



Tingkat Stres Orang Tua Mendampingi Anak Usia Sekolah Dalam Belajar Daring: Review

Lasmaria Sernovita¹, Dea Putri Fadiyah², Renta Sianturi³, Desti Ramdhania⁴, Dian Damayanti⁵, Sillvy Risdhana⁶, Siti Nurlaela⁷, Yulianti Yulianti⁸

¹Program Studi S1 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Keluarga, Kota Bekasi

lasmariasernovita@gmail.com¹, deaputri.fadiyah@gmail.com², renta.sianturi@stikesmitrakeluarga.ac.id³, destiramdhania07@gmail.com⁴, dian02308@gmail.com⁵, sillvyrisdana@gmail.com⁶, sn9118551@gmail.com⁷, yulisipirok@gmail.com⁸

ABSTRACT

During the Covid-19 pandemic, all schools implemented an online learning model. Therefore, the role of parents is very important during the learning process for school-age children learning online. However, there are some parents who experience stress because the online learning process is not effectively accepted by school-age children, so parents need to re-explain the learning content delivered by the teacher to their children. The purpose of this study was to determine the stress level of parents accompanying school-age children in online learning. The writing method in writing this article is by using a literature analysis of 10 articles with three databases such as Pubmed, ScienceDirect, and Google Scholar. Structured research questions using the PICO method, and keywords based on a combination of Boolean searches (Online OR Online Learning) AND (Pandemic OR Pandemic) AND (Stress OR stress) AND (Parents OR Parents). The inclusion criteria in this article are search techniques using PICO and Boolean, published in Indonesian and English, published in the last 10 years. Results: 10 articles were included in this study. From the results of the critical assessment of the included articles, the average parent experiences stress when accompanying school-age children to learn online. Conclusion: based on 10 articles, it was found that the stress level of parents in accompanying school-age children to learn online is low, moderate and severe stress levels. The majority of parents' stress levels are mild and moderate stress, because parents are getting used to online learning models, with assistance from teachers, whatsapp groups and quota assistance from the government. Some of these efforts are a solution in reducing parental stress.

Keywords: *online learning, pandemic, stress, parents*

ABSTRAK

Selama masa pandemi Covid-19 semua sekolah melakukan model pembelajaran dalam jaringan (daring). Oleh karena itu, diperlukan peran orang tua yang sangat penting pada saat proses pembelajaran terhadap anak usia sekolah belajar daring. Namun, ada beberapa orang tua yang mengalami stres karena proses pembelajaran daring kurang efektif diterima oleh anak usia sekolah, sehingga para orang tua perlu menjelaskan kembali konten pembelajaran yang disampaikan guru kepada anak. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat stres orang tua mendampingi anak usia sekolah dalam belajar daring. Metode penulisan dalam penulisan artikel ini yaitu dengan menggunakan analisis literature terhadap 10 artikel dengan tiga database seperti Pubmed, ScienceDirect, dan Google Scholar. Pertanyaan penelitian terstruktur menggunakan metode PICO, dan kata kunci berdasarkan kombinasi pencarian Boolean (Pembelajaran Daring OR Online Learning) AND (Pandemi OR Pandemic) AND (Stres OR stress) AND (Orang tua OR Parents). Kriteria Inklusi pada artikel ini yaitu teknik pencarian

*Corresponding: Lasmaria Sernovita.

Tel.: -

Email: lasmariasernovita@gmail.com

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



menggunakan PICO dan Boolean, dipublikasikan berbahasa Indonesia dan Inggris, dipublikasikan 10 tahun terakhir. Hasil: 10 artikel yang dimasukkan dalam penelitian ini. Dari hasil penilaian kritis pada artikel yang diinklusi, rata-rata orang tua mengalami stres saat mendampingi anak usia sekolah belajar daring. Kesimpulan: berdasarkan dari 10 artikel didapatkan bahwa tingkat stres orang tua dalam mendampingi anak usia sekolah belajar daring yaitu tingkat stress ringan, sedang dan berat. Mayoritas tingkat stress orang tua berada pada Stress ringan dan sedang, karena orang tua semakin terbiasa dengan model pembelajaran daring, adanya bantuan dari guru, kelompok *whatsapp* dan bantuan kuota dari pemerintah. Beberapa upaya ini menjadi solusi dalam menurunkan stres orang tua.

Kata kunci : pembelajaran daring, pandemi, stres, orang tua

1. PENDAHULUAN

Seluruh negara termasuk Indonesia mengalami pandemi Covid-19. Penyakit Covid-19 yaitu suatu penyakit sistem pernapasan yang dapat menular dengan cepat melalui droplet. Penyebabnya yaitu karena *SARSCoV-2*. Selama masa pandemi Covid-19 beberapa masyarakat mengalami masalah diberbagai bidang diantaranya yaitu dibidang Pendidikan (Dewi, 2020). Oleh karena itu, pemerintah Indonesia mengeluarkan kebijakan kepada seluruh masyarakat untuk melakukan aktivitas sehari-hari di rumah termasuk pembelajaran yang dilakukan secara *online* atau daring. Dengan dilakukannya metode pembelajaran ini maka peran orang tua sangat diperlukan untuk mengawasi anak saat belajar daring. Berdasarkan hal tersebut banyak orang tua menjadi stres akibat membimbing anak untuk sekolah melalui *online* (Chusna & Utami, 2020).

