



ANALISIS STRES DAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES ORANGTUA DALAM MENDAMPINGI ANAK BELAJAR DI RUMAH PADA MASA PANDEMI COVID-19

Silvia Yula Wardani*, Noviyanti Kartika Dewi, Ibnu Mahmudi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Madiun, Jl. Setiabudi No.85, Kanigoro, Kec.

Kartoharjo, Kota Madiun, Jawa Timur 63118, Indonesia

*silviawardani@unipma.ac.id

ABSTRAK

Pada masa pandemic sekarang ini orangtua dituntut mampu mendampingi anak selama belajar di rumah. Tugas baru ini sedikit banyak menambah beban pikiran orangtua dan mendorong terjadinya stres pada orangtua. Stres merupakan reaksi fisiologis dan psikologis yang ditunjukkan seseorang ketika ia merasakan adanya ketidak seimbangan antara tuntutan yang dihadapi dan kemampuan yang dimiliki untuk mengemenuhi tuntutan tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat stres dan factor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stres pada orangtua dalam mendampingi anak belajar di rumah selama pandemi. Penelitian ini menggunakan desain atau jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian survey. Populasi dalam penelitian ini adalah orangtua atau wali murid siswa Aisyiyah Bustanul Atfal 7 Kota Madiun. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah random sampling dan berjumlah 34 orang. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Depression Anxiety Stress Scale* sub skala stres. Pengumpulan data dilaksanakan secara daring dengan menyebarkan skala melalui google form. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariate. Variabel penelitian dalam penelitian ini antara lain stres, usia, jumlah anak, pekerjaan dan tingkat pendidikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) tidak ada hubungan antara usia dengan tingkat stres orangtua selama mendampingi anak belajar dari rumah, (2) tidak ada hubungan antara jumlah anak dengan tingkat stres orangtua selama mendampingi anak belajar di rumah, (3) tidak ada hubungan antara pekerjaan dengan tingkat stres orangtua selama mendampingi anak belajar di rumah, (4) tidak ada hubungan pendidikan orangtua dengan tingkat stres orangtua selama mendampingi anak belajar di rumah.

Kata kunci: pandemi covid 19; orangtua; stres

STRESS ANALYSIS AND FACTORS AFFECTING PARENTS' STRESS IN HELPING CHILDREN STUDY AT HOME DURING THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRACT

During the current pandemic, parents are required to be able to accompany their children while studying at home. This new task more or less adds to the burden on parents' minds and encourages stress on parents. Stress is a physiological and psychological reaction shown by a person when he feels an imbalance between the demands he faces and his ability to fulfill these demands. The purpose of this study was to determine the level of stress and the factors that influence the occurrence of stress on parents in accompanying children to study at home during the pandemic. This study uses a quantitative research design or type with a survey research design. The population in this study were parents or guardians of students of Aisyiyah Bustanul Atfal 7 Madiun City. The sampling technique used in this study was random sampling and totaled 34 people. The instrument used in this study is the Depression Anxiety Stress Scale, the stress sub scale. Data collection is carried out online by distributing the scale through Google Forms. The data analysis technique used in this research is univariate analysis and bivariate analysis. Research variables in this study include stress, age, number of children, occupation and education level. The results showed that (1) there was no relationship between age and the stress level of parents while accompanying children to study from home, (2) there was no relationship

between the number of children and the stress level of parents while accompanying children to study at home, (3) there was no the relationship between work and the stress level of parents while accompanying children to study at home, (4) there is no relationship between parental education and the stress level of parents while accompanying children to study at home.

Keywords: covid 19 pandemic; parent; stress

PENDAHULUAN

Di dunia saat ini sedang digegerkan dengan adanya virus yang mematikan yaitu virus corona atau Covid 19. Corona mulai muncul di awal tahun 2019 yang berawal dari negara China khususnya kota Wuhan. Covid 19 mulai masuk di Indonesia pada Maret tahun 2020. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan seketika mengeluarkan surat edaran tentang pembelajaran dari rumah dan bekerja dari rumah untuk mencegah penyebaran virus Covid 19. Sejak dikeluarkannya surat edaran tersebut pembelajaran tatap muka di sekolah diberhentikan hingga saat ini. Pembelajaran dari rumah adalah solusi untuk melanjutkan kegiatan belajar mengajar (Rachmat, 2020; dalam Dewantara & Heru, 2021). Pembelajaran online dapat dilaksanakan dengan menggunakan berbagai media diantaranya google class rom, zoom, google meet, dan lain-lain. Pembelajaran dari rumah dilaksanakan murid atau peserta didik dari rumah dengan didampingi oleh orangtua. Pembelajaran dari rumah membuat banyak pihak merasa kebingungan diantaranya guru, pemangku kebijakan dan juga orangtua. Pada pembelajaran di sekolah tonggak atau kendali pada guru di kelas, sedangkan pembelajar dari rumah kendali berada pada orangtua. Peran orangtua mendampingi anak selama belajar dari rumah sangat penting dan menentukan keberhasilan dalam mencapai tujuan pendidikan.

