

## DAMPAK PELAKSANAAN PEMBELAJARAN DARING TERHADAP TINGKAT STRES ORANG TUA SD SELAMA PANDEMI COVID-19)

Rahmawati Wahyuningsih<sup>a, 1</sup>

<sup>a</sup> Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia

<sup>1</sup> Email: rhmwhyni@gmail.com

---

### Informasi artikel

Sejarah artikel  
Diterima : 21/02/2021  
Revisi : 25/02/2021  
Dipublikasikan : 21/05/2021

### Kata kunci:

Stres,  
Orang tua,  
Sekolah dasar,  
Pembelajaran daring

---

### ABSTRAK

Pandemi COVID-19 yang menyerang dunia termasuk Indonesia mengakibatkan masyarakat harus tetap di rumah saja begitupun dengan kegiatan belajar mengajar. Kegiatan pembelajaran yang awalnya dilakukan di sekolah harus beralih ke pembelajaran daring. Pembelajaran daring menjadikan peran orang tua semakin bertambah yakni menjadi guru bagi anak-anak mereka khususnya bagi orang tua yang memiliki anak usia sekolah dasar. Namun tidak semua orang tua mampu untuk menggantikan peran guru di sekolah sehingga mengakibatkan terjadinya *parenting stress*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stres orang tua yang memiliki anak usia sekolah dasar terhadap pembelajaran daring selama pandemi COVID-19. Penelitian ini merupakan penelitian studi kepustakaan yang merangkum dan menyajikan fakta dari berbagai literatur yang telah ada sebelumnya. Literatur yang digunakan berupa artikel jurnal di internet menggunakan database *Google Scholar*. Literatur yang digunakan dalam penelitian menggunakan bahasa Inggris dan bahasa Indonesia. Berdasarkan literatur-literatur yang telah di-review diperoleh bahwa pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 mengakibatkan sebagian besar orang tua mengalami stres selama mendampingi anak mereka belajar di rumah khususnya bagi ibu yang bekerja.

---

### ABSTRACT

### Key word:

Stress,  
Parents,  
Elementary school,  
Online learning

The COVID-19 pandemic that attacks the world, including Indonesia, has resulted in people having to stay at home as well as teaching and learning activities. Learning activities that were initially carried out in schools must switch to online learning. Online learning increases the role of parents, namely to become teachers for their children, especially for parents who have elementary school age children. However, not all parents are able to replace the role of teachers in school, resulting in parenting stress. This study aims to determine the level of stress of parents with elementary school aged children on online learning during the COVID-19 pandemic. This research is a literature study that summarizes and presents facts from various existing literature. The literature used is in the form of journal articles on the internet using the Google Scholar database. The literature used in the study uses English and Indonesian. Based on the reviewed literature, it was found that online learning during the COVID-19 pandemic resulted in most parents experiencing stress while accompanying their children to study at home, especially for working mothers.

---

## PENDAHULUAN

Corona virus disease (COVID-19) sudah menyerang seluruh dunia, tak terkecuali di Indonesia. Penyakit ini disebabkan oleh severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) atau biasa kita sebut sebagai virus corona. Pada tanggal 2 Maret 2020 pemerintah mengumumkan adanya kasus positif COVID-19 yang pertama kali terdeteksi di Indonesia yaitu dua warga Kota Depok, Jawa Barat terkonfirmasi tertular dari seorang warga negara Jepang. Guna memutus rantai penularan virus corona, pemerintah mengumumkan beberapa kebijakan seperti wajib menggunakan masker ketika keluar rumah,

...  
isolasi, psysical distancing, PSBB, hingga *lockdown*. Pembelajaran yang awalnya dilakukan di sekolah harus dialihkan ke rumah dengan menggunakan pembelajaran secara online atau daring. Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia pada tanggal 24 Maret 2020 mengeluarkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19) dimana pada surat edaran tersebut dijelaskan bahwa proses pembelajaran yang dilaksanakan dari rumah melalui pembelajaran daring atau pembelajaran jarak jauh bertujuan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa.

Pada jenjang sekolah dasar, pembelajaran jarak jauh atau daring menjadikan peran orang tua bertambah. Menurut Witherington (dalam Palupi, 2020) bahwa ciri perkembangan sikap individualis dimiliki pada anak usia 9-12 tahun yang merupakan tahap lanjut dari usia 6-9 tahun yang memiliki ciri perkembangan sosial yang pesat. Pada usia 9-12 tahun, siswa berupaya semakin ingin mengenal siapa dirinya dengan membandingkan dirinya dengan teman sebayanya sehingga anak akan merasa kesulitan untuk beradaptasi dengan lingkungannya apabila anak melakukannya tanpa bimbingan. Dukungan dari orang tua diperlukan untuk membantu anak beradaptasi dengan lingkungan dan kebiasaan yang baru seperti yang terjadi pada saat pandemi COVID-19.