Pembelajaran *online* atau dalam jaringan (daring) adalah pembelajaran dengan platform digital berbasis internet, hal tersebut dilakukan agar dapat mendukung proses belajar dalam jaringan dan tidak harus bertatap muka antara guru dan siswa. Proses belajar *online* membutuhkan peralatan dan infrastruktur seperti smartphone, komputer atau laptop, aplikasi, dan jaringan internet (Putra & Irwansyah, 2020). Pembelajaran *online* dilakukan untuk seluruh unsur jenjang pendidikan, diantaranya yaitu Sekolah Dasar (SD). Dengan diterapkannya pembelajaran *online* maka peran orang tua diperlukan saat mendampingi anak belajar dirumah. Berdasarkan hal ini banyak orang tua mengalami kendala seperti memahami materi dan tugas, sulit memotivasi anak belajar, terbatasnya waktu dalam membimbing anak belajar daring karena faktor pekerjaan, dan

orang tua mudah kesal pada saat membimbing anak belajar *online* (Tabi'in, 2020). Selama masa pandemi proses belajar menjadi dimodifikasi dengan melibatkan waktu, sarana dan prasarana, membutuhkan kuota internet, menyebabkan stres pada orang tua karena merasa tertekan dengan perubahan yang dialami (Sari et al., 2020).

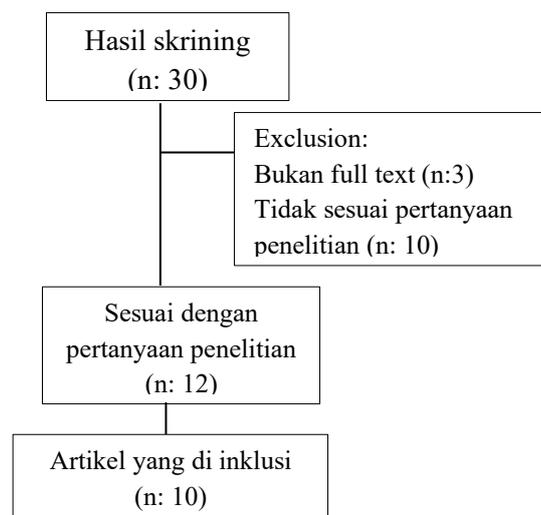
Stresor adalah perasaan yang dialami seseorang yang sedang stres. Berdasarkan respon psikologis tubuh terdapat beberapa jenis stresor atau stres. Menurut Szeih (2021), Jenis stresor yang dapat membuat respon stres yaitu stres pada fisik (trauma pembedahan, panas atau dingin, olahraga berat, syok, nyeri), stres pada psikologis (ketakutan, ansietas, dan kesedihan), stres kimiawi (berkurangnya suplai oksigen), serta stresor tekanan sosial (perubahan gaya hidup dan masalah pribadi). Berdasarkan penelitian Szeih (2021), terdapat beberapa hasil penelitian terhadap tingkatan stres para orang tua mengawasi anak melakukan pembelajaran daring/*online* yakni sekitar 14,35% stres rendah, sekitar 75,34% stress sedang, sekitar 10,31% stres tinggi dan sekitar 71,88% diantaranya yaitu perempuan atau seorang ibu. Tingkat stres yang tinggi diantaranya disebabkan oleh orangtua tidak mampu terhadap membimbing anak belajar daring, faktor masalah kesehatan keluarga, dan faktor ekonomi keluarga.

Berdasarkan masalah diatas penulis tertarik untuk membandingkan beberapa artikel yang membahas pengaruh pendamping anak usia sekolah belajar melalui *online* pada tingkat stres orang tua dan mendapatkan landasan teori yang bisa digunakan dalam pemecahan suatu masalah yang dialami selama pandemi Covid-19 karena peran orang tua diperlukan oleh anak saat membimbing pembelajaran daring dan sering kali orang tua merasakan tingkat stres yang berlebih daripada biasanya.

2. METODE PENULISAN

Metode penulisan dalam penulisan artikel ini yaitu dengan menggunakan analisis literature terhadap 10 artikel dengan tiga database seperti Pubmed, ScienceDirect, dan Google Scholar. Pertanyaan penelitian terstruktur menggunakan metode PICO, dan kata kunci berdasarkan kombinasi pencarian Boolean (Pembelajaran Daring OR Online Learning) AND (Pandemi OR Pandemic) AND (Stres OR stress) AND (Orang tua OR Parents). Kriteria Inklusi pada artikel ini yaitu teknik pencarian menggunakan PICO dan Boolean, dipublikasikan berbahasa indonesia dan inggris, dipublikasikan 10 tahun terakhir. Adapun pertanyaan penelitian dalam artikel ini yaitu bagaimana tingkat stres orang tua mendampingi anak usia sekolah dalam belajar daring?. Terdapat 150 artikel dari 3 database dan hanya ada 10 artikel yang di inklusi dalam

penelitian ini. Adapun hasil *screening* artikel dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Proses screening artikel