Peran orangtua dalam mendampingi anak selama belajar dari rumah salah satunya adalah mendampingi anak pada saat mengerjakan tugas sekolah. Menurut Mattewakkang, (2020) dalam (Kurniati et al., 2021) dalam proses belajar di rumah (BDR), diharapkan guru dan orangtua dapat mencapai pendidikan yang tidak hanya berfokus pada prestasi akademik atau kognitif, tetapi juga mencapai prestasi. Pendidikan yang bermakna membutuhkan saling pengertian antara pemerintah, sekolah dan masyarakat Masyarakat dan ketiga elemen tersebut harus bekerja sama. Mendampingi anak selama belajar dari rumah menjadi beban baru bagi orangtua. Hal ini terjadi dikarenakan adanya tugas baru yang harus dilakukan orangtua demi keberhasilan anak, dan orangtua harus menyediakan waktu untuk mendampingi anak selama belajar dari rumah. (Muslim et al., 2020) menyebutkan bahwa beberapa alasan yang menyebabkan orangtua kesulitan dalam mendampingi kegiatan belajar di rumah adalah karena orangtua punya pekerjaan untuk mencari nafkah, memiliki penguasaan teknologi yang kurang, serta karena rendahnya tingkat pendidikan orangtua. Berbagai situasi dan kondisi tersebut mau tidak mau akan memicu stresor pada orangtua siswa. Sebelum menyebarnya virus Covid 19 pendampingan belajar dilakukan oleh guru di sekolah, dan setelah menyebarnya virus covid 19 pendampingan belajar mau tidak mau harus digantikan oleh orangtua di rumah.

Pelaksanaan belajar di rumah pada pelaksanaannya ternyata banyak menemui kendala, diantaranya banyak orangtua yang mengaku kewalahan dalam menemani anaknya selama belajar di rumah (Jatira & Neviyarni, 2021). Belajar dari rumah memerlukan banyak dukungan dari orangtua baik secara moral maupun finansial. Dukungan moral yang diperlukan dari orangtua antara lain selalu menyemangati anak dalam melaksanakan kegiatan belajar dari rumah dan memberi dukungan secara psikologis pada anak. Dukungan finansial dari orangtua yang dibutuhkan dalam kegiatan belajar dari rumah antara lain pemenuhan fasilitas belajar anak seperti meja belajar, kuota internet dan juga alat belajar daring seperti handphone atau laptop. Hal semacam ini akan membuat orangtua merasa lebih terbebani.

Beban yang ditanggung oleh orangtua saat kegiatan belajar dari rumah akan menyebabkan timbulnya perasaan cemas dan stres dialami oleh orangtua.

Stres sebenarnya merupakan reaksi tubuh dan psikis individu terhadap tuntutan-tuntutan lingkungan (Yogyakarta et al., 2019). Dengan demikian stres sebenarnya adalah reaksi wajar yang bisa dialami oleh siapa saja dimanapun dan kapanpun berada. (Seyle dalam Musabiq & Karimah, 2018) mengungkapkan bahwa stres merupakan hal yang sering ditemui dan sulit untuk dihindari dalam kehidupan sehari-hari. Mengutip dari *The Impact of Quarantine and Physical Distancing Following COVID-19 on Mental Health: Study Protocol of a Multicentric Italian Population Trial*, dalam kelompok karantina COVID-19, kita harus mengantisipasi bahwa pandemi dan tindakan pembatasan kegiatan akan meningkatkan tingkat stres, kecemasan. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilaksanakan Roziika, Santoso, & Zainuddin, 2020 masa pandemic menjadi salah satu simultan timbulnya kecemasan dan stres.