Pada pembelajaran jarak jauh atau daring orang tua tidak hanya mendampingi dan mengawasi anak belajar akan tetapi orang tua bertambah tanggung jawabnya untuk menggantikan peran guru di sekolah. Orang tua harus memahami materi pembelajaran yang diarahkan oleh guru supaya dapat dijelaskan kembali kepada anak. Hal ini dikarenakan keterbatasan kemampuan anak yang membuatnya tak bisa mandiri dalam belajar di rumah (Palupi, 2020). Namun tidak semua orang tua mampu untuk mendampingi anaknya belajar di rumah. Terdapat orang tua yang kurang menguasai teknologi yang digunakan pada saat pembelajaran daring. Beberapa orang tua juga kesulitan pada saat pembelajaran daring karena harus melakukan WFH (Work from Home) sekaligus mendampingi serta mengajarkan materi pembelajaran kepada anak. Menurut Ratnasari & Kuntoro (dalam Listyanti & Wahyuningsih, 2020) kesulitan dalam melaksanakan tuntutan sebagai orang tua, terlebih dalam masa ini tuntutan menjadi bertambah, dapat menimbulkan parenting stress. Stres adalah suatu keadaan yang berupa gangguan fisik, mental atau emosional yang disebabkan adanya tekanan. Stress adalah respons organisme untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan-tuntutan yang berlangsung (Muslim, 2020). Berdasarkan uraian diatas maka penulis ingin menulis artikel dengan judul dampak pelaksanaan pembelajaran daring terhadap tingkat stres orang tua selama pandemi COVID-19.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak pembelajaran daring (dalam jaringan) terhadap tingkat stres orang tua sekolah dasar selama pandemi COVID-19. Penelitian ini menggunakan rancangan metode literature review. Metode literature review dilakukan dengan cara merangkum hasil-hasil penelitian primer dalam penyajian fakta yang komprehensif dan berimbang. Pencarian data menggunakan database yaitu Google Scholar yang berupa jurnal penelitian. Kata kunci yang digunakan adalah tingkat stress, orang tua, SD, pembelajaran daring, pandemi. Literatur yang di-review dalam bahasa Inggris dan Indonesia..

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pencarian literatur melalui publikasi Google Scholar didapatkan artikel sebanyak 553 kemudian dilakukan skrining yang kemudian didapatkan 2 artikel yang sesuai. Literatur-literatur yang dipakai melibatkan penelitian pada stres yang dialami orang tua

**Tabel I.** Nama penulis dan tahun, intisari dari jurnal, dan hasil penelitian

Nama Penulis / Tahun / Judul	Intisari dari Jurnal	Hasil Penelitian
Palupi, T. N. (2021). Tingkat stres ibu dalam mendampingi siswa-siswi sekolah dasar selama belajar di rumah pada masa pandemi covid-19. <i>Jurnal psikologi pendidikan dan pengembangan sdm, 10(1)</i> , 36-48.	Penelitian ini merupakan upaya untuk mengetahui tingkat stress ibu dalam mendampingi anak mereka yang masih berada di jenjang sekolah dasar selama pembelajaran di rumah pada saat pandemi COVID-19	Dari hasil penelitian tersebut dapat diperoleh informasi bahwa 7,86% ibu mengalami stres sangat rendah, 51,69% mengalami stres rendah, 30,34% mengalami stres sedang, 39,33% mengalami stres tinggi, dan 2,25% ibu mengalami stres sangat rendah.

---

Susilowati, E., & Azzasyofia, M. Meneliti tingkat stres orang tua Hasil penelitian (2020). The Parents Stress Level in dalam menghadapi anak yang menunjukkan bahwa Facing Children Study From Home belajar dari rumah pada awal sebanyak 10,31% orang tua in the Early of COVID-19 pandemi COVID-19 di mengalami stres tinggi, Pandemic in Indonesia. Indonesia 75,34% orang tua mengalami stres sedang, dan *International Journal of Science and Society*, 2(3), 1-12. 14,35% mengalami stres rendah.