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Review Artikel Terkait

No.	Judul, Nama Penulis & Tahun Penerbit	Ringkasan Hasil
1.	Hubungan Pendampingan Pembelajaran Online Dengan Tingkat Stres Pada Orang Tua Selama Pandemi Covid-19 (Sizeh, 2021)	Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelasional dengan pendekatan cross sectional yang dilakukan di Malang dengan jumlah responden sebanyak 50 orang. Pada penelitian ini menyatakan adanya hubungan mengawasi anak pembelajaran daring/online terhadap tingkatan stress para orang tua. Tingkat stress orang tua mayoritas : tingkat stress ringan 6 orang (12,0%), sedang 14 responden (28%) dan stress berat 30 orang (60%)
2.	Hubungan Pendampingan Pembelajaran Daring Anak Usia Sekolah Kelas 1-3 Dengan Tingkat Stress Orang Tua Pada Masa Pandemi Covid 19 (Indah Ayu Septiyani, 2021)	Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan cross sectional yang dilakukan di Purwodadi dengan jumlah responden sebanyak 56 orang. Hasil dari ini menyatakan pendampingan orang tua saat pembelajaran online anak Sekolah Dasar kelas I - III terhadap tingkatan stress orang tua di SDN 3 Kiripan Purwodadi berhubungan. Tingkat stress orang tua : stress ringan 31orang (55,4%), sedang 23 orang (41,1%) dan berat 2 orang (3,6%).
3.	Tingkat Stres Ibu Dalam Mendampingi Siswa-Siswi Sekolah Dasar Selama Belajar Di Rumah Pada Masa Panemi Covid 19 (Palupi, 2021)	Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode random sampling dengan responden sebanyak 89 orang. Terdapat beberapa tingkatan stress pada ibu-ibu yang mengawasi anaknya belajar daring/online: stress sangat rendah 7 orang (7,86%), stress rendah 46 orang (51,69%), stress sedang 27 orang (30,34%), stress tinggi 35 orang (39,33%), dan stress sangat tinggi 2 orang (2,25%).

4.	Tingkat Stres Orang Tua Dalam Pendampingan Belajar Daring Dengan Prestasi Sekolah Anak Selama Pandemi (Sawiji et al., 2022)	Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode kuantitatif dengan pendekatan cross sectional yang dilakukan di wonosobo dengan jumlah responden sebanyak 68 orang. Penelitian ini menyatakan terdapat kaitannya antara stres pada orang tua saat mendampingi anak belajar daring/online dengan prestasi anak saat pandemi Covid-19. Adapun tingkat stres orang tua selama mengawasi anak belajar daring/online yakni stres normal 13 orang atau sekitar 19,1%, stress ringan 26 orang atau sekitar 38,2%, stress sedang 11 orang atau sekitar 16,2%, stress parah 17 orang atau sekitar 25,0% dan stress sangat parah 1 orang atau sekitar 1,5%.
5.	Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Tingkat Stres Orang Tua Dalam Mendampingi Anak Sekolah Dasar Selama Pandemi Covid-19 Di SD Kreatif Muhammadiyah Gombang (Purwanti et al., 2021)	Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode korelasional dengan pendekatan cress sectional yang dilakukan di gombang dengan jumlah responden sebanyak 66 orang. Hasil dari artikel ini yakni tingkatan stress para orang tua yang mendampingi anak sekolah saat belajar online sebanyak 8 orang stres normal(12,1%), stres ringan 17 orang (25,8%), dan stres berat 41 orang (62,1%).
6.	Stress Pengasuhan Orang Tua Pada Anak Usia Sekolah Selama Masa Pandemi Covid Di Desa Pasuruhan Lor Jati Kudus Tahun 2020 (Chasanah et al., 2021)	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross sectional yang dilakukan di Kabupaten Kudus dengan jumlah responden sebanyak 94 orang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan dari 94 responden yang mendampingi anak belajar daring, sebanyak 40 orang mengalami stres rendah(42,6%) dan 54 orang mengalami stress tinggi(57,4%).
7.	Pengaruh Pendampingan Ibu Pekerja Harian Lepas Terhadap Tingkat Stres Akademik Pembelajaran Daring Siswa Sekolah Dasar (Fatmawati et al., 2021)	Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode kuantitatif yang dilakukan di Jakarta selatan dengan jumlah responden sebanyak 56 orang. Penelitian ini menyatakan angka stres orang tua(ibu) yang mendampingi siswa dan siswi selama belajar daring : stress rendah 7 orang (12,5%), stress sedang 34 orang (60,7%), dan stress tinggi 15 orang (26,8%).
8.	Gambaran Tingkat Stres Ibu Mendampingi Anak Study From Home (SFH) Di Masa Pandemi Covid-19 (Hidayati et al., 2021)	Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode deskriptif yang dilakukan di Kota Magelang dengan jumlah responden sebanyak 105 orang. Penelitian ini menunjukkan bahwa tingkatan stres ibu saat mendampingi siswa dan siswi selama belajar daring : <i>minimal stress</i> 41 orang (39%), <i>mid stress</i> 30 orang (28,6%), <i>moderate stress</i> 21 orang (20%), dan <i>severse stress</i> 13 orang (12,4%).
9.	Hubungan Metode Pembelajaran Daring Pada Anak Usia 6-7 Tahun Dengan Tingkat Stress Orang Tua (Zuriati et al., 2022)	Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode deskriptif yang dilakukan di SDN Bahagia 04 bekasi dengan jumlah responden sebanyak 60 orang. Terdapat tingkatan stress para orang tua saat mendampingi anak belajar daring/online : stress rendah 9 orang (15,0%), stress sedang 24 orang (50,0%), dan stress tinggi 27 orang (45,0%).
10.	Gambaran Tingkat Stres Orang Tua Siswa Sekolah Dasar Selama Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemi Covid-19 (Sridarmayanti et al., 2022)	Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode deskriptif kuantitatif dengan jumlah responden sebanyak 85 orang. Hasil dari artikel ini menjabarkan bahwa tingkat stres orang tua saat mendampingi siswa dan siswi selama belajar daring : stress rendah 21 orang (24,7%), stress sedang 61 orang (71,8%) dan stress berat 3 orang (3,5%).