Penelitian-penelitian terkait dengan stres sudah banyak ditemukan, terutama yang membahas tingkat stres dikalangan remaja, siswa dan pekerja. Pada kesempatan kali ini peneliti akan lebih focus untuk menggali penelitian terkait dengan factor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres orangtua dalam mendampingi kegiatan belajar di rumah. Berdasarkan fenomena dan kondisi yang ada di masyarakat tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul analisis stres dan factor yang mempengaruhi stres orangtua dalam mendampingi anak belajar di rumah selama pandemic. Fokus penelitian ini adalah mengetahui tingkat stres dan factor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stres pada orangtua dalam mendampingi anak belajar di rumah selama pandemi.

METODE

Desain atau jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian survey. Jenis survey yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional survey desain*. *Cross sectional survey desain* termasuk penelitian deskriptif analitik. Penelitian deskriptif adalah penelitian untuk menemukan fakta dengan interpretasi yang tepat dan penelitian analitik memiliki tujuan untuk menguji hipotesis dan mengadakan interpretasi lebih dalam tentang korelasi atau hubungan variabel. Dalam penelitian ini analitik digunakan untuk menganalisis factor yang mempengaruhi stres orangtua dalam mendampingi anak di masa pandemic. Populasi dalam penelitian ini adalah orangtua atau wali murid siswa Aisyiyah Bustanul Atfal 7 Kota Madiun. Variabel penelitian dalam penelitian ini antara lain stres, usia, jumlah anak, pekerjaan dan tingkat pendidikan. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah random sampling dan berjumlah 34 orang. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Depression Anxiety Sress Scale* sub skala stres. Pengumpulan data dilaksanakan secara daring dengan menyebarkan skala melalui google form. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariate. Analisis variat digunakan untuk analisis untuk mendeskripsikan data baik dari frekuensi maupun presentase pada masing-masing indikator. Sedangkan analisis bivariate digunakan untuk mendiskripsikan distribusi dan menguji hubungan dan perbedaan antar variabel (Arikunto, 2006).

HASIL

Desain atau jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian survey. Jenis survey yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional survey desain*. *Cross sectional survey desain* termasuk penelitian deskriptif analitik. Penelitian deskriptif adalah penelitian untuk menemukan fakta dengan interpretasi yang tepat dan penelitian analitik memiliki tujuan untuk menguji hipotesis dan mengadakan interpretasi lebih dalam tentang korelasi atau

hubungan variabel. Dalam penelitian ini analitik digunakan untuk menganalisis factor yang mempengaruhi stres orangtua dalam mendampingi anak di masa pandemic. Populasi dalam penelitian ini adalah orangtua atau wali murid siswa Aisyiyah Bustanul Atfal 7 Kota Madiun. Variabel penelitian dalam penelitian ini antara lain stres, usia, jumlah anak, pekerjaan dan tingkat pendidikan. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah random sampling dan berjumlah 34 orang. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Depression Anxiety Stress Scale* sub skala stres. Pengumpulan data dilaksanakan secara daring dengan menyebarkan skala melalui google form. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariante. Analisis variat digunakan untuk analisis untuk mendeskripsikan data baik dari frekuensi maupun presentase pada masing-masing indikator. Sedangkan analisis bivariante digunakan untuk mendiskripsikan distribusi dan menguji hubungan dan perbedaan antar variabel (Arikunto, 2006).

PEMBAHASAN

Stres pada orangtua telah didefinisikan sebagai reaksi psikologis ketika orangtua mengalami gangguan orangtua tuntutan yang tidak sesuai dengan harapan (harapan diri sendiri atau dari orang lain) atau ketika orangtua tidak memiliki sumber daya untuk memenuhi tuntutan tersebut (Holly dalam Chung et al., 2020). Stres sendiri dapat terakumulasi sebagai akibat dari berbagai faktor, diantaranya diakibatkan oleh kesulitan ekonomi, pendidikan rendah, orangtua tunggal, atau sejumlah besar tanggungan anak (Brown et al., 2020). Paparan stresor dapat menyebabkan kelelahan kognitif, emosional, dan fisik, yang pada gilirannya dapat menempatkan ketegangan yang tidak semestinya pada hubungan orangtua-anak. Mengetahu berbagai factor yang mempengaruhi stres orangtua dalam mengasuh anak akan membantu kita mengidentifikasi penyebab stres itu sendiri dan kemudain berusaha mencari jalan keluar (intervensi) dari masalah yang dihadapi. Mengasuh anak telah terbukti menjadi pekerjaan yang kompleks dan penuh tekanan sampai-sampai orangtua terkadang merasa kekurangan tenaga untuk mengasuh anak kelelahan orangtua meningkatkan risiko perilaku lalai dan kekerasan terhadap anak seseorang (Mikolajczak et al., 2018). Hasil penelitian mengungkap beberapa factor yang mempengaruhi stres orangtua dalam mendampingi anak belajar di rumah selama masa pandemi.

