

# GAMBARAN TINGKAT STRES ORANG TUA SELAMA PEMBELAJARAN DARING DIMASA PANDEMI COVID-19 DI ESA TREMBES KECAMA TAN MALO KABUPATEN BOJONEGORO TAHUN 2021

*Description Of Parents' Stress Level During Online Learning The Covid-19pandemic In Trembes Village, Malo District, Bojonegoro Regency In 2021*

, Siti Patonah<sup>1</sup>, Agus Ari Afandi<sup>2</sup> Vernanda Mei Fajriani<sup>3</sup>

Prodi DIII Keperawatan Stikes Rajekwesi Bojonegoro

sitipatonah73@gmail.com, mister.ari.afandi@gmail.com , vernandafajriani@gmail.com,

prodi D III Keperawatan, Siti Patonah

prodi D III Keperawatan, Agus Ari Afandi

prodi D III Keperawatan, Vernanda Mei Fajriani

## ABSTRAK

Masa pandemi Covid-19 menyebabkan perubahan strategi pembelajaran dari luring menjadi daring. Adanya kebijakan tersebut berdampak pada orang tua di Desa Trembes Kecamatan Malo Kabupaten Bojonegoro yang masih memiliki anak usia sekolah beranggapan pembelajaran daring menjadi pemicu tingkat stress yang dialami orang tua. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat stress yang dialami orang tua selama pembelajaran daring dimasa pandemic covid-19 di Desa Trembes Kecamatan Malo Kabupaten Bojonegoro.

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif. Populasi penelitian ini adalah seluruh orang tua yang memiliki anak usia sekolah di desa Trembes kecamatan Malo kabupaten Bojonegoro dengan jumlah 148 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah *Non probability sampling* dengan jenis pengambilam sampel menggunakan *Purposive Sampling* dengan jumlah 76 responden. Data penelitian diambil dengan menggunakan kuesioner DASS-42 (*Depression Anxiety Stress Scale 42*) dalam mengukur tingkat stres orang tua yang disajikan secara deskriptif.

Dari hasil penelitian di gambaran tingkat stres orang tua menunjukkan kurang dari sebagian orang tua sebanyak 35 responden (46,1%) stres ringan, dan 30 responden (39,5%) stres sedang, serta 11 responden (14,5%) tidak stres.

Kesimpulannya orang tua di desa Trembes kecamatan Malo kabupaten Bojonegoro mengalami stres selama pembelajaran daring dimasa pandemic covid-19. Perlunya orang tua untuk membangun komunikasi yang baik dengan anak untuk meminimalisir stres, pemerintah perlu sinergi bersama membuat kebijakan pembelajaran daring supaya program menjawab kebutuhan dunia pendidikan dan perlunya pendidik berefleksi dan berinovasi membangun pembelajaran yang melibatkan siswa untuk aktif dan pembelajaran yang menyenangkan.

**Kata kunci:** Pembelajaran Daring, Covid-19, Orang Tua, Stres.

## ABSTRACT

*The Covid-19 pandemic has caused a change in learning strategies from offline to online. The existence of this policy has an impact on parents in Trembes Village, Malo District, Bojonegoro Regency who still have school-age children who think online learning is a trigger for the stress level experienced by parents. The purpose of this study was to determine the level of stress experienced by parents during online learning during the COVID-19 pandemic in Trembes Village, Malo District, Bojonegoro Regency.*

*This study uses a descriptive design. The population of this research is all parents who have school-age children in Trembes village, Malo sub-district, Bojonegoro district with a total*

of 148 respondents. The sampling technique used is Non probability sampling with the type of sampling purposive sampling using with a total of 76 respondents. The research data was taken using the DASS-42 questionnaire (Depression Anxiety Stress Scale 42) in measuring the stress level of parents which was presented descriptively.

From the results of the study, the description of the stress level of parents showed that less than some parents were 35 respondents (46.1%) mild stress, and 30 respondents (39.5%) moderate stress, and 11 respondents (14.5%) not stressed. .