1. Hubungan Pendampingan Pembelajaran Online Dengan Tingkat Stres Pada Orang Tua Selama Pandemi Covid 19

Pendampingan belajar adalah suatu upaya dalam mendampingi, membimbing, menyemangati, mengawasi, dan

memfasilitasi anak dalam proses berlatih dan belajar (Handayani et al., 2020). Orang tua mendampingi anak saat proses belajar adalah usaha orangtua untuk menemani dan memberikan bantuan, dorongan, dukungan, motivasi, mengontrol serta memberikan anak fasilitas dalam proses belajar anak untuk membangun semangat dalam belajarnya (Miftakhi & Ardiansah, 2020).

Orang tua yang menghadapi stres selama membimbing dan mendampingi anak belajar dalam jaringan/daring bisa timbul karena ketidaksiapan akan banyaknya beban pekerjaan baik di rumah atau di kantor, kekurangan skill orang tua dan kurangnya dukungan. Akibat dari stress para orang tua dapat memperburuk hubungan orang tua dengan anak sehingga bisa berdampak pada kualitas pembelajaran anak (Hafnidar & Ikhyanuddin, 2021). Oleh karena itu, orang tua disarankan agar tetap mendampingi dan membimbing anak dalam belajar *online* secara simal dan optimal walaupun harus membagi waktunya. Contohnya, memeriksa tugas anak setelah selesai atau pulang kerja, dan orang tua sebaiknya mendiskusikan dengan anggota keluarga apabila ada keresahan dan kendala yang dialami selama pandemi Covid19.

2. Hubungan Pendampingan Pembelajaran Daring Anak Usia Sekolah Kelas 1-3 Dengan Tingkat Stress Orang Tua Pada Masa Pandemi Covid 19

Menurut penelitian Efendi (2020) menjelaskan bahwa orang tua tidak hanya berperan sebagai pembimbing dalam belajar online. Namun, orang tua juga berperan sebagai edukator, motivator, fasilitator, dan inspirator. Diawal pembelajaran daring diberlakukan terutama tingkat sekolah dasar.

Sekolah Dasar (SD) muncul kecemasan terhadap orang tua dikarenakan tidak mempunyai persiapan diri yang baik, sehingga berakibat munculnya beberapa kendala (Tirajoh et al., 2021). Berdasarkan penelitian Ayuni et al., (2020) bahwa para orang tua memiliki kendala dalam memotivasi minat belajar anak, kurang mengerti pada saat menggunakan *handphone*, tidak sabar ketika membimbing,

dan tidak mempunyai waktu yang memadai dalam membimbing anak.

Upaya dalam mengurangi masalah proses belajar daring/*online*, di SDN 3 Kuripan Purwodadi dilakukan pemilihan media penunjang dalam proses belajar yaitu *whatsapp group* agar guru orang tua atau siswa bisa berinteraksi dengan mudah. Hal itu sejalan dengan penelitian Khasanah (2021), bahwa media *whatsapp group* menjadi media belajar yang dapat menghemat waktu dan mudah digunakan. Upaya lain yang dilakukan yaitu menerapkan proses belajar daring/*online* dan belajar luring/*offline* caranya yaitu guru akan mengunjungi rumah siswa atau siswa akan mengambil materi ke sekolah (Pratama & Mulyati, 2020). Mendikbud juga memberikan solusi yaitu berupa bantuan paket internet. Oleh sebab itu, upaya tersebut dapat meringankan kesulitan yang dialami oleh orang tua.

3. Tingkat Stres Ibu Dalam Siswa-Siswi Sekolah Dasar Selama Belajar Di Rumah Pada Masa Pandemi Covid 19

Proses pembelajaran yang dilaksanakan pada siswa dan siswi SD dimasa Covid-19 yakni menggunakan metode pembelajaran *online* yang memerlukan pendampingan orangtua. Menurut Dewi (2020), bahwa pembelajaran *online* membuat siswa-siswi bisa berkomunikasi dengan guru dan siswa lainnya, memakai beberapa aplikasi yakni *zoom*, *google classroom*, dan *whatsapp group*. Hal tersebut bisa menjadi inovasi dalam pendidikan.

