

Mekanisme Koping dan Tingkat Stres Ibu Rumah Tangga Terhadap Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ)

Reny Setia Waty^{a,1,*}, Jesika Pasaribu^{a,2}, Sada Rasmada^{a,3}

^a STIK Sint Carolus, Jalan Salemba Raya No.41, Jakarta Pusat, 10440, Indonesia

¹ renysetiawaty10@gmail.com*; ² pasariboe.jesika@gmail.com; ³ sada.8121986@gmail.com

* Penulis Korespondensi

INFORMASI ARTIKEL

Riwayat Artikel

Diterima 08 Februari 2022

Direvisi 15 Juni 2022

Disetujui terbit 12 Juli 2022

Kata Kunci

Ibu rumah tangga; Mekanisme koping;
Tingkat stres: anak SD; Pembelajaran
jarak jauh (PJJ)

Article History

Received February 08, 2022

Revised June 15, 2022

Approved published July 12 2022

Keywords

Coping mechanism; Housewife; Stress
level: primary school: Study From Home
(SFH)

ABSTRAK

Latar belakang: Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) membuat orang tua terganggu pikirannya karena belum dapat beradaptasi terhadap pembagian waktu antara pekerjaan dan pengawasan anak sehingga meningkatkan tingkat stres orang tua dan jika orang tua tidak bisa beradaptasi maka orang tua dapat melakukan kekerasan pada anak. **Metode:** yang digunakan adalah penelitian kuantitatif deskriptif korelasional dengan desain *cross-sectional study*. Responden dalam penelitian ini ialah ibu rumah tangga yang memiliki anak SD kelas II, III, dan IV berjumlah 86 orang. Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2021. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner The Brief-COPE untuk mengukur mekanisme koping dan Perceived Stress Scale untuk mengukur tingkat stres serta dianalisis secara univariat dan bivariat dengan menggunakan *Kendall's Tau C*. **Hasil:** penelitian ini menunjukkan bahwa mekanisme koping adaptif (93,0%) lebih banyak dibandingkan dengan mekanisme koping maladaptif (7,0%). Ibu rumah tangga yang mengalami stres tinggi sebanyak (46,5%) Terdapat hubungan yang tak bermakna antara mekanisme koping dan tingkat stres diperoleh nilai (p value = 0,943 (α = < 0,05). Rekomendasi penelitian diharapkan agar ibu rumah tangga dapat mempertahankan dan mengelola *stressor* yang dihadapi selama metode Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) berlangsung di masa pandemi agar dapat menggunakan mekanisme koping yang lebih adaptif. Responden juga diharapkan dapat mengidentifikasi faktor penyebab kecenderungan penggunaan mekanisme koping maladaptif supaya bisa dicegah dan dapat beradaptasi dengan masalah yang dihadapi di situasi pandemi Covid-19.

ABSTRACT

Background: Study From Home (SFH) makes parents disturbed because they have not been able to adapt the division of time between work and supervision of children so it can increase the stress level and if parents cannot adapt then parents can abuse their child. **Methods:** Quantitative descriptive correlational with cross-sectional design. Respondents in this study were housewives who had children in SDN Cipinang Muara 21 East Jakarta class II, III, and IV with a total 86 people. The study was conducted in August 2021. The data was collected using The Brief-COPE questionnaires for measure coping mechanism and Perceived Stress Scale for measure the stress level and analyzed univariately and bivariately using *Kendall's Tau C*. **Results:** This study showed that adaptive coping mechanisms (93.0%) were more numerous than maladaptive coping mechanisms (7.0%). SDN Cipinang Muara 21 housewives experienced high stress (46.5%). There

is a meaningless relationship between coping mechanisms and stress levels (p value = 0.943 (α = < 0.05). From this study, respondents are expected to be able to manage the stressors faced during Study From Home (SFH) methods in the pandemic in order to use more adaptive coping mechanisms and be able to identify the causative factors of maladaptive coping mechanisms so they can prevent and adapt to the problems in the Covid-19 pandemic.