In conclusion, parents in Trembes village, Malo sub-district, Bojonegoro district experienced stress during online learning during the covid-19 pandemic. The need for parents to build good communication with children to minimize stress, the government needs to synergize together to make online learning policies so that the program answers the needs of the world of education and the need for educators to reflect and innovate to build learning that involves students for active and fun learning.

**Keywords:** Online Learning, Covid-19, Parents, Stress.

## **Pendahuluan**

Proses pembelajaran di sekolah yang biasanya dilakukan dengan tatap muka di dalam kelas, saat ini dilakukan secara daring atau biasa disebut Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Untuk mengikuti PJJ ini, siswa diharuskan memiliki *handphone* atau laptop supaya dapat mengikuti pembelajaran, orang tua harus kebersamai anak dalam belajar daring. Kerap kali, justru orang tua inilah yang sekolah dan harus memahami pembelajaran anak. Dengan adanya PJJ ini banyak membuat orang tua bingung, mengalami kesulitan. Hal ini disebabkan pandemi Covid-19 yang terjadi di Indonesia. Keadaan ini mengharuskan semua orang untuk mengurangi aktivitas fisik seperti sebelumnya. Termasuk di lingkungan pendidikan. Merujuk pada surat edaran tanggal 24 Maret 2020 Nomor 4 tahun 2020 yang dikeluarkan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia tentang pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat COVID (4). Adanya kebijakan ini menjadikan orang tua harus ekstra membagi waktu menemani anak belajar di rumah dan melakukan aktivitas lainnya. Dengan rata-rata pendidikan orang tua dan penghasilan yang relatif rendah membuat orang tua menjadi terbebani dengan pembelajaran daring.

Selama pembelajaran daring dimasa pandemi covid 19 telah dilakukan berbagai survey tentang tingkat stress yang dialami oleh orang tua diantaranya adalah survey dari nirlaba Hongkong oleh Institute of Family Education yang melibatkan 500 resoponden orang tua. Dengan hasil 75 persen orang tua merasa dekat dengan anak namun disaat yang sama 85 persen orang tua merasa stress. Menurut peneliti Christopher Yu Wing-fai orang tua merasa stress karena anak kesulitan dalam belajar secara daring (1). Di Indonesia perubahan sosial akibat pandemi Covid-19 sudah dirasakan orang tua yang memiliki anak usia sekolah dan sedang belajar dirumah dalam tiga minggu pertama kebijakan Covid-19 di Indonesia yang menyebabkan stress tingkat sedang sebanyak 75,34 persen dan terdapat 10,31 persen responden yang memiliki tingkat stress tinggi dimana 71,88 persen diantaranya adalah orang tua atau ibu perempuan dan sebanyak 70,21 persen orang tua laki-laki atau ayah memiliki kekhawatiran terhadap kondisi ekonomi keluarga. (Susilowati & Azzasyofia, 2020). Berdasarkan hasil survei yang dilakukan penelitian dari Tim Penelitian dan Pengembangan dan Konseling (Litbang BK) SMP Negeri 10 Surabaya juga telah melakukan survey yang dilaksanakan pada mei sampai juni 2020 kepada 611 orang tua dengan menggunakan kuesioner google form, tentang pembelajaran daring dimasa darurat Covid-19 dengan hasil separuh lebih yaitu 57,2% orang tua tidak merasa berat dengan system pembelajaran secara online, 35,4% responden orang tua merasa cukup berat dan sisanya 7,4% merasa sangat berat dengan sistem belajar daring. Namun uniknya, separuh dari orang tua mengtakan berat dalam pembelian kuota internet yaitu sebanyak 49,5%(5). Melihat hasil penelitian sebelumnya peneliti melakukan studi pendahuluan tentang tanggapan yang diberikan orang tua selama pembelajaran daring terhadap 10 orang orang tua

yang memiliki anak usia sekolah pada desa Trembes Kecamatan Malo kabupaten Bojonegoro yang dilaksanakan pada 23 september 2020 didapatkan bahwa 9 dari 10 orang tua merasa kesulitan mengajari anaknya serta orang tua menyatakan keberatan dan mengalami peningkatan tingkat stres selama pembelajaran daring.