Stres adalah dampak dari sebuah serangkaian atau kejadian pengalaman individu yang bersifat negatif sehingga tidak bisa dihadapi oleh individu tersebut. Adanya suatu perbedaan antara harapan dan kenyataan yang dialami individu dapat menimbulkan kondisi yang menekan bagi dirinya sendiri. Stres terjadi akibat ada persepsi yang tidak sesuai antara lingkungan dan kemampuan.

Pada umumnya, para orang tua maupun guru sudah memiliki pengertian memadai tentang urgensi dalam belajar daring/*online* untuk upaya penyebaran virus Covid-19. Hal ini membuat munculnya

kesalahpahaman tentang upaya mendampingi anak-anak yang dilakukan oleh orang tua, terkhusus ibu. Setiap bagian dari proses pembelajaran berupaya agar ditemukan gaya belajar yang sesuai dan dapat diterapkan dengan kondisi yang sekarang kita alami. Hal tersebut disesuaikan dengan kondisi guru, siswa-siswi maupun orang tua. Karena itu, tingkat stress yang dialami orang tua dapat berkurang berangsur-angsur.

4. Tingkat Stres Orang Tua Dalam Pendampingan Belajar Daring Dengan Prestasi Sekolah Anak Selama Pandemi

Pada penelitian ini, orang tua siswa SDN2 Tanjun Ganom di Kecamatan Kaliwilo Wonho Volegency mayoritas dalam keadaan stress ringan. Hal ini terkait dengan fakta bahwa orang tua paruh baya lebih rentan mengalami stres terkait dengan ekonomi, pekerjaan, keluarga, lingkungan dan teman. Semakin banyaknya masalah akibat pandemi, orang tua kewalahan dengan anak-anak mereka dan dukungan pekerjaan mereka. Pekerjaan orang tua melakukan pekerjaan rumah tangga di rumah atau lingkungan kerja mereka meningkat karena orang tua harus bertindak sebagai guru pengganti untuk mengajar anak-anak mereka untuk belajar di rumah (Wardani & Ayriza, 2020).

Pada masa pandemi, banyak anak yang menunda mengerjakan tugas dari guru sehingga meningkatkan tingkat stres orang tua. Hal tersebut mengakibatkan orang tua sulit dalam memahami materi yang dipelajari anaknya, sulit menumbuhkan minat belajar anak, sulit mengatur waktu antara waktu kerja dengan waktu membimbing anaknya belajar dirumah, orang tua sulit mengendalikan emosi, sering terjadi gangguan sinyal pada saat anak belajar daring, dan kemampuan orang tua dalam menggunakan aplikasi yang terkait dengan layanan internet. Berdasarkan hal tersebut, bisa diketahui bahwa orangtua belum menerima perubahan pola hidup dari berbagai aspek kegiatan dimasa pandemi. Hal ini berkaitan dengan penelitian Putra & Irwansyah (2020), bahwa orangtua tidak dapat manajemen waktu antara waktu mendampingi anak belajar daring dengan

waktu pekerjaan sehingga orangtua menjadi stress.

5. Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Tingkat Stres Orang Tua Dalam Mendampingi Anak Sekolah Dasar Selama Pandemi Covid-19 Di SD Kreatif Muhammadiyah Gombang

Pada artikel ini membahas pengaruh belajar daring/*online* terhadap tingkatan stress para orang tua ketika mengawasi anak SD selama pandemi, didapatkan hasil kebanyakan responden mengalami stress tingkat berat. Penelitian ini menyatakan mayoritas responden sebesar 41 orang dari 66 orang atau sekitar 62,1% menghadapi stress yang berat. Dapat dilihat dari mayoritas tingkat stress terjadi pada orang tua yang mendampingi anaknya saat sekolah *online*, terutama ibu-ibu mengalami stress yang berat dalam mendampingi anak sekolah *online*. Selain itu, stres yang lebih berat bisa dialami oleh beberapa orang tua yang bekerja jika dibandingkan dengan ibu rumah tangga.

Para ibu yang mengalami stress yang paling berat. Meskipun orang tua yang mengerjakan pekerjaan rumah, stres tetap akan timbul akibat permasalahan-permasalahan lainnya yang terjadi didalam ruang lingkup keluarga. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Susilowati & Azzasyofia (2020), sebanyak (10,31%) 23 orang menghadapi tingkat stres yang berat.

6. Stress Pengasuhan Orang Tua Pada Anak Usia Sekolah Selama Masa Pandemi Covid Di Desa Pasuruhan Lor Jati Kudus Tahun 2020

Pada penelitian ini terdapat hubungan antara faktor ruang lingkup dengan stres pendampingan orang tua terhadap anak usia sekolah selama masa pandemi di desa Pasuruhan Lor Jati Kudus. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan Gouveia et al., (2016) bahwa suatu kondisi dapat membuat para orang tua mengalami stres karena harus dihadapkan pada kegiatan yang multitasking dan beragam. Adapun contoh kondisinya yaitu seorang ibu perlu beradaptasi dengan pekerjaan mana yang mungkin cocok dika dilakukan dari rumah secara virtual atau biasa disebut work from home. Selain itu ibu

memenuhi kebutuhan dan caring kepada anak-anak dan suami dirumah.

