuh (Hartati, 2024). Dalam konteks pengasuhan bayi, pengasuh yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik mampu merespon kebutuhan bayi dengan lebih efektif dan penuh kasih sayang. Begitupun sebaliknya bagi pengasuh yang kondisi psikologisnya buruk bisa menyebabkan stres dan berpotensi memengaruhi kualitas interaksi antara pengasuh dan bayi, yang pada akhirnya berdampak negatif pada perkembangan emosional bayi.

Setiap individu memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing, seperti yang ditunjukkan pada penelitian (Suri & Yuliani, 2023). Dalam hasil penelitian ini semua subjek menunjukkan tingkat penerimaan diri yang baik dalam mengasuh bayi. Mereka menerima kelebihan dan kekurangan masing-masing, serta berusaha untuk terus belajar memperbaiki diri dalam proses pengasuhan. Subjek F pada awalnya menyatakan ragu dengan kemampuannya, tetapi seiring waktu mulai menerima dan mengatasi tantangan yang muncul.

"...Ya, awalnya gimana ya. Masih kurang yakin dengan kemampuan saya untuk merawat bayi. Karena yang pertama ya, menurut saya merawat bayi itu kayak harus butuh kesabaran yang extra. Terus butuh kewarasan. Terus gimana ya. Semacam tidak apa ya, semacam tidak mampulah awalnya seperti itu..." (FA,W1,14092024,17-28)

Ini menunjukkan bahwa penerimaan diri tidak hanya mencakup pengakuan atas kemampuan, tetapi juga upaya untuk meningkatkan diri melalui pengalaman sehari-hari dalam merawat bayi.

Penelitian (Werty dkk., 2021) menunjukkan hubungan positif dengan orang lain dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Ketiga subjek dalam penelitian ini memiliki hubungan yang baik dan erat dengan bayi yang diasuh, terutama karena latar belakang keluarga. Bayi yang diasuh oleh ketiga subjek ini masih memiliki hubungan keluarga. Hubungan emosional ini diperkuat dengan kepercayaan dari lingkungan sekitar terhadap kemampuan mereka dalam pengasuhan. Hubungan subjek dengan lingkungan sekitar bagus.

“Hubungan saya sangat dekat dengan bayi yang saya asuh karena kebetulan orang tuanya adalah om saya, saya sepupu dari bayi” (DZ,W1,13092024,48-51)

Dukungan keluarga juga memainkan peran penting dalam memperkuat hubungan emosional antara pengasuh dan bayi. Perbandingan ini menunjukkan bahwa kehadiran dukungan sosial menjadi faktor utama yang memengaruhi kualitas hubungan positif antara pengasuh dan bayi.

“Dukungan dari keluarga menurut saya, bagi saya itu sangat berarti ya untuk mengasuh bayi. Karena keluarga besar juga harus selalu memberi saran, membantu walaupun dalam memberi saran dan nasihat itu berbeda-beda gitu.” (FA,W1,14092024,57-63)

Penelitian yang dilakukan oleh (Lestari & Nurhayati, 2020) menyatakan bahwa dalam menjalani peran pengasuh perlu memiliki kebebasan atau kemandirian karena berpengaruh dalam pengambilan keputusan. Dalam hal ini semua subjek memiliki kebebasan dalam mengambil keputusan terkait pengasuhan bayi, meskipun mereka terkadang mendapatkan kritik atau tekanan dari pihak lain tentang metode pengasuhan. Subjek R menunjukkan pendirian yang lebih teguh dalam mempertahankan cara pengasuhannya dibandingkan dengan subjek pertama yang masih kadang mengikuti pendapat orang sekitar.