Covid-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh jenis coronavirus yang baru ditemukan (WHO,2020). Baru-baru ini, virus Corona baru muncul dan dikenal sebagai Covid-19 di Cina pada Desember 2019, dan merebak di berbagai negara sehingga WHO mendeklarasikan sebagai pandemi global (8). Dalam menyikapi penularan Covid-19 salah satu kebijakan pemerintah dalam memutus rantai penyebaran Covid-19 yaitu dengan kebijakan penutupan sekolah. Kebijakan penutupan sekolah ini mengakibatkan pembelajaran secara daring. Pembelajaran daring sendiri mengakibatkan orang tua menjadi stress. Stres merupakan pengalaman subyektif yang didasarkan pada persepsi seseorang terhadap situasi yang dihadapinya. Stres berkaitan dengan kenyataan yang tidak sesuai dengan harapan atau situasi yang menekan. Kondisi ini mengakibatkan perasaan cemas, marah dan frustrasi. Stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan (3). Stress tersebut disebabkan oleh kurangnya pemahaman materi oleh orang tua, pengeluaran orang tua juga akan meningkat akibat peningkatan pembelian kuota internet, kesulitan orang tua dalam menimbulkan minat belajar anak, tidak memiliki waktu untuk mendampingi anak karena harus bekerja, orang tua tidak sabar dalam menampingi anak saat belajar dirumah, kesulitan orang tua dalam mengoperasikan gadget, dan kendala terkait jangkauan layanan internet(7). Kondisi tersebut jika terjadi terus menerus akan berdampak stress pada orang tua. Lazarus dan Folkman (dalam Evanjeli, 2012) yang menjelaskan stress sebagai kondisi individu yang dipengaruhi oleh lingkungan. Kondisi stress terjadi karena ketidak seimbangan antara tekanan yang dihadapi individu dan kemampuan untuk menghadapi tekanan tersebut. Individu membutuhkan energi yang cukup untuk menghadapi situasi stress agar tidak mengganggu kesejahteraan mereka.

Upaya mengurangi tingkat stress sangat diperlukan orang tua, karena stress memang tidak dapat dihindari, akan tetapi dapat diminimalisir dengan bertindak positif. Dalam kendala terkait pemahaman materi dan penggunaan gadget oleh orang tua bisa diatasi atau diminimalisir dengan adanya musyawarah antara orang tua dan guru, supaya guru bisa memberikan alternatif lain kepada orang tua dengan pemberian media materi yang bisa diipahami orang tua maupun murid. Masukan-masukan dari guru sangat bermanfaat untuk mengatasi rasa sulit yang dialami oleh orang tua, guru juga bisa memberikan pekerjaan siswa melalui pesan singkat kepada orang tua dan membantu anak untuk menyelesaikannya(7). Terkait dengan kurangnya waktu orang tua dan orang tua yang tidak sabar terhadap anak orang tua perlu menggunakan berbagai cara yang baik untuk mengatur waktu dan mengelola emosi agar tidak menambah tekanan stress orang tua. Upaya membantu dalam kelangsungan pembelajaran jarak jauh selama pandemi Menteri Pendidikan dan Kebudayaan meresmikan kebijakan tentang bantuan kuota data internet tahun 2020 (Kemendikbud,2020) sehingga dapat membantu pengeluaran orang tua untuk pembelian kuota internet. Peran pekerja sosial atau tenaga medis juga dibutuh untuk dapat membantu orang tua mengaatasi tingkat stress yang mereka alami selama pembelajaran daring anak di masa pandemi Covid-19. Tenaga medis dapat memberikan layanan psikososial online untuk orang tua yang mendampingi anak di rumah, seperti konseling keluarga, terapi keluarga yang di lakukan orang tua dan anak-anak dapat melakukannya, dan meningkatkan ketahanan keluarga selama Covid-19 (6)

Berdasarkan uraian diatas tentang kegiatan pembelajaran daring selama pandemi membuat orang tua mengalami stres maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Tingkat Stress Orang Tua Selama Pembelajaran Daring Dimasa Pandemi COVID-19 di Desa Trembes Kecamatan Malo Kabupaten Bojonegoro tahun 2020”.