7. Pengaruh Pendampingan Ibu Pekerja Harian Lepas Terhadap Tingkat Stres Akademik Pembelajaran Daring Siswa Sekolah Dasar

Berdasarkan dari hasil pembahasan dan pengujian hipotesis di atas, maka ditemukan bahwa pendampingan ibu dalam proses pembelajaran berdampak negatif terhadap tingkat akademik pembelajaran online siswa sekolah dasar. Selain itu dapat menimbulkan stres pada orang tua yang mendampinginya belajar online karena ketika ibu mendampingi anak belajar, saat itulah terjadinya proses interaksi serta ikatan emosional yang dapat memicu timbulnya stres pada orang tua. masalah ini juga berkaitan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Mahmudah & Rusmawati (2019), menjelaskan adanya hubungan yang negatif diantara kedekatan orang tua dan anak pada stres akademik.

8. Gambaran Tingkat Stres Ibu Mendampingi Anak *Study From Home* (SFH) di Masa Pandemi Covid-19

Covid-19 masih menjadi suatu ancaman kesehatan diseluruh dunia. Oleh karena itu, penerapan sistem study from home atau lebih dikenal dengan daring menjadi solusi yang cukup bagus agar proses pembelajaran tetap berlangsung. Dierlakukannya pembelajaran secara daring/*online*, peran orang tua sangat dibutuhkan agar proses kegiatan pembelajaran bisa berlangsung dengan lancar. Namun hal itu, juga bisa menimbulkan kesulitan bagi anak maupun orang tua, karena belajar secara daring/*online* akan menanam kemandirian dalam proses pembelajaran (Handarini & Wulandari, 2020). Hingga pada pembelajaran daring ini, peran orang tua diperlukan terutama dalam memberikan pembelajaran layaknya seorang guru.

Namun selama mendampingi *study from home* dalam pembelajaran ini dapat meningkatkan tingkat stress dan emosional pada orang tua. Adapun hasil yang diperoleh dari peneliatan ini yaitu sebanyak 41 orang mengalami stres ringan (39%) dan sebanyak 13 orang mengalami stres berat (12,4%).

Hal tersebut sesuai dengan penelitian Cahyati & Kusumah (2020), dengan diterapkannya *pembelajaran di rumah* ini akan mempererat kedekatan antara ibu dan anak, tidak sedikit juga orang tua yang beranggapan kreatifis dan mencoba banyak hal agar anaknya tetap fokus dan tidak mudah bosan selama pembelajaran daring dilaksanakan. Tetapi, tidak semua orng tua bisa berpikir kreatif, kemungkinan masalah ini menjadi penyebab ibu mengalami stres, *moderate stress*, hingga *severe stress*. Hal ini berkaitan penelitian Hidayati et al., (2021), menyebutkan beberapa orang tua sebenarnya merasa gagap dan mengatakan bahwa mereka tidak dapat mengikuti pembelajaran anak mereka.

9. Hubungan Metode Pembelajaran Daring pada Anak Usia 6-7 Tahun dengan Tingkat Stress Orang Tua

Berdasarkan hasil penelitian Haerudin et al., (2020), faktor pendukung kegiatan belajar mengajar online membutuhkan orang tua sebagai pendamping yang sabar, partifipasi dan kerja sama antara ibu dan anak agar terjalin hubungan yang lebih baik. Apabila kerjasama orang tua dan anak ataupun guru dengan orang tua kurang baik, akan menjadi penghambat dalam proses belajar. Hal tersebut sesuai dengan penlitian Lutfiah (2020), jika orang tua berpikiran kurang baik itu terjadi karena kurang adanya kesediaan sarana dan prasarana dan ketidaksiapan para orang tua dalam mengawasi anak belajar daring/*online*.

10. Gambaran Tingkat Stres Orang Tua Siswa Sekolah Dasar Selama Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19

Keterlibatan peran orangtua pada anak SD menjadi suatu hal yang mendukung keberhasilan akademik siswa. Anak yang berada pada tahun awal sekolah dimulai dari TK hingga SD kelas V membutuhkan peran orang tua yang cenderung lebih besar. Namun selama pandemi Covid-19 mayoritas kegiatan pembelajaran dilakukan secara *online*. Perubahan proses belajar tersebut menjadi suatu hal mendadak yang harus dilaksanakan tanpa persiapan sehingga siswa, guru, maupun orang tua harus dapat menyesuaikan diri dengan proses pembelajaran tersebut. Dalam

pelaksanaan ini muncul beberapa kendala dan masalah yang dihadapi oleh orang tua. Hal ini yang akan memberikan stresor kepada orang tua sehingga dapat memicu terjadinya stres pada orang tua Hiraoka & Tomoda (2020). Pada penelitian ini didapatkan hasil data bahwa jumlah tertinggi kategori stres yang dialami oleh orang tua siswa yaitu kategori stres sedang (71,8%). Efek yang akan timbul pada orang tua dalam kategori stres sedang ini yaitu terjadinya penegangan otot tubuh, gangguan saluran pencernaan pada lambung dan usus seperti maag, terganggunya pola tidur, buang air kecil yang tidak teratur, dan daya konsentrasi.