1. Pendahuluan

Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) adalah sistem pembelajaran yang dilakukan tanpa tatap muka secara langsung namun menggunakan aplikasi yang dapat membuat kegiatan pembelajaran tetap berjalan di tengah pandemi. Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) memiliki dampak positif dan negatif bagi stakeholder sekolah (meliputi guru dan siswa) (Adi et al., 2021). Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) membuat siswa merasa lebih nyaman untuk bertanya dan menyampaikan pendapat dalam forum yang dilaksanakan secara online (Firman & Rahayu, 2020). Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) juga melibatkan peran orang tua di rumah karena orang tua juga memiliki kewajiban terhadap pengembangan pendidikan anaknya. Oleh sebab itu, dampak Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) juga dirasakan orang tua terutama ibu rumah tangga dikarenakan tidak semua orang tua mampu mengoperasikan gadget karena ada beberapa orang tua yang keadaannya masih belum “melek” teknologi (Raihana, 2020). Penelitian sebelumnya mengungkapkan tidak semua orang tua mampu mengoperasikan gadget karena ada beberapa orang tua yang keadaannya masih belum melek teknologi (Raihana, 2020). Tiga hal penting yang menjadi lika-liku kegiatan belajar mengajar seperti orang tua yang mempunyai peran sebagai guru di rumah, gadget, dan jaringan internet yang tidak mendukung (Mastoah & MS, 2020). Beberapa orang tua masih belum terbiasa mendampingi anak mereka untuk belajar di rumah dikarenakan beberapa orang tua sudah menyerahkan seluruh kegiatan belajar anak-anak mereka kepada pihak sekolah, dan beberapa orang tua masih kesulitan dalam pengoperasian gadget sehingga mengalami kesulitan dalam menghadapi Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) yang berbasis internet (Raihana, 2020).

Dampak lain dari Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) mengakibatkan penurunan motivasi dan keaktifan belajar siswa. Penurunan motivasi dapat dipengaruhi dari beberapa faktor antara lain guru tidak dapat memantau aktivitas saat proses pembelajaran, siswa membutuhkan penjelasan langsung secara verbal dari guru, ketersediaan layanan internet di daerah pelosok kurang memadai, dan penggunaan gadget berlebih oleh siswa (Hafida et al., 2019). Fenomena ini terungkap dari hasil penelitian dengan metode studi kepustakaan yang dilakukan Raihana (2020) bahwa pada sebagian ibu rumah tangga mengeluhkan sulitnya mengajar dan mengawasi anak yang sedang belajar di rumah, dari membantu mengerjakan tugas sekolah, mengawasi anak selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ), dan jika anak tidak menuruti orang tua di karenakan suasana belajar berbeda ketika di rumah dengan di sekolah (Raihana, 2020). Sebuah survei mengungkapkan bahwa ibu yang bekerja sebagai karyawan pada salah satu perusahaan mengalami stres sangat berat sebanyak 64,3% sisanya mengalami stres berat sebanyak 16,8% dan yang mengalami stres sedang sebanyak 18,9% (Sihombing, Suneeta Joys, 2021). Situasi pandemi ini menyebabkan beberapa sektor kehidupan terganggu salah satunya ialah sektor ekonomi (Ariyanti, 2019). Banyak ibu rumah tangga yang berperan ganda untuk memenuhi kebutuhan rumah tangganya seperti bekerja buruh cuci pakaian, asisten rumah tangga, dan sebagainya (Nahwi, 2017). Berdasarkan penelitian Nahwi (2017). bahwa ibu rumah tangga yang berperan ganda memiliki stres yang lebih tinggi karena sedikit atau terbatas memiliki waktu bersama keluarga. Ibu rumah tangga yang bekerja dihadapkan dengan dua peran atau peran ganda. Di sisi lain ibu rumah tangga harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan keluarga, namun di satu sisi ibu rumah tangga juga harus melakukan

pekerjaan rumah ditambah dimasa pandemi ini para ibu rumah tangga juga harus mendidik dan mengawasi anak pada saat Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ).

2. Landasan Teori

Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) mengharuskan siswa memiliki perangkat seperti laptop dan handphone yang dapat mengakses internet untuk memungkinkan pelajar untuk mengikuti kegiatan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) (Handarini, 2020). Hal tersebut menjadi kendala bagi keluarga kurang mampu yang tidak memiliki akses internet untuk pembelajaran Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ), seperti laptop, telepon pintar, atau lainnya. Kendala penggunaan gadget, pendapatan yang berkurang hingga pemutusan hak kerja membuat sebagian orang tua melampirkan hal negatif dengan melakukan kekerasan verbal maupun fisik kepada anak mereka. Kekerasan yang dilakukan oleh orang tua terhadap anak termasuk dalam mekanisme koping maladaptif (Tirajoh et al., 2021). Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) membuat sebagian orang tua terganggu dan pikirannya tersita karena belum dapat beradaptasi terhadap pembagian waktu antara pekerjaan dan pengawasan anak.