#### **Metode Penelitian**

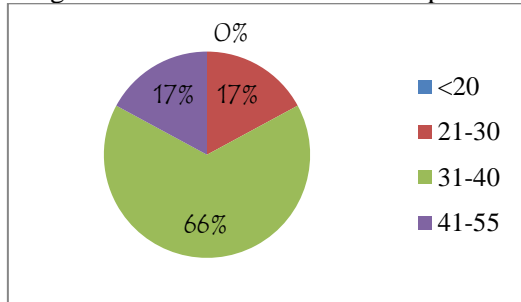
Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif. Desain penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan tingkat stres yang dialami orang tua selama pembelajaran daring dimasa pandemi Covid-19. Populasi penelitian ini adalah seluruh

orang tua yang memiliki anak usia sekolah di desa Trembes kecamatan Malo kabupaten Bojonegoro dengan jumlah 148 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah Non probability sampling dengan jenis pengambilam sampel menggunakan Purposive Sampling dengan jumlah 76 responden. Data penelitian diambil dengan menggunakan kuesioner DASS-42 (Depression Anxiety Stress Scale 42) dalam mengukur tingkat stres orang tua. Pengolahan data dan teknik analisa data *Editing, Coding, Scoring, Tabulating*, yang disajikan secara deskriptif.

## Hasil dan Pembahasan

### 1. Data Umum

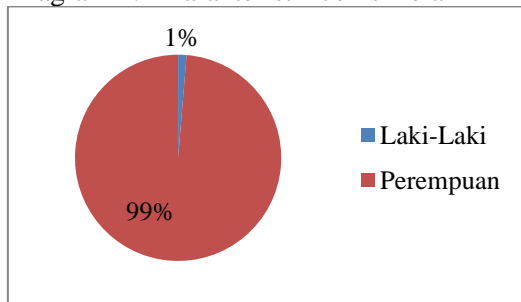
Diagram 1.1 Karakteristik Usia Responden



Sumber: Data Primer, 2021

Diagram 1.1 menunjukkan bahwa lebih dari sebagian usia responden adalah usia 31-40 tahun berjumlah 50 orang (65,8%).

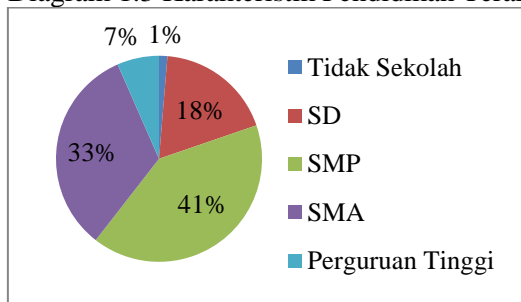
Diagram 1.2 Karakteristik Jenis Kelamin Responden



Sumber: Data Primer, 2021

Diagram 1.2 menunjukkan bahwa mayoritas berjenis kelamin perempuan sejumlah 75 orang (98,7%)

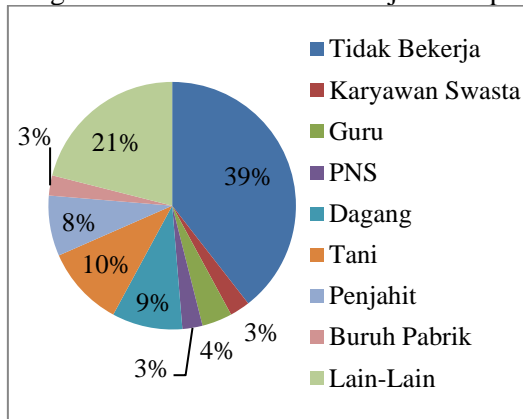
Diagram 1.3 Karakteristik Pendidikan Terakhir Responden