Mayoritas orang tua yang melakukan penelitian ini mengalami tingkat stres sedang selama anak mengikuti pembelajaran jarak jauh. Didukung oleh penelitian Susilowati & Azzasyofia, (2020) pada tiga minggu awal saat mulai adanya pandemi covid-19 bahwa mayoritas orang tua mengalami stres cukup sedang, tingkat stres tersebut dialami orang tua dengan anak dibangku PAUD dan SD. Secara umum peningkatan stresor ini akan memberikan dampak negatif terhadap kesehatan orang tua maupun anak, hal ini didukung oleh Seiler, A., Fagundes C., P & Christian, L., (2020) bahwa stres akan menjadikan individu untuk berperilaku negatif yang

4. KESIMPULAN

Berdasarkan dari 10 artikel didapatkan bahwa tingkat stres orang tua dalam mendampingi anak usia sekolah belajar daring yaitu tingkat stress ringan, sedang dan berat. Mayoritas tingkat stress orang tua berada pada Stress ringan dan sedang, karena orang tua semakin terbiasa dengan model pembelajaran daring, adanya bantuan dari guru, kelompok *whatsapp* dan bantuan kuota dari pemerintah. Beberapa upaya ini menjadi solusi dalam menurunkan stres orang tua.

5. SARAN

Adapun saran bagi pelayanan kesehatan yang mana mampu meningkatkan pelayanan keperawatan jiwa, bagi perkembangan ilmu keperawatan, bagi pendidikan ilmu keperawatan diharapkan

mampu memanfaatkan hasil penelitian ini dalam pengembangan kurikulum pembelajaran bagi peneliti lain perlu adanya penelitian lebih lanjut terkait dengan tingkat stress orang tua mendampingi anak usia sekolah dalam belajar daring.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayuni, D., Marini, T., Fauziddin, M., & Pahrul, Y. (2020). Kesiapan guru TK menghadapi pembelajaran daring masa pandemi COVID-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 414–421.
- Cahyati, N., & Kusumah, R. (2020). Peran orang tua dalam menerapkan pembelajaran di rumah saat pandemi Covid 19. *Jurnal Golden Age*, 4(01), 152–159.
- Chasanah, A., Najibah, H., Nisa, K., Novitasari, P., Indanah, I., & Yuli, Y. (2021). The Stress Of Parenting In School-Age Children During The Covid Pandemic In Pasuruhan Lor Jati Kudus Village In 2020. *Proceeding of The URECOL*, 293–300.
- Chusna, P. A., & Utami, A. D. M. (2020). Dampak pandemi COVID-19 terhadap peran orang tua dan guru dalam meningkatkan kualitas pembelajaran daring anak usia sekolah dasar. *Premiere: Journal of Islamic Elementary Education*, 2(1), 11–30.
- Dewi, W. A. F. (2020). Dampak COVID-19 terhadap Implementasi Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 55–61. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v2i1.89>
- E., Susilowati & Azzasyofia, M. (2020). The Parents Stress Level in Facing Children Study From Home in the Early of Covid-19 Pandemic in Indonesia. *International Journal of Science and Society*, 2(3), 1–12.
- Efendi, D. (2020). Peran Orang Tua Dalam Pembelajaran Model Distance Learning Di Sekolah Dasar Kota Jayapura. *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 5(1), 54–66.

