

**HUBUNGAN *MINDFUL PARENTING* DAN *EXECUTIVE FUNCTION*
PADA ANAK PRASEKOLAH**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi**



**RAFIFAH NABILA SAID
1810322022**

**Dosen Pembimbing:
Diny Amenike, M.Psi., Psikolog
Amatul Firdausa Nasa, M.Psi., Psikolog**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2025**

THE RELATIONSHIP BETWEEN MINDFUL PARENTING AND EXECUTIVE FUNCTION OF PRESCHOOL CHILDREN

Rafifah Nabila Said¹⁾, Diny Amenike²⁾, Amatul Firdausa Nasa²⁾, Septi Mayang Sarry²⁾, Rozi Sastra Purna²⁾

1) Student of Psychology Departement, Faculty of Medicine, Andalas University

2) Lecturer of Psychology Departement, Faculty of Medicine, Andalas University

rafifahnabilasaid@gmail.com

ABSTRACT

“The Golden Age”, which occurs during the preschool years is a period of emergence and development of executive function which in turn predicts learning and adaptive behavior throughout their life stage. To optimize child development, it is important for parents to practice effective parenting by increasing their self-discipline and engaging mindfulness during interactions with their children, this approach known as mindful parenting. The purpose of this study is the find out the significant relationship between mindful parenting and executive function of preschool children. The research method used is quantitative method using Spearman correlation analysis technique, by searching for the correlation of two dimensions of mindful parenting variable (mindful discipline and being in the moment with the child) and executive function variable. Respondents in this study totaled 168 parents with preschool children aged 3 - 5 years 11 months in Padang City, who had been involved in parenting practices with preschool children in the last 6 months. The measuring instrument used is an adoption of the Behavior Rating Inventory of Executive Function - Preschool Version (BRIEF-P) scale and the Mindfulness in Parenting Questionnaire (MIPQ). The results showed that there is a significant relationship between two dimensions of mindful parenting and executive function of preschool children, as evidenced by the values of $\rho_1 = .458$, $\rho_2 = .448$, and $p = .000$ ($p < .05$). The conclusion of this study is that if the mindful parenting skills of parents are high, the executive function ability of preschool children will also be high.

Keywords : Executive function, mindful parenting, preschool children

HUBUNGAN *MINDFUL PARENTING* DAN *EXECUTIVE FUNCTION* PADA ANAK PRASEKOLAH

Rafifah Nabila Said¹⁾, Diny Amenike²⁾, Amatul Firdausa Nasa²⁾, Septi Mayang Sarry²⁾, Rozi Sastra Purna²⁾

1) Mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

2) Dosen Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

rafifahnabilasaid@gmail.com

ABSTRAK

"*The Golden Age*", masa yang terjadi selama usia prasekolah merupakan periode muncul dan berkembangnya kemampuan *executive function*, yang pada gilirannya dapat memprediksi pembelajaran dan perilaku adaptif anak di sepanjang tahap kehidupannya. Dalam mewujudkan perkembangan anak yang optimal, penting bagi orang tua untuk mempraktikkan pengasuhan efektif dengan meningkatkan disiplin diri dan melibatkan kesadaran penuh selama berinteraksi dengan anak, pendekatan tersebut dikenal sebagai *mindful parenting*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *mindful parenting* dan *executive function* pada anak prasekolah. Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kuantitatif dengan teknik analisis korelasi *Spearman*, yang dilakukan dengan mengkorelasikan kedua dimensi variabel *mindful parenting* (*mindful discipline* dan *being in the moment with the child*) dengan variabel *executive function*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 168 orang tua yang memiliki anak prasekolah usia 3 - 5 tahun 11 bulan di Kota Padang, yang telah terlibat dalam praktik pengasuhan bersama anak prasekolah dalam 6 bulan terakhir. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini merupakan adopsi dari skala *Behavior Rating Inventory of Executive Function - Preschool Version (BRIEF-P)* dan *Mindfulness in Parenting Questionnaire (MIPQ)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kedua dimensi *mindful parenting* dan *executive function* pada anak prasekolah, yang dibuktikan dengan nilai $\rho_1 = .458$, $\rho_2 = .448$, dan $p = .000$ ($p < .05$). Berdasarkan hasil penelitian tersebut, disimpulkan bahwa jika keterampilan *mindful parenting* orang tua tinggi, maka kemampuan *executive function* anak prasekolah juga akan tinggi.

Kata Kunci : Anak prasekolah, *executive function*, *mindful parenting*