Sumber: Data Primer, 2021

Diagram 1.3 menunjukkan bahwa tingkat pendidikan terakhir responden terbanyak adalah SMP/Sederajat sebanyak 31 orang (40,8%) dan tingkat pendidikan paling sedikit adalah tidak sekolah sebanyak 1 orang (1,3%)

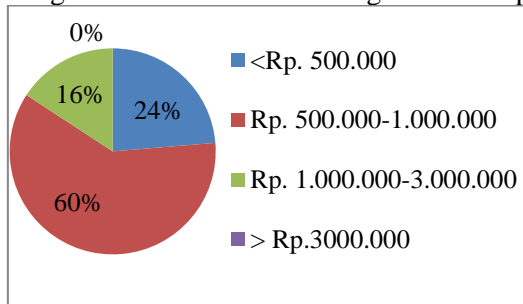
Diagram 1.4 Karakteristik Pekerjaan Responden



Sumber: Data Primer, 2021

Diagram 1.4 menunjukkan bahwa pekerjaan responden terbanyak adalah tidak bekerja sebanyak 30 orang (39,5%) dan pekerjaan paling sedikit adalah PNS dan karyawan swasta masing-masing sebanyak 2 orang (2,6%).

Diagram 1.5 Karakteristik Penghasilan Responden



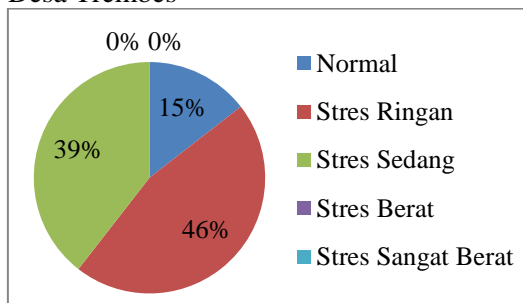
Sumber: Data Primer, 2021

Diagram 1.5 menunjukkan bahwa sebagian besar penghasilan responden adalah Rp. 500.000-Rp. 1.500.000 sebanyak 46 orang (60,5%).

## 2. Data Khusus

Data khusus yang disajikan dibawah ini adalah hasil pengukuran tingkat stres orang tua selama pembelajaran daring dimasa pandemi Covid-19 di Desa Trembes Kecamatan Malo Kabupaten Bojonegoro yang dibedakan menjadi 5 kategori yang terdiri dari normal (tidak stres), stres ringan, stres sedang, stres berat, stres sangat berat. Berikut tabel data tingkat stres orang tua selama pembelajaran daring dimasa pandemi Covid-19 di Desa Trembes Kecamatan Malo Kabupaten Bojonegoro.

Diagram 2.1 Tingkat stres orang tua selama pembelajaran daring dimasa pandemi Covid-19 di Desa Trembes



Sumber: Data Primer, 2021

Diagram 2.1 diketahui bahwa tingkat stres orang tua selama pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 di Desa Trembes Kecamatan Malo Kabupaten Bojonegoro sebagian

besar mengalami tingkat stres ringan dengan jumlah 35 responden (46,1%), tingkat stres sedang dengan jumlah 30 responden (39,5%).

### **Pembahasan**

Stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan(3). Stres merupakan tuntutan eksternal yang mengenai seseorang misalnya objek dalam lingkungan atau suatu stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya, stress juga bisa diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang (2).

Dampak stres yang ditimbulkan adalah dampak psikologis yang berupa kelelahan emosi, jenuh, penghayatan ini merupakan tanda pertama dan punya peran sentral bagi terjadinya burn-out, Kewalahan/kelelahan emosi, kita dapat melihat adanya kecenderungan yang bersangkutan (3).