Kegagalan dalam menggunakan mekanisme koping yang adaptif dapat memicu timbulnya stres. Ketika individu tidak dapat beradaptasi dengan stressor yang dihadapi, maka individu tersebut akan menggunakan mekanisme koping cenderung maladaptif. Menurut catatan Deputy Bidang Tumbuh Kembang Anak Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PKPPA) kekerasan pada anak meningkat selama masa pandemik Covid 19, yaitu dalam 3 minggu di bulan April 2020 terungkap bahwa kekerasan pada anak yang dilakukan oleh orang tua anak tersebut mencapai 368 kasus (Raihana, 2020). Kekerasan pada anak meningkat selama masa pandemik Covid-19, yaitu dalam 3 minggu di bulan April 2020 terungkap bahwa kekerasan pada anak mencapai 368 kasus yang dialami oleh 407 anak, banyak orang tua yang belum siap dengan kondisi tetap di rumah dan jadi pengasuh yang baik (Raihana, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa

mekanisme koping yang digunakan orang tua sangat penting untuk menekan angka kejadian kasus kekerasan pada anak.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian di atas dan kondisi pada saat pandemi Covid-19 seperti saat ini, membuat peneliti tertarik untuk meneliti hubungan koping mekanisme dengan tingkat stres ibu rumah tangga terhadap metode Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) di SDN Cipinang Muara 21 Jakarta Timur dengan alasan siswa SD memerlukan perhatian dan pengawasan yang lebih dari orang tua karena siswa SD baru memasuki dunia sekolah sehingga siswa SD diharapkan mampu menyesuaikan diri dalam masa transisi dengan dibantu orang tua mereka. Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) membuat sebagian orang tua terganggu dan tersita pikirannya karena belum dapat beradaptasi terhadap pembagian waktu antara pekerjaan dan pengawasan anak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres ibu rumah tangga terhadap Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) di SDN Cipinang Muara 21 Jakarta Timur.

3. Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskripsi korelasional dengan pendekatan cross-sectional study. Variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah mekanisme koping dan tingkat stres. Populasi penelitian ini adalah ibu dari siswa yang bersekolah di SDN Cipinang Muara 21 Jakarta Timur sebanyak 86 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Penelitian dilakukan pada bulan Agustus 2021 dengan menyebarkan kuesioner berupa link GoogleForm yang berisi 38 item pertanyaan dengan rincian: 28 item pernyataan menggambarkan mekanisme koping dengan menggunakan kuesioner The Brief-COPE ($r = 0,600$, $\alpha 0,633$); dan 10 item pernyataan menggambarkan tingkat stress dengan menggunakan kuesioner Perceived Stress Scale. Pengolahan data menggunakan aplikasi SPSS untuk pengolahan data secara univariat dan bivariat dengan analisa statistik Kendall's Tau C. Penelitian ini telah mendapatkan Keterangan Layak Etik dari KEPPK Sint Carolus dengan No 060/KEPPKSTIKSC/VI/2021

4. Hasil dan Pembahasan

4.1. Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Mekanisme Koping

Koping Mekanisme	N	Persentase(%)
<i>Approach Coping (Adaptif)</i>		
<i>Active Coping</i>	4	4,7
<i>Positive Reframing</i>	7	10,5
<i>Planning</i>	26	30,2
<i>Acceptance</i>	5	9,3
<i>Seeking Information</i>	13	15,1
<i>Seeking Emotional support</i>	4	4,7
<i>Avoidant Coping (Maladaptif)</i>		
<i>Denial</i>	12	14,0
<i>Substance use</i>	9	10,5
<i>Venting</i>	8	9,3
<i>Behavioral disengagement</i>	9	10,5
<i>Self-distraction</i>	2	2,3
<i>Self-blame</i>	4	4,7

Berdasarkan Tabel 1., menunjukkan bahwa ibu rumah tangga yang memakai koping mekanisme **Approach Coping (Adaptif)** ialah *Active Coping* sebanyak 4 ibu rumah tangga (4,7%), *Positive Reframing* sebanyak 7 ibu rumah tangga (10,5%), *Planning* sebanyak 26 ibu rumah tangga (30,2%), *Acceptance* sebanyak 5 ibu rumah tangga (9,3%), *Seeking Information* sebanyak 13 ibu rumah tangga (15,1%), *Seeking Emotional support* sebanyak 4 ibu rumah tangga (4,7%). Ibu rumah tangga yang menggunakan **Avoidant Coping (Maladaptif)** ialah *Denial* sebanyak 12 ibu rumah tangga (14,0%), *Substance use* sebanyak 9 ibu rumah tangga (10,5%), *Venting* sebanyak 8 ibu rumah tangga (9,3%), *Behavioural disengagement* sebanyak 9 ibu rumah tangga (10,5%), *Self-distraction* sebanyak 2 ibu rumah tangga (2,3%), *Self-blame* sebanyak 4 ibu rumah tangga (4,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres

Tingkat Stres	N	%
Stres Ringan	12	14.0
Stres Sedang	34	39.5
Stres Tinggi	40	46.5
Total	86	100

Berdasarkan Tabel 2. menunjukkan bahwa Ibu rumah tangga SDN Cipinang Muara 21 mengalami stres Ringan (14.0%), Stres Sedang (39.5%), dan Stres Tinggi (46.5%).