Analisis Faktor Usia Terhadap Stres Orangtua dalam Mendampingi Anak Belajar di Rumah pada Masa Pandemi

Stres merupakan reaksi fisiologis dan psikologis yang ditunjukkan seseorang ketika ia merasakan adanya ketidak seimbangan antara tuntutan yang dihadapi dan kemampuan yang dimiliki untuk mengamemenuhi tuntutan tersebut (Buanasari, 2019). Usia dirasa merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi stres orangtua. Sama dengan yang disampaikan (Islam et al., 2020) bahwa demografi seperti pekerjaan, umur, jenis kelamin dan status perkawinan berpengaruh signifikan terhadap stres mental.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara stres kerja dan factor usia. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari (Ansori & Martiana, 2017) mengungkapkan bahwa usia memiliki hubungan yang cukup kuat dan tidak searah dengan timbulnya stres kerja, hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah usia individu maka stres kerjanya semakin tinggi. seseorang yang sudah berusia dewasa biasanya sudah mampu mengontrol stres dibandingkan usia anak-anak dan usia lanjut. Hal ini karena dengan bertambahnya usia individu maka pengalaman yang dimiliki untuk mengatasi berbagai masalah atau tekanan yang mengganggu juga semakin adaptif, dengan demikian individu yang menginjak usia dewasa memiliki toleransi terhadap stres yang lebih baik. selain itu berdasarkan penelitian terbaru tentang wabah COVID-19, juga menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara usia dan tingkat

stres dalam sampel Tiongkok (Wang et al., 2020). Hal ini selaras juga dengan yang disampaikan (Kowal et al., 2020) yang menyebutkan bahwa meskipun orang dewasa yang lebih tua menghadapi risiko penyakit parah dan kematian yang lebih tinggi karena COVID-19 (WHO, 2020), bukti menunjukkan bahwa orang yang lebih tua orang kurang stres dan kurang terpengaruh oleh konsekuensi psikologis karantina dan isolasi sosial, sementara yang lebih muda menunjukkan tingkat stres tertinggi. Usia berkaitan dengan bagaimana seseorang menoleransi stres, artinya bahwa semakin dewasa usia individu kemampuan mentoleransi stres juga semakin baik (Nasrani & Purnawati, 2015); Rahmawati et al., 2019). Stres sendiri memiliki efek negative pada perkembangan individu, seperti yang disampaikan (Ribeiro et al., 2018) yang menyatakan bahwa stres yang berlebihan dan terus-menerus memiliki efek yang melampaui komitmen kesehatan belaka, dengan memicu berbagai penyakit, dan dapat dipastikan bahwa peristiwa somatik terkait stres ini dapat memengaruhi kualitas hidup.

Analisis Faktor Jumlah Anak Terhadap Stres Orangtua dalam Mendampingi Anak Belajar di Rumah pada Masa Pandemi

Menjadi orangtua adalah pekerjaan yang paling sulit dan paling berharga di dunia dimana orangtua memikul segudang tanggung jawab yang menantang dalam membesarkan generasi berikutnya selama masa dewasa mereka yang panjang, tetapi memiliki anak juga memberi orang dewasa rasa tujuan dan makna dalam hidup (Musick et al., 2016 ;Nelson et al., 2013;Nomaguchi & Milkie, 2020). Beberapa literature ilmiah menjelaskan bahwa norma-norma pengasuhan intensif menunjukkan bahwa pengasuhan saat ini lebih membuat stres daripada dekade sebelumnya. Pola asuh dan kesejahteraan orangtua bervariasi menurut konteks sosial, ekonomi, dan nasional. Secara umum, ibu dan ayah yang bekerja dengan anak kecil melaporkan ketegangan pengasuhan yang lebih sedikit daripada rekan-rekan mereka yang tidak bekerja (Buehler & O'Brien, 2011; Musick et al., 2016; K. M. Nomaguchi & Brown, 2011). Memiliki anak juga dapat meningkatkan tingkat stres (Kowal et al., 2020). Stres orangtua adalah hasil dari kesenjangan antara tantangan menjadi orangtua dan kemampuan yang dirasakan orangtua untuk mengatasi tantangan tersebut. Stres semacam ini mungkin lebih terasa selama wabah COVID-19, karena kebanyakan orangtua sekarang harus menyekolahkan anak-anak mereka di rumah. Stres orangtua telah dikaitkan dengan berbagai perasaan dan pikiran negatif, seperti merasa kewalahan dan tidak puas, dan juga menganggap anak itu sulit (Haskett et al., 2006). Misalnya, sebuah penelitian pada orangtua dari 94 negara menunjukkan bahwa menjadi orangtua berhubungan negatif dengan kesejahteraan (Stanca, 2012). K. Nomaguchi & Milkie, (2020) menyebutkan bahwa memahami aspek sosial dari kesejahteraan orangtua sangat penting karena kesejahteraan orangtua memiliki implikasi tidak hanya bagi orangtua itu sendiri tetapi juga untuk perkembangan anak, kesuburan, dan kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