---

## PEMBAHASAN

### Pengawasan Orang Tua

Penelitian yang dilakukan oleh Susilowati dan Azzasyofia (2020) mengatakan bahwa sebanyak 37% orang tua yang memiliki anak yang berada di bangku sekolah dasar merasa bahwa sekolah memberikan banyak tugas kepada anak mereka. Menurut hasil survey yang dilakukan oleh Tanoto Foundation (dalam Palupi, 2021) terdapat tiga masalah yang dihadapi oleh orang tua dalam mendampingi anak selama belajar di rumah yaitu, sebanyak 56% orang tua mengakui bahwa mereka kurang sabar dan merasa jenuh dalam menangani kemampuan dan konsentrasi anak yang berada di jenjang sekolah dasar. Kedua, sebanyak 19% orang tua yang memiliki anak usia sekolah dasar merasa kesulitan dalam menjelaskan materi pelajaran kepada anak. Ketiga, sebanyak 15% orang tua yang memiliki anak sekolah yang berada di bangku sekolah dasar mengalami kesulitan dalam memahami materi pelajaran anak mereka. Tingkat pendidikan ibu sebagai pendamping anak ketika belajar di rumah akan mempengaruhi kualitas yang diberikan oleh ibu dalam mendampingi anak selama pembelajaran daring.

Pada penelitian Susilowati dan Azzasyofia (2020) mengatakan bahwa orang tua yang memiliki anak sekoalh dasar merasa terbebani dengan adanya pembelajaran daring khususnya ibu yang bekerja karena harus mendampingi anak mereka belajar di rumah. Penelitian tersebut juga menyebutkan bahwa anak usia SD membutuhkan lebih banyak pendampingan orang tua dalam menjalankan pembelajaran di rumah daripada peserta didik yang berada di bangku SMP dan SMA.

### Tingkat Stres

Penelitian Palupi (2021) menunjukkan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan sarjana memiliki tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan dengan ibu yang memiliki tingkat pendidikan sekolah

menengah. Selain itu, tingkat pendidikan orang tua juga akan mempengaruhi kemampuan orang tua dalam memahami permasalahan yang muncul dalam bidang akademik.

Penelitian Susilowati dan Azzasyofia (2020) mengatakan bahwa tingkat ketergantungan anak sekolah dasar kepada orang tua cukup tinggi karena media pembelajaran yang digunakan berupa buku pembelajaran dimana tugas yang harus dikerjakan oleh siswa terdapat di dalam buku tersebut yang kemudian diserahkan kepada guru. Dalam mengerjakan tugas yang diberikan, orang tua juga harus membantu membaca dan membantu mengirimkan tugas kepada guru anak mereka yang berada di bangku sekolah dasar yang sebelumnya kegiatan tersebut mereka serahkan kepada guru dan tutor sehingga hal tersebut menimbulkan stres orang tua. Ditambah lagi dengan seluruh anggota keluarga yang berada di rumah sepanjang hari yang mengharuskan mendapatkan pelayanan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Palupi (2021), tingkat stres yang dialami oleh orang tua selama proses pembelajaran dari rumah sedikit demi sedikit mengalami penurunan sejalan dengan usaha orang tua, guru, maupun peserta didik dalam mencari gaya belajar yang sesuai dengan kondisi mereka.

## SIMPULAN

Pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 mengakibatkan sebagian besar orang tua mengalami stres sedang khususnya bagi ibu yang bekerja. Hal tersebut diakibatkan oleh ketidaksiapan orang tua dalam menghadapi pekerjaan yang mereka kerjakan sekaligus sebagai pendamping anak usia sekolah dasar pada saat pembelajaran di rumah. Namun, stres yang dihadapi orang tua akan mengalami penurunan apabila orang tua, guru, dan peserta didik bersinergi untuk menemukan gaya yang belajar yang sesuai dengan kondisi.

## REFERENSI

- Handayani, S. (2020). Pengukuran Tingkat Stres Dengan Perceived Stress Scale–10: Studi Cross Sectional Pada Remaja Putri Di Baturetno. *Jurnal keperawatan gsh*, 9(1), 1-6.
- Listyanti, H., & Wahyuningsih, R. (2021). Manajemen Stres Orangtua Dalam Pendampingan Pembelajaran Daring. *Literasi: Jurnal Kajian Keislaman Multi-Perspektif*, 1(1), 23-48.
- Muslim, M. (2020). Manajemen stress pada masa pandemi covid-19. *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192-201.
- Nugrahani, S. (2015). Hubungan parenting stress dengan kecenderungan perilaku kekerasan terhadap anak (*Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang*).
- Palupi, T. N. (2020). Tingkat Stres pada Siswa-Siswi Sekolah Dasar dalam Menjalankan Proses Belajar di Rumah Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM*, 9(2), 18-29.
- 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
- 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.