Tabel 3. Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres pada Ibu Siswa/i SDN Cipinang Muara 21 Jakarta Timur

Tingkat Stres	Mekanisme Koping		Total	Nilai (p value)
	Adaptif	Maladaptif		
Stres Ringan	11 91.7%	1 8.3%	12 100%	0.943
Stres Sedang	32 94.1%	2 5.9%	34 100%	
Stres Tinggi	37 92.5%	3 7.5%	40 100%	

Berdasarkan Tabel 3., didapatkan hasil analisis statistik menggunakan uji Kendal's Tau C dengan nilai signifikansi 0,05 diperoleh nilai p value = 0,943 ($\alpha > 0,05$), maka H_a ditolak dan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang tak bermakna antara mekanisme koping dan tingkat stres ibu rumah tangga selama *home learning* di SDN Cipinang Muara 21 Jakarta Timur

4.2 Pembahasan

4.2.1 Mekanisme Koping

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu rumah tangga menggunakan mekanisme koping adaptif. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun terjadi perubahan pada setiap sektor kehidupan selama pandemi Covid-19 seperti sektor pendidikan dan ekonomi, ibu siswa tetap menggunakan mekanisme koping adaptif agar dapat beradaptasi dan menghadapi perubahan yang terjadi selama pandemi berlangsung sampai waktu yang tidak dapat ditentukan. Hasil ini berbanding terbalik pada penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa kondisi pandemi yang menjadi beban bagi orang tua seperti mengalami kendala dalam penggunaan *gadget*, pendapatan yang berurung serta pemutusan hak kerja membuat sebagian orang tua melampiaskan hal negatif dengan melakukan kekerasan verbal maupun fisik kepada anak mereka yang termasuk dalam

mekanisme koping maladaptif (Tirajoh et al., 2021). Mekanisme koping yang adaptif sangat penting terlebih pada situasi pandemi Covid-19 karna pada situasi pandemi ini banyak perubahan pada seluruh sektor kehidupan terutama metode pembelajaran Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) yang baru bagi ibu dan siswa mengharuskan ibu dan siswa beradaptasi dengan metode pembelajaran tersebut agar mencapai tujuannya, yaitu mensejahterakan pendidikan anaknya.

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi mekanisme koping antara lain: keterampilan sosial meliputi kemampuan individu dalam berkomunikasi dan bertindak laku untuk mendidik anak; keterampilan memecahkan masalah seperti ibu yang terampil menemukan solusi untuk beradaptasi dengan kegiatan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ); dukungan sosial seperti dukungan dari keluarga, teman dan lingkungan sekitar; dan kesehatan fisik seperti ibu yang diharuskan mempertahankan kesehatannya supaya dapat membimbing anaknya dengan baik dan menggunakan tenaga yang cukup banyak.

4.2.2 Tingkat Stress

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu rumah tangga siswa SDN Cipinang Muara 21 Jakarta Timur mengalami stres tinggi. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa sebagian besar ibu dengan anak yang mengikuti pembelajaran Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) pada salah satu SDN di Merauke mengalami stres tinggi (Kandemu et al., 2021). Hal ini menunjukkan stress disebabkan karena interaksi antara individu dan lingkungan, yaitu proses dimana perilaku kognitif setiap individu dan emosional dapat mempengaruhi, sehingga individu memiliki stressor yang sama tetapi reaksi yang diberikan berbeda.

Dalam konsep stress juga dikatakan bahwa kondisi stres merupakan stimulus bagi ibu dalam pembelajaran Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Pada masa pandemi Covid-19, banyak informasi yang diterima dengan kebenarannya yang belum pasti, berita hoaks dan gangguan belajar seperti anak kurang konsentrasi, koneksi internet yang kurang

memadai, keterbatasan fasilitas, kurang terampilnya orang tua dalam membagi waktu antara membimbing anak Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dan pekerjaan, dan banyaknya pekerjaan sehingga orang tua tidak bisa membimbing anaknya selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) (Rahardjo et al., 2020). Perlunya beradaptasi dengan situasi yang baru merupakan stimulus yang dapat menimbulkan kondisi stres pada ibu.