Analisis Faktor Pekerjaan Terhadap Stres Orangtua dalam Mendampingi Anak Belajar di Rumah pada Masa Pandemi

Perbedaan status sosial ekonomi dalam masalah stres pekerjaan-keluarga tidak dapat diabaikan. Untuk pekerja berupah rendah, kontrol jadwal jarang terjadi (Bianchi, 2011). Lebih buruk lagi, dalam perekonomian 24 jam, pekerja berupah rendah di sektor jasa semakin ditempatkan pada jadwal kerja yang tidak dapat diprediksi, yang menyulitkan orangtua yang harus mengatur penitipan anak (Carrillo et al., 2017). Untuk orangtua dengan pekerjaan profesional, yang sering memiliki kontrol jadwal, masalah utama adalah kaburnya batasan pekerjaannonkerja melalui email kantor dan pemberitahuan elektronik lainnya yang memungkinkan tugas terkait pekerjaan tumpah ke waktu keluarga. Hal ini membuat mereka merasakan tekanan untuk selalu tersedia dan menghadiri pekerjaan yang dibayar sepanjang waktu (Bianchi, 2011). Dalam menghadapi tekanan ganda dari norma pekerja yang ideal dan

ideologi pengasuhan intensif, orangtua yang bekerja dengan karir profesional menggunakan berbagai strategi koping individu, termasuk memprioritaskan waktu keluarga, mengurangi kewajiban pekerjaan yang dibayar atau tidak dibayar, menghalangi pekerjaan yang dibayar atau waktu kerja yang tidak dibayar, dan memindahkan waktu kerja berbayar (Moen et al., 2013; K. Nomaguchi & Milkie, 2020). Dengan demikian orangtua dengan status social ekonomi yang lebih rendah mengalami banyak kesengsaraan dalam membesarkan anak-anak yang tidak dialami oleh keluarga berpenghasilan tinggi (K. Nomaguchi & Milkie, 2020). Hal ini senada dengan yang disampaikan (Poon, 2020) bahwa anak-anak dari keluarga berpenghasilan rendah secara tidak proporsional berisiko dalam berbagai kesulitan akademik di sekolah.

Analisis Faktor Tingkat Pendidikan Usia Terhadap Stres Orangtua dalam Mendampingi Anak Belajar di Rumah pada Masa Pandemi

Transisi menjadi orangtua mewakili periode risiko dan peluang unik dalam hal kesehatan relasional dan psikiatri, dan memahami bagaimana keadaan psikologis orang ketika mereka menjadi orangtua sangat penting untuk mendukung keluarga muda (Bliese et al., 2017). Hasil analisis selanjutnya menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pendidikan orangtua dengan tingkat stres orangtua selama mendampingi anak belajar di rumah. (Suriastini et al., 2020) dalam penelitiannya juga mengungkapkan bahwa kecemasan berbanding terbalik dengan pendidikan responden, dimana responden yang pendidikan kurang dari SMA mengalami kecemasan 64% sebaliknya yang mengenyam pendidikan universitas hanya 52%. Dengan demikian tingkat pendidikan yang tinggi cenderung menyebabkan perubahan pola pikir dan pandangan hidup individu. Perubahan pola pikir dan pandangan hidup akan membantu individu memandang suatu masalah dari sudut pandang yang beragam. Selain itu tingkat pendidikan orangtua juga mempengaruhi aspek lain seperti tingkat pengetahuan akan gizi.