Pembelajaran yang dilakukan secara daring atau jarak jauh menjadikan sebagian orang tua mengalami kesulitan. Karena aktivitas ini adalah termasuk hal baru yang harus diterima. Orang tua merasakan adaptasi baru ini, tidak menutup kemungkinan beberapa mengalami kendala dan masalah yang sebelumnya tidak pernah dipikirkan akan terjadi begitu saja. Seperti halnya harus membagi waktu dengan pekerjaan, aktivitas rumah dan harus melakukan pengawasan pembelajaran anaknya selama pembelajaran di rumah.

Jika merujuk pada hasil data yang telah peneliti lakukan, sebanyak 40,8 % orang tua adalah lulusan SMP, 32,9% lulusan SMA, 6,6% lulusan Perguruan Tinggi, 18,4% lulusan SD, dan 1,3 tidak bekerja. Dimana hal itu juga akan mempengaruhi sumber daya manusia yang dimiliki orang tua berbeda-beda. Sumber daya manusia yang berbeda ini juga akan melahirkan kendala yang berbeda dalam proses pendampingan belajar anak-anaknya di masa pandemi.

Selain tingkat sumber daya manusia yang berbeda. Dengan adanya pembelajaran jarak jauh ini juga berpotensi menghambat pemasukan dalam keluarga. Orang tua yang awalnya bekerja harus membagi waktunya untuk menemani anaknya. Secara tidak langsung itu berdampak pada kondisi ekonomi keluarga.

Sebanyak 39,5% responden menjawab tidak bekerja. Hal ini juga akan mempengaruhi tingkat kegelisahan yang meningkat terhadap orang tua. Apalagi jika di dalam keluarga tidak ada kerja sama dan komunikasi yang baik. Menurunnya pendapat akan menjadikan orang tua frustrasi dan menahan tekanan yang tidak sesuai dengan yang diharapkan.

Ketika kondisi ekonomi yang tidak stabil mengharuskan orang tua juga menyediakan fasilitas baik pada anaknya saat pembelajaran, hal ini juga akan memicu ketidakstabilan emosi yang dihadapi oleh orang tua. Dengan kondisi ini juga menyebabkan orang tua beranggapan bahwa anaknya menjadi beban baginya.

Beberapa hal yang perlu diperhatikan atau dipelajari oleh orang tua adalah, tidak melulu mengharuskan anak untuk paham keseluruhan isi pembelajaran. Juga tidak menuntut anak untuk bisa menyelesaikan pekerjaan sekolah sesuai dengan kemauan orang tua. Biarkan anak untuk belajar dengan kemampuannya, orang tua mendampingi dengan memberikan dukungan serta menghiasi proses belajar anak dengan menyenangkan. Memberikan arahan supaya belajarnya teratur dan tidak harus semuanya baik, asal memiliki kedisiplinan dan memahami kebutuhan anak.

Berdasarkan skor total kuesioner stres menunjukkan bahwa kurang dari setengah orang tua selama pembelajaran daring di desa Trembes mengalami stres ringan dengan jumlah 35 responden (46,1%), tingkat stres sedang dengan jumlah 30 responden (39,5%). Berdasarkan karakteristik data yang diambil mayoritas sejumlah 75 orang (98,7%) berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan rata-rata usia responden adalah rentang usia 31-41 berjumlah 50 orang (65,8%) dan rata-rata pendidikan terakhir responden adalah SMP/Sederajat sebanyak 31 orang (40,8%).

Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Susilowati & Azzasyofia, 2020) tentang tingkat stres orang tua menghadapi anak belajar di rumah di awal pandemic covid-19 di Indonesia menunjukkan bahwa 75,34 % orang tua mengalami stres sedang, 10,31 orang tua mengalami stres berat, dan 14,35% orang tua mengalami stres ringan.

Melihat prosentase hasil data penelitian didapati bahwa prosentase tertinggi yang dialami orang tua adalah stres ringan dan stres sedang. Dengan mayoritas responden adalah perempuan. Dengan hasil 46,1% stres ringan dan 39,5% stres sedang yang dialami oleh responden.