“... banyak hal-hal yang menurut orang-orang sebelumnya atau orang-orang yang lebih berpengalaman Seperti mitos-mitos atau segala sesuatunya. Tapi saya harus punya pendirian karena yang saya lakukan sudah berdasarkan beberapa pertimbangan tadi” (RN,W1,130924,89-97)

Hal tersebut juga dialami oleh Subjek F, Ia tetap yakin pada pendekatan pengasuhannya meskipun seringkali mendapat tekanan,. Ini menunjukkan variasi dalam kemampuan pengasuh untuk mempertahankan otonomi mereka meskipun ada tekanan dari luar. Kemampuan pengasuh juga berkaitan dengan penguasaan lingkungan (Chiracu dkk., 2023). Hal tersebut meliputi kegiatan sehari-hari, termasuk waktu, energi dan tugas-tugas lainnya. Dalam hal ini semua subjek mampu mengelola waktu antara tanggung jawab mengasuh bayi dan aktivitas sehari-hari dengan baik. Namun, subjek ketiga lebih sering meminta bantuan orang sekitar saat menghadapi hal-hal tak terduga. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa strategi pengelolaan lingkungan bisa berbeda antara subjek, tergantung pada sumber daya sosial yang tersedia.

“Ya saya dapat bisa apa ya, bisa dapat meminta bantuan kepada keluarga, terutama kalau ada suami, kepada suami, atau orang lain seperti itu.” (FA,W1,14092024,110-114)

Hal ini mencerminkan fleksibilitas dalam manajemen lingkungan sebagai salah satu aspek penting dari kesejahteraan psikologis pengasuh bayi.

Tujuan hidup juga menjadi elemen penting bagi pengasuh bayi dalam memberikan makna di kehidupan mereka (Astuti dkk., 2023). Setiap subjek merasa bahwa pengasuhan bayi memberikan makna dalam hidup mereka, terutama ketika melihat bayi tumbuh dengan baik. Meskipun ada kelelahan yang dirasakan, mereka tetap melihat peran sebagai pengasuh bayi sebagai hal yang memberikan kepuasan dan tujuan hidup. Pengasuhan bayi memberikan rasa makna yang signifikan, meskipun tantangan yang dihadapi berbeda antar subjek.

“Merawat bayi, mengajarkan saya, atau memberi saya rasa tanggung jawab, ya. Dan tujuan sangat kuat. Ya meskipun, kadang saya merasa lelah, kadang melelahkan gitu ya. Tapi, saya merasa hidup saya itu lebih bermakna.” (FA,W1,14092024,128-135)

Aspek pertumbuhan diri juga sangat penting dalam kesejahteraan psikologis karena memungkinkan individu untuk terus belajar dan berkembang menghadapi tantangan hidup (Putri & Mariyati, 2024). Adanya perkembangan diri dalam individu dapat ditandai dengan tingginya rasa percaya diri, kompeten, termotivasi untuk mencapai tujuan hidup, dan mampu menyeimbangkan emosi dalam kehidupan. Semua subjek mengalami pertumbuhan pribadi dalam proses pengasuhan bayi. Subjek pertama lebih percaya diri dan belajar menjadi lebih sabar, sementara subjek kedua dan ketiga memperoleh banyak pengetahuan baru tentang pengasuhan, manajemen emosi, dan waktu. Proses ini menunjukkan bahwa pengasuhan bayi tidak hanya memberikan dampak pada kesejahteraan bayi, tetapi juga berkontribusi pada pertumbuhan pribadi pengasuh itu sendiri.

Secara keseluruhan ketiga subjek menunjukkan pola yang serupa dalam kesejahteraan psikologis mereka dengan sedikit variasi dalam otonomi dan penguasaan lingkungan. Pengaruh dukungan sosial tampak lebih menonjol dalam hubungan positif dan penguasaan lingkungan, sementara penerimaan diri dan pertumbuhan pribadi berkembang seiring dengan pengalaman dalam pengasuhan. Setiap subjek menemukan makna dalam peran pengasuhan mereka, yang memperkuat kesejahteraan psikologis mereka meskipun menghadapi berbagai tantangan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan informasi yang telah didapatkan di lapangan, ditemukan gambaran, tema dan faktor-faktor yang mendeskripsikan kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh subjek. Penelitian ini mengungkap bahwa kesejahteraan psikologis pengasuh bayi memiliki peran penting dalam kualitas pengasuhan yang diberikan, yang dapat memengaruhi perkembangan emosional dan kognitif bayi. Pengasuh dengan kesejahteraan psikologis yang baik lebih mampu memberikan perhatian, kasih sayang, dan perawatan yang berkualitas.