Remaja dari orangtua dengan pendidikan tinggi dilaporkan makan makanan bergizi lebih sering daripada remaja dari orangtua tanpa pendidikan tinggi (Bere et al., 2008) Remaja dari orangtua dengan pendidikan tinggi juga memiliki preferensi yang lebih besar untuk makanan bergizi, pengetahuan yang lebih besar tentang rekomendasi makanan bergizi, niat yang lebih kuat untuk makan. Dengan demikian pendidikan memiliki peran penting dalam pembangunan karakter bangsa dan individu. Pendidikan seorang anak membutuhkan upaya multidimensi dimana siswa, guru, lembaga, dan orangtua semuanya memiliki peran pentingnya dalam proses belajar mereka. Pendidikan orangtua adalah kekuatan yang memotivasi seorang anak dan membuka jalan untuk masa depannya. Merupakan fakta yang diakui bahwa anak-anak dari orangtua yang berpendidikan lebih percaya diri, banyak akal dan berpengalaman daripada anak-anak yang orangtuanya tidak berpendidikan (Muhammad, 2015). Orangtua berpendidikan tinggi biasanya menunjukkan minat dan perhatian pada prestasi akademik anak-anak mereka atau prestasi dan pilihan mata pelajaran dan karir mereka selama di sekolah (Muhammad, 2015).

Analisis Stres Orangtua dalam Tinjauan Budaya Jawa

Herskovits dan Malinowski dalam (Putranto, 2013) mengemukakan bahwa segala sesuatu yang terdapat dalam masyarakat ditentukan oleh kebudayaan yang dimiliki oleh masyarakat itu sendiri. Budaya merupakan salah satu factor yang berpengaruh terhadap penelitian ini, dimana, kebetulan subjek penelitian adalah orangtua yang berasal dari suku Jawa. Suku Jawa merupakan salah satu suku terbesar di Indonesia yang memiliki falsafah budaya adiluhung. Dalam falsafah budaya Jawa tersebut terkandung nilai-nilai kehidupan, seperti norma, keyakinan, kebiasaan, konsepsi, simbol-simbol yang hidup dan berkembang dalam

masyarakat Jawa (Dewi & Anggriana, 2018). Hal yang sama diungkapkan (Putranto, 2013) bahwa konsep hidup dan falsafah jawa tentu akan memberikan pengaruh terhadap sikap dan tata cara dalam berperilaku baik dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam lingkungan pekerjaannya. Beberapa falsafah hidup masyarakat jawa yang berpengaruh pada pola pikir dan perilaku mereka diantaranya adalah *Nerima ing pandum* (Endraswara, 2018; Sumodiningrat & Wulandari, 2014); *Semeleh* (Sumodiningrat & Wulandari, 2014); *Sabar sareh mesti bakal pikoleh* (Sumodiningrat & Wulandari, 2014). Konsep nerima ing pandum mengajarkan kepada kita untuk bisa ikhlas menerima dan menghadapi segala hal yang terjadi dalam kehidupan. Falsafah semeleh juga merupakan pedoman dalam berfikir dan bertindak laku pada masyarakat suku Jawa, dimana falsafah ini memiliki arti bahwa kita harus ikhlas dengan seluruh permasalahan atau beban yang dialami, karena sudah ada Tuhan yang mengatur dan memberikan solusinya. Dengan bekal konsep ini subjek dalam penelitian ini tidak menunjukkan tingkat stres yang tinggi dalam mendampingi kegiatan belajar di rumah selama masa pandemic.

SIMPULAN

Hasil analisis penelitian terkait stres dan factor yang mempengaruhi stres orangtua dalam mendampingi anak belajar di rumah pada masa pandemic antara lain (1) tidak ada hubungan antara usia dengan tingkat stres orangtua dalam mendampingi kegiatan belajar di rumah pada masa pandemi, (2) tidak ada hubungan antara jumlah anak dengan tingkat stres orangtua dalam mendampingi kegiatan belajar di rumah pada masa pandemic, (3) tidak ada hubungan antara pekerjaan ortu dengan tingkat stres orangtua dalam mendampingi kegiatan belajar di rumah pada masa pandemic, (4) tidak ada hubungan antara tingkat pendidikan dengan tingkat stres orangtua dalam mendampingi kegiatan belajar di rumah pada masa pandemic. Hal ini bisa dipahami karena semakin dewasa usia seseorang dan semakin tinggi tingkat pendidikan individu maka semakin banyak informasi dan pengalaman dalam mengatasi dan mengelola masalah. Dengan kata lain kemampuan coping stres individu akan berkembang sesuai dengan bertambahnya usia dan tingkat pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ansori, R. R., & Martiana, T. (2017). Hubungan Faktor Karakteristik Individu Dan Kondisi Pekerjaan Terhadap Stres Kerja Pada Perawat Gigi. *The Indonesian Journal of Public Health*, 12(1), 75. <https://doi.org/10.20473/ijph.v12i1.2017.75-84>
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Bere, E., Van Lenthe, F., Klepp, K. I., & Brug, J. (2008). Why do parents' education level and income affect the amount of fruits and vegetables adolescents eat? *European Journal of Public Health*, 18(6), 611–615. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckn081>
- Bianchi, S. M. (2011). Changing families, changing workplaces. *Future of Children*, 21(2), 15–36. <https://doi.org/10.1353/foc.2011.0013>
- Bliese, P. D., Edwards, J. R., & Sonnentag, S. (2017). Supplemental Material for Stres and Well-Being at Work: A Century of Empirical Trends Reflecting Theoretical and Societal Influences. *Journal of Applied Psychology*, 102(3), 389–402. <https://doi.org/10.1037/apl0000109.supp>
- Brown, S. M., Doom, J. R., Lechuga-pe, S., Watamura, S. E., & Koppels, T. (2020). *Child Abuse & Neglect Stres and parenting during the global COVID-19 pandemic* *. August. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104699>