Stres ringan yang dialami perempuan ini kemungkinan dipengaruhi karena adanya keberadaan pasangan (suami) sebagai partner dalam mengatasi masalahnya dan sebagai penopang dalam keluarga. Serta adanya support system yang baik dari lingkungan keluarga maupun lingkungan sekitar bisa menjadi dukungan psikologis bagi orang tua. Bisa juga kebanyakan orang tua atau responden memiliki tingkat pendidikan yang cukup tinggi sehingga mempengaruhi pola pikir mereka dalam menghadapi persoalan hidup. Stres ringan yang dialami ibu ini diantaranya sering merasa letih tanpa sebab, semangat meningkat dan memiliki banyak tidur.

Stres sedang ini lebih mengarah pada situasi yang sering memicu rasa marah secara tiba-tiba dalam merespon sesuatu. Dalam hal ini saat menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan anak tidak sepenuhnya mendapatkan solusi dan menemui penyelesaian yang baik, memiliki pasangan (suami) namun tidak sepenuhnya menjadi support system yang mendukung, lingkungan rumah yang tidak menghadirkan kenyamanan sehingga banyak menjadi penyebab munculnya emosi negatif. Perasaan-perasaan tegang yang dialami adalah salah satu penyebab dari rasa ketidaknyaman yang diterima dari emosi negatif seseorang. Selain itu juga mengalami lelah yang berlebihan, menyebabkan gangguan tidur, merasa sakit, otot-otot merasa tegang. Melihat tingkatan stres yang dialami oleh orang tua dari data tersebut, khususnya ibu, ada beberapa hal yang harus dilakukan untuk meminimalisir stres supaya tidak begitu mendarah dalam diri. Perlu adanya langkah yang perlu dilakukan.

Pertama, orang tua harus banyak belajar dan beradaptasi pelan-pelan dengan kondisi yang dihadapi saat ini. Mulai belajar untuk menguasai teknologi atau media belajar yang digunakan anak, juga ikut memberikan dorongan semangat ketika anak mulai jenuh dan merasa lelah. Serta ikut memahami materi pembelajaran yang diterima oleh anaknya. Kedua, orang tua juga harus belajar membangun komunikasi yang baik dengan anak, bertanya apa kendala dan kesulitannya dalam belajar, memahami kebutuhan anak, selalu belajar untuk mengajak anak menyelesaikan persoalan yang dihadapi dengan musyawarah bersama. Komunikasi yang baik adalah bagian penting dalam kesuksesan mendampingi anak dalam belajar. Ketiga, perlu untuk belajar mengelola emosi dengan baik, artinya ketika mengalami lelah, capek atau mungkin kebingungan. Ambil jeda sejenak untuk berdiam dan mencari ketenangan. Mencoba belajar untuk jujur pada anak ketika mengalami kesulitan dalam memahami pembelajaran, supaya anak juga tidak merasakan tekanan yang dihadapi oleh orang tuannya. Dengan begitu, bisa untuk mencari bantuan lain supaya anak juga bisa belajar untuk saling minta tolong dan bekerja sama dengan orang lain. Keempat, Penyebaran atau mengapresiasi diri saat sudah cukup berat melakukan aktivitas dan menjalaninya. Perlu mengambil waktu yang tepat untuk mengapresiasi diri bersama anak supaya energinya kembali lagi. Bisa dengan melakukan istirahat, tidur sejenak, atau perlu jalan-jalan menghirup udara segar sebentar.

Ketika beberapa langkah di atas mampu dilakukan, besar kemungkinan juga akan berpengaruh pada proses pendampingan belajar pada anak. Ketika orang tua mampu memahami kebutuhan anak dan juga potensi yang dimiliki anak.

Kondisi belajar yang aman, nyaman, dan menyenangkan juga akan menjadikan anak semakin semangat dalam proses belajarnya. Selain juga akan mencapai tujuan pembelajaran yang diinginkan juga akan semakin memperkuat hubungan erat antara anak dengan orang tua.