4.2.3 Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stress

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang tak bermakna antara mekanisme koping dan tingkat stres ibu rumah tangga selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) di SDN Cipinang Muara 21 Jakarta Timur. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara mekanisme koping dan tingkat stres pada ibu rumah tangga (Kusniyatun et al., 2014).

Asumsi peneliti mengatakan bahwa ibu rumah tangga yang mengalami s 57 inggi sebagian besar memakai mekanisme koping adaptif. Semakin tinggi tingkat stres ibu rumah tangga maka semakin besar peluang ibu rumah tangga menggunakan mekanisme koping yang maladaptif. Hal ini menunjukkan bahwa walaupun ibu mengalami stres berat atau tinggi, ibu masih berusaha tetap menggunakan mekanisme koping yang adaptif supaya bisa beradaptasi dengan metode pembelajaran Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Namun tidak dapat dipungkiri bahwa hasil menunjukkan semakin tinggi tingkat stres maka semakin banyak ibu rumah tangga yang menggunakan mekanisme koping maladaptif.

Hal ini dikarenakan pada saat rasa tertekan tidak bisa diselesaikan dengan baik, maka sering timbul perasaan emosi, jika intensitas berlebih keadaan fisik dan psikologi pada ibu akan terganggu (Nuryati, 2019). Ibu yang tidak siap dalam mendampingi anak selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) akan lebih merasa tertekan dibandingkan dengan ibu yang sudah siap mendampingi anak selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Maka dapat disimpulkan bahwa kesiapan ibu dapat mempengaruhi mekanisme koping yang akan

digunakan dan akan berdampak pula ke tingkat stres yang akan dialami ibu. Semakin ibu siap mendampingi anak selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ), maka semakin baik mekanisme koping yang digunakan sehingga semakin rendah pula tingkat stres yang dialami ibu.

5 Kesimpulan

Terdapat hubungan tak bermakna antara mekanisme koping dan tingkat stress ibu rumah tangga yang memiliki anak SD terhadap Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Diharapkan bagi orang tua siswa SDN Cipinang Muara 21 Jakarta Timur dapat mempertahankan serta mengelola stres yang dihadapi selama metode Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) berlangsung di masa pandemi agar dapat menggunakan mekanisme koping yang lebih adaptif serta dapat beradaptasi dengan masalah yang dihadapi di situasi pandemi Covid-19.

Ucapan Terima kasih

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Kepala Sekolah SDN Cipinang Muara 21 Jakarta Timur yang telah mengizinkan peneliti untuk melaksanakan penelitian di SDN Cipinang Muara 21 Jakarta Timur serta kepada seluruh responden di SDN Cipinang Muara 21 Jakarta Timur yang sudah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Tuliskan sponsor dari publikasi anda. Contoh ucapan terima kasih. Terima kasih diucapkan kepada Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi yang telah memberikan bantuan dana penelitian melalui skema Penelitian Hibah Bersaing/PHB dengan nomor kontrak No: 101/ABC/III/2018 Tanggal 15 Januari 2018.

Daftar Pustaka

Adi, N., Oka, D., & Wati, N. (2021). Dampak Positif dan Negatif Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(1).

Firman, & Rahayu. (2020). Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science*, 2(2).

Hafida, Lilih, Wilanika, Ludi, & Sapta. (2019). Penurunan Motivasi dan Keaktifan Belajar Siswa selama Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi Covid-19. *Universitas Negeri Semarang*.

Handarini, O . (2020). Pembelajaran Daring sebagai Upaya Study From Home (SHF). *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(3), 496–503.

Kandemu, A. R., Mokay, M. M., & Makagiansar, M. M. (2021). Gambaran Stres dan Mekanisme Koping Ibu dengan Anak yang Mengikuti Pembelajaran Daring di Salah Satu SDN. *Universitas Pelita Harapan*.

Kusniyatun, U., Astuti, F. B., & Bintoro, W. (2014). Relationship between Coping Mechanism to Level of Stress of Housewives. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 7(2), 35–40.

Mastoah, I., & MS, Z. (2020). Kendala Orangtua dalam Mendampingi Anak Belajar pada Masa Covid 19 di Kota Semarang. *Jurnal Pendidikan Anak Di Usia Dini*, 5(2), 120–128.

Nuryati, I. (2019). Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres. *Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama*.

Rahardjo, W., Qomariyah, N., Mulyani, I., & Andriani, I. (2020). Social media fatigue pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19: Peran nerotisme, kelebihan informasi, invasion of life, kecemasan, dan jenis kelamin. *Jurnal Psikologi Sosial*.

Raihana. (2020). Pengelola Emosi Ibu pada Anak selama Pembelajaran dari Rumah (Dampak Pandemi Covid-19). *