- Buanasari, A. (2019). Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia. *E-Journal Keperawatan(e-Kp)*, 7(2).
- Buehler, C., & O'Brien, M. (2011). Mothers' Part-Time Employment: Associations With Mother and Family Well-Being. *Journal of Family Psychology*, 25(6), 895–906. <https://doi.org/10.1037/a0025993>
- Carrillo, D., Harknett, K., Logan, A., Luhr, S., & Schneider, D. (2017). Instability of work and care: How work schedules shape child-care arrangements for parents working in the service sector. *Social Service Review*, 91(3), 422–455. <https://doi.org/10.1086/693750>
- Chung, G., Lanier, P., & Wong, P. Y. J. (2020). Mediating Effects of Parental Stress on Harsh Parenting and Parent-Child Relationship during Coronavirus (COVID-19) Pandemic in Singapore. *Journal of Family Violence*. <https://doi.org/10.1007/s10896-020-00200-1>
- Dewantara, J. A., & Heru, T. N. (2021). Efektivitas Pembelajaran Daring di Masa Pandemi COVID 19 Bagi Mahasiswa Universitas PGRI Yogyakarta. *Jurnal Basicedu*, 5(1), 367–375.
- Dewi, N. K., & Anggriana, T. M. (2018). Choice Therapy Berbasis Falsafah Budaya Jawa Sebagai Alternatif Untuk Meningkatkan Survival Ability Korban Bencana Alam. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 4(2), 36–49.
- Endraswara, S. (2018). *Berfikir Positif Orang Jawa*. Narasi.
- Haskett, M. E., Ahern, L. S., Ward, C. S., & Allaire, J. C. (2006). Factor structure and validity of the parenting stress index-short form. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 35(2), 302–312. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3502_14
- Islam, S. M. D. U., Bodrud-Doza, M., Khan, R. M., Haque, M. A., & Mamun, M. A. (2020). Exploring COVID-19 stress and its factors in Bangladesh: A perception-based study. *Heliyon*, 6(7), 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04399>
- Jatira, Y., & Neviyarni, S. (2021). *EDUKATIF : JURNAL ILMU PENDIDIKAN Fenomena Stres dan Pembiasaan Belajar Daring Dimasa Pandemi Covid-19*. 3(1), 35–43.
- Kowal, M., Coll-Martín, T., Ikizer, G., Rasmussen, J., Eichel, K., Studzińska, A., Koszałkowska, K., Karwowski, M., Najmussaib, A., Pankowski, D., Lieberoth, A., & Ahmed, O. (2020). Who is the Most Stressed During the COVID-19 Pandemic? Data From 26 Countries and Areas. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 12(4), 946–966. <https://doi.org/10.1111/aphw.12234>
- Kurniati, E., Alfaeni, D., & Andriani, F. (2021). Analisis Peran Orangtua dalam Mendampingi Anak di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 241–256.
- Mikolajczak, M., Brianda, M. E., Avalosse, H., & Roskam, I. (2018). Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence. *Child Abuse and Neglect*, 80(October 2017), 134–145. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.03.025>
- Moen, P., Lam, J., Ammons, S., & Kelly, E. L. (2013). Time Work by Overworked Professionals: Strategies in Response to the Stress of Higher Status. *Work and*