- Fatmawati, I., Djamas, N., & Rahmadani, A. (2021). Pengaruh Pendampingan Ibu Pekerja Harian Lepas Terhadap Tingkat Stres Akademik Pembelajaran Daring Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 8(1), 12–19.
- Gouveia, M. J., Carona, C., Canavarro, M. C., & Moreira, H. (2016). Self-compassion and dispositional mindfulness are associated with parenting styles and parenting stress: The mediating role of mindful parenting. *Mindfulness*, 7(3), 700–712.
- Haerudin, H., Cahyani, A., Sitihanifah, N., Setiani, R. N., Nurhayati, S., Oktaviana, V., & Sitorus, Y. I. (2020). Peran Orangtua Dalam Membimbing Anak Selama Pembelajaran Di Rumah Sebagai Upaya Memutus Covid-19. *Jurnal Stastistika Inferensial*, 112.
- Hafnidar, H., & Ikhyannuddin, I. (2021). PENINGKATAN KESIAPAN ORANGTUA SELAMA PANDEMI COVID-19 MELALUI WORKSHOP STRATEGI PENDAMPINGAN BELAJAR DARING PADA ANAK. *E-Amal: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 263–270.
- Handarini, O. I., & Wulandari, S. S. (2020). Pembelajaran daring sebagai upaya study from home (SFH) selama pandemi covid 19. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(3), 496–503.
- Handayani, T., Khasanah, H. N., & Yoshinta, R. (2020). Pendampingan Belajar Di Rumah Bagi Siswa Sekolah Dasar Terdampak Covid-19. *ABDIPRAJA (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 1(1), 107–115.
- Hidayati, L. N., Pinilih, S. S., Amin, M. K., S1, M., Keperawatan, I., Magelang, F.-U. M., Fakultas, D., Kesehatan - Universitas, I., & Magelang, M. (2021). Gambaran Tingkat Stres Ibu Mendampingi Anak Study From Home (SFH) Di Masa Pandemi Covid-19. *Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta (SEMNASKEP)*, 2021.
- Hiraoka, D., & Tomoda, A. (2020). Relationship between parenting stress and school closures due to the COVID-19 pandemic. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 74(9), 497–498.
- Indah Ayu Septiyani, I. (2021). *Hubungan Pendampingan Pembelajaran Daring Anak Usia Sekolah Kelas I-III Dengan Tingkat Stres Orang Tua Pada Masa Pandemi Covid-19 Di SD Negeri 3 Kuripan Purwodadi*. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Khasanah, K. (2021). Efektifitas Media Whatsapp Group Dalam Pembelajaran Daring. *Akademika: Jurnal Teknologi Pendidikan*, 10(01), 47–75.
- Lutfiah, S. Z. (2020). Persepsi orang tua mengenai pembelajaran online di rumah selama pandemi COVID-19. *Dealektik*, 2(2), 69–73.
- Mahmudah, H., & Rusmawati, D. (2019). Hubungan antara kelekatan anak-orang tua dengan stres akademik pada siswa sd n sron dol wetan 02 semarang dengan sistem pembelajaran full day school. *Jurnal Empati*, 7(4), 1160–1169.
- Miftakhi, D. R., & Ardiansah, F. (2020). Peranan Orang Tua Siswa dalam Melaksanakan Pendampingan Pembelajaran dari Rumah Secara Online. *JOEAI: Journal of Education and Instruction*, 3(2), 151–158.
- Palupi, T. N. (2021). Tingkat stres ibu dalam mendampingi siswa-siswi sekolah dasar selama belajar di rumah pada masa pandemi covid-19. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan SDM*, 10(1), 36–48.
- Pratama, R. E., & Mulyati, S. (2020). Pembelajaran Daring dan Luring pada Masa Pandemi Covid-19. *Gagasan Pendidikan Indonesia*, 1(2), 49–59.
- Purwanti, E., Devi, R. Y., & Susilowati, Y. (2021). Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Tingkat Stres Orang Tua dalam Mendampingi Anak Sekolah Dasar Selama Pandemi Covid-19 di SD Kreatif Muhammadiyah Gombang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(3), 290–296.

- Putra, R. S., & Irwansyah. (2020). Media Komunikasi Digital, Efektif Namun Tidak Efisien, Studi Media Richness Theory dalam Pembelajaran Jarak Jauh Berbasis Teknologi di Masa Pandemi. *Global Komunikasi*, 1(2), 1–13.
- Sari, D. A., Mutmainah, R. N., Yulianingsih, I., Tarihoran, T. A., & Bahfen, M. (2020). Kesiapan Ibu Bermain Bersama Anak Selama Pandemi Covid-19, Dirumah Saja. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 475–489.
- Sawiji, S., Gunawan, I., & Agustin, I. M. (2022). Tingkat Stres Orang Tua dalam Pendampingan Belajar Daring dengan Prestasi Sekolah Anak Selama Pandemi. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 10(1), 91–102.
- Seiler, A., Fagundes C., P & Christian, L., M. (2020). The Impact of Everyday Stressors on the Immune System and Health. *Stress Challaenges and Immunity in Spase*.
- Sizeh, N. (2021). Hubungan Pendampingan Pembelajaran Online Dengan Tingkat Stres Pada Orang Tua Selama Pandemi Covid-19. *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 2(2), 21–27.
- Sridarmayanti, N. M., Sawitri, N. K. A., & Swedarma, K. E. (2022). Gambaran Tingkat Stres Orang Tua Siswa Sekolah Dasar Selama Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemi Covid-19. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 10(2).
- Susilowati, E., & Azzasyofia, M. (2020). The parents stress level in facing children study from home in the early of covid-19 pandemic in Indonesia. *International Journal of Science and Society*, 2(3), 1–12.
- Tabi'in, A. (2020). Problematika stay at home pada anak usia dini di tengah pandemi covid 19. *Jurnal Golden Age*, 4(01), 191–200.
- Tirajoh, C. V, Munayang, H., & Kairupan, B. H. R. (2021). Dampak pembelajaran jarak jauh terhadap kecemasan orang tua murid di masa pandemi covid-19. *Jurnal Biomedik: Jbm*, 13(1), 49–57.
- Wardani, A., & Ayriza, Y. (2020). Analisis kendala orang tua dalam mendampingi anak belajar di rumah pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 772.
- Zuriati, Dewi, N. A., & Lisnadiyahanti. (2022). Hubungan Metode Pembelajaran Daring Pada Anak Usia 6-7 Tahun Dengan Tingkat Stress Orang Tua. *Journal of TSCNers*, 7(1), 81–90.