### **Kesimpulan dan Saran**

#### **Kesimpulan**

Pembelajaran daring di masa pandemi menjadi pemicu tingkat stres pada orang tua siswa, yang mana di dalam pembelajaran daring, orang tua diharuskan untuk kebersamaan dan mengikuti materi apa yang dipelajari oleh si anak. Tidak hanya itu, pembelajaran daring juga memperbanyak tugas siswa, sehingga orang tua harus ikut mengerjakan tugas anaknya. Selain harus dihadapkan dengan mengurus pekerjaan rumah, aktivitas luar, orang tua diharuskan untuk sedia mendampingi pembelajaran daring anaknya.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa gambaran tingkat stres yang dialami orang tua selama pembelajaran daring adalah cenderung mengalami dampak psikologis yang berupa mudah marah, mudah gelisah, kesulitan untuk istirahat atau relaksasi, dan cenderung bereaksi berlebihan pada situasi. Dengan prosentase mayoritas orang tua di Desa Trembes Kecamatan Malo Kabupaten Bojonegoro mengalami tingkat stres ringan jumlah 35 responden (46,1%), selama pembelajaran daring dimasa pandemic covid-19 dengan mayoritas 75 orang (98,7%) berjenis kelamin perempuan.

### **Saran**

Saran penelitian sesuai hasil yang ditemukan adalah sebagai berikut:

#### 1. Bagi Orang Tua (responden)

Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan agar orang tua belajar membangun komunikasi yang baik dengan anak supaya tidak kesenjangan sehingga mengurangi tingkat stres yang dialami.

#### 2. Bagi Guru

Guru harus merefleksikan kembali pembelajaran yang dilakukan selama pembelajaran daring, apakah sudah mempertimbangkan aspek kebutuhan bagi siswa atau justru malah membebani siswa dan orang tua. Guru hendaknya melakukan evaluasi dan membuat inovasi baru bagaimana pembelajaran di daring bisa menyenangkan dan tidak membebani.

#### 3. Bagi Pemerintah

Kebijakan pemerintah sebaiknya harus banyak melibatkan partisipasi penerima manfaat dalam dunia pendidikan untuk menampung aspirasi supaya kebijakan yang akan dibuat menjawab kebutuhan pendidikan

#### 4. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan mengembangkan penelitian tentang tingkat stres orang tua selama pembelajaran daring dimasa pandemic covid-19 dengan skala responden yang lebih besar untuk memperoleh hasil yang lebih maksimal.

### **Daftar Pustaka**

- CNN, T. (2020). *Penutupan Sekolah Bikin Orang Tua Stres*. Jakarta: CNN Indonesia. <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20200319130418-284-484914/penutupan-sekolah-bikin-orang-tua-stres> Diakses pada Tanggal 10 September 2020
- Donsu, J. D. (2017). *Psikologi keperawatan : aspek-aspek psikologi, konsep dasar psikologi, teori perilaku manusia*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stress*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia. 24 Maret 2020. Surat Edaran Nomor 04 Tahun 2020. Tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Covid-19.
- Restino, D. E. (2020, juni 22). *Survei Pembelajaran Daring SMPN 10 Surabaya di Masa Darurat Covid-19 Kepada Orangtua Siswa. Dan Inilah Hasilnya!* Retrieved september 30, 2020, from smpn10surabaya: <https://smpn10surabaya.sch.id/survei-pembelajaran-daring-smpn-10-surabaya-di-masa-darurat-covid-19-kepada-orangtua-siswa-dan-inilah-hasilnya/>. D Diakses pada Tanggal 10 September 2020
- 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, Volume 2, Issue 3*, 1-12. <http://ijsoc.goacademica.com/index.php/ijsoc/article/view/117> Diakses pada Tanggal 10 September 2020
- 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*, 772-782. <https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/article/view/705> Diakses pada Tanggal 10 September 2020
- Yusriani, Mora, Wati, N. M., Nuryanti, T., Budi, A., Wahyuni, D., et al. (2020). *MASA-MASA COVID-19 Mengenal dan Penanganan dari Berbagai Perspektif Kesehatan*. Banten: CV. AA. RIZKY.