Occupations, 40(2), 79–114. <https://doi.org/10.1177/0730888413481482>

- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stres dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 74. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Musick, K., Meier, A., & Flood, S. (2016). How Parents Fare: Mothers' and Fathers' Subjective Well-Being in Time with Children. *American Sociological Review*, 81(5), 1069–1095. <https://doi.org/10.1177/0003122416663917>
- Muslim, A. A., Rafica, V. M., & Zainuddin, M. (2020). Pelatihan Manajemen Stres kepada Orangtua Saat Pendampingan Pembelajaran Jarak Jauh Anak Stres Management Training for Parents During Child Distance Learning Assistance Abstract. *KANGMAS: Karya Ilmiah Pengabdian Masyarakat*, 1(3).
- Nasrani, L., & Purnawati, S. (2015). PERBEDAAN TINGKAT STRES ANTARA LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN PADA PESERTA YOGA DI KOTA DENPASAR. *Medika Udayana*, 4(12). <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/18109>
- Nelson, S. K., Kushlev, K., English, T., Dunn, E. W., & Lyubomirsky, S. (2013). In Defense of Parenthood: Children Are Associated With More Joy Than Misery. *Psychological Science*, 24(1), 3–10. <https://doi.org/10.1177/0956797612447798>
- Nomaguchi, K. M., & Brown, S. L. (2011). Parental strains and rewards among mothers: The role of education. *Journal of Marriage and Family*, 73(3), 621–636. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2011.00835.x>
- Nomaguchi, K., & Milkie, M. A. (2020). Parenthood and Well-Being: A Decade in Review. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 198–223. <https://doi.org/10.1111/jomf.12646>
- Poon, K. (2020). The impact of socioeconomic status on parental factors in promoting academic achievement in Chinese children. *International Journal of Educational Development*, 75(December 2019), 102175. <https://doi.org/10.1016/j.ijedudev.2020.102175>
- Putranto, C. (2013). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja : Studi Indigenous Pada Guru Bersuku Jawa. *Journal of Sosial and Industrial Psychology*, 2(2), 12–17.
- Rahmawati, M. N., Rohaedi, S., & Sumartini, S. (2019). Tingkat Stres Dan Indikator Stres Pada Remaja Yang Melakukan Pernikahan Dini. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 5(1), 25–33. <https://doi.org/10.17509/jpki.v5i1.11180>
- Ribeiro, Í. J. S., Pereira, R., Freire, I. V., de Oliveira, B. G., Casotti, C. A., & Boery, E. N. (2018). Stres and Quality of Life Among University Students: A Systematic Literature Review. *Health Professions Education*, 4(2), 70–77. <https://doi.org/10.1016/j.hpe.2017.03.002>
- Roziika, A., Santoso, M. B., & Zainuddin, M. (2020). PENANGANAN STRES DI MASA PANDEMI COVID-19 DENGAN METODE EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (EFT). *Jurnal Pekerjaan Sosial*, 3(2), 121–130.
- Stanca, L. (2012). Suffer the little children: Measuring the effects of parenthood on well-

- being worldwide. *Journal of Economic Behavior and Organization*, 81(3), 742–750. <https://doi.org/10.1016/j.jebo.2010.12.019>
- Sumodiningrat, G., & Wulandari, A. (2014). *1001 Pitutur Luhur untuk menjaga Martabat dan Kehormatan Bangsa dengan Nilai-Nilai Kearifan Lokal*. PT Buku Seru.
- Suriastini, W., Sikoki, B., & Listiono. (2020). Gangguan kesehatan mental meningkat tajam: Sebuah panggilan meluaskan layanan kesehatan jiwa. *SurveyMETER*, 20(2), 4.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *Qjm*, 113(5), 311–312. <https://doi.org/10.1093/QJMED/HCAA110>
- WHO. (2020). Report of the WHO-China Joint Mission on Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). *The WHO-China Joint Mission on Coronavirus Disease 2019, 2019*(February), 16–24. <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/who-china-joint-mission-on-covid-19-final-report.pdf>
- Yogyakarta, N. S., Widayati, R. W., Syafitri, E. N., & Wiyani, C. (2019). Manajemen Stres Sebagai Upaya Meminimalkan Resiko Bencana Sosial pada Siswa di SMP Negeri 2 Stres Management As An Effort To Minimize Social Disaster Risk In Students At Middle School Ngemplak. *Seminar Nasional UNRIYO : Meningkatkan Kemampuan Literasi Digital Dalam Publikasi Ilmiah Di Era Revolusi Industri 4.0*, 205–210.