Aspek-aspek seperti penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi saling berkaitan dan membentuk fondasi penting dalam kesejahteraan psikologis pengasuh. Keterlibatan dukungan sosial, fleksibilitas dalam pengelolaan lingkungan, serta kemampuan pengasuh untuk belajar dan tumbuh dari pengalaman berkontribusi pada kesejahteraan mereka. Penelitian ini memberikan gambaran yang komprehensif tentang dinamika kesejahteraan psikologis pengasuh bayi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih yang mendalam kami sampaikan kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian penelitian ini. Kami ucapkan terima kasih kepada para peserta yang telah bersedia berbagi pengalaman dan pandangan mereka, serta kepada keluarga dan teman yang memberikan dukungan selama proses penelitian. Penghargaan juga kami sampaikan kepada pembimbing dan rekan sejawat atas bimbingan, saran, serta kritik yang membangun. Tanpa dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, penelitian ini tidak akan dapat diselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryatiningrum, S. W., & Satiningsih, S. (2023). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Family Caregiver Pasien Diabetes Mellitus: Sebuah Studi Kasus. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 5(1), 75–90. <https://doi.org/10.33024/jpm.v5i1.8732>
- Astuti, W., Rahman, A., Safitri, K., Tania, W., & Putri, D. A. (2023). Interpretative Phenomenological Analysis : Pengalaman Hidup Lansia Yang Mengasuh Cucu. *Jurnal EMPATI*, 13(1), 22–29. <https://doi.org/10.14710/empati.2024.39296>
- Berlin, L. J., Shdaimah, C. S., Goodman, A., & Slopen, N. (2020). “I’m Literally Drowning”: A Mixed-Methods Exploration of Infant-Toddler Child Care Providers’ Wellbeing. *Early Education and Development*, 31(7), 1071–1088. <https://doi.org/10.1080/10409289.2020.1766915>
- Chiracu, A., Cosma, G. A., Stepan, A. R., Cosma, M. A., Corlaci, I., Călugăru, E. D. C., Voinea, F., Zăvăleanu, M., Burileanu, H. A., & Avramescu, T. (2023). Psychological capital, quality of life, and well-being in mother caregivers of individuals with down syndrome. *Frontiers in Psychology*, 14(February), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1145104>
- Eunice, J. A., Dwishintaria, J., Dharmawati, S., & Suparman, M. Y. (2023). Meningkatkan Pengetahuan Pengasuh Perihal Pola Pengasuhan dan Perkembangan Anak-Anak di Panti Asuhan X. *Jurnal Serina Abdimas*, 1(3), 1094–1101.
- Febrianto, V. (2024). *Polisi ungkap motif pengasuh aniaya balita berusia 3 tahun*. Antara : Kantor Berita Indonesia.
- Fikri, C. (2024). *Banyak Kekerasan Anak Terjadi di Daycare, Arzeti Bilbina Soroti Kesehatan Mental Pengasuh*. Beritsatu.
- Goa, L. (2020). Peran Pengasuh Dalam Pelayanan Anak Berkebutuhan Khusus di Wisma Dewandaru Kota Malang. *SAPA - Jurnal Kateketik Dan Pastoral*, 5(1), 70–87. <https://doi.org/10.53544/sapa.v5i1.124>
- Hadi, A. (2021). *Penelitian kualitatif studi fenomenologi, case study, grounded theory, etnografi, biografi*. CV. Pena Persada.
- Hartati, R. (2024). Psychological Well-Being Pada Ibu Bekerja. *Copyright Rini Hartati INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4, 1544–1555. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>
- Henry. (2023). *Pengasuh Putra Raffi Ahmad Ingatkan Bahaya Anak Makan Sambil Nonton TV, Simak Pendapat Ahli*. Liputan 6.

- Lenaini, I. (2021). Teknik Pengambilan Sampel Purposive Dan Snowball Sampling Info Artikel Abstrak. *Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Sejarah*, 6(1), 33–39. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/historis>
- Lenggogeni, R. P., Psikologi, F., Psikologi, F., & Psikologi, F. (2024). Strategi koping dan kesejahteraan psikologis pada family caregiver penderita stroke. *Sukma : Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(01), 63–72.
- Lestari, A. R., & Nurhayati, S. R. (2020). Hubungan Kualitas Hidup dan Psychological Well-Being pada Anggota Keluarga yang Menjadi Caregiver Pasien Kanker di Kota Bandung. *Acta Psychologia*, 2(1), 72–79. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i1.34118>
- Li, L., & Lee, Y. (2020). Caregiving Choice and Caregiver-Receiver Relation: Effects on Psychological Well-being of Family Caregivers in Canada. *Canadian Journal on Aging*, 39(4), 634–646. <https://doi.org/10.1017/S0714980819000825>
- Nasir, A., Nurjana, Shah, K., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2023). Pendekatan Fenomenologi Dalam Penelitian Kualitatif 1. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 4445–4451. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative%0APendekatan>
- Ningsih, W. (2021). Etika Psikolog Dalam Pengumpulan Dan Penyampaian Hasil Pemeriksaan Psikologis (Tinjauan Aksiologi). *Jurnal Filsafat Indonesia*, 4(1), 53. <https://doi.org/10.23887/jfi.v4i1.31344>
- Nurwindayani, E., & Nurwiyati, E. (2019). Konseling Stres Bagi Pengasuh Anak Balita. *Jurnal Gamaliel : Teologi Praktika*, 1(1), 52–58. <https://doi.org/10.38052/gamaliel.v1i1.14>
- Pratiwi, N. P. P. N., & Hartini, N. (2022). Kesehatan Mental Pengasuh Informal pada Masa Pandemi Covid-19 (Sebuah Tinjauan Sistematis). *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 27(2), 265–290. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol27.iss2.art5>
- Putri, N., Khairunnisa, C., & Darmawanti, I. (2024). Kesejahteraan Psikologis pada Ibu Peran Ganda yang Memiliki Anak Usia Dini. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(01), 136–155.
- Putri, Y. A. S., & Mariyati, L. I. (2024). Hubungan Penerimaan Diri dan Regulasi Emosi Terhadap Psychological Well Being Caregiver Lansia. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(1), 263–275. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6359>
- Rahayu, D., Elviana, & Desfira, E. (2024). Peran Pengasuh dalam Membina Perilaku Sosial Anak pada Panti Asuhan Annur Pasanehan. *CENDEKIA: Jurnal Ilmu Sosial, Bahasa Dan Pendidikan*, 4(1), 48–49.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is IT? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Shanti, H. D. (2024). *Dampak buruk titipkan anak tanpa adanya kehati-hatian*. Antara : Kantor Berita Indonesia.
- Sitasari, N. W. (2022). Mengenal Analisa Konten Dan Analisa Tematik Dalam Penelitian

- Kualitatif. *Forum Ilmiah*, 19, 77.
- Suri, F., & Yuliani, S. (2023). The Influence Of Student's Self Concept on Self-Acceptance at The Orphanage. *Jurnal Scientia*, 12(01), 583–586.
- Syifa, A., Nada, Q., Hapsari, A. P., & Latipah, E. (2024). Psikologi Perkembangan : Analisis Perkembangan Pada Masa Bayiiii. *Al-Adawiyah: Jurnal Sains, Farmasi Dan Kesehatan*, 01(01).
- Trianto, H. S., Soetjiningsih, C. H., & Setiawan, A. (2020). Faktor Pembentuk Kesejahteraan Psikologis pada Milenial. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 4(2), 105. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v4i2.2731>
- Wardhani, R. P., & Mulyono, S. (2023). Pemanfaatan Telenursing terhadap Kualitas Hidup Bayi Post Rawat NICU. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(1), 1353–1359. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i1.5202>
- Werty, M., Situmorang, N. Z., & Mujidin. (2021). Hubungan antara Mindfulness dan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Selama Pandemi. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(1), 12–23. <http://ojs.uma.ac.id/index.php/analitika/article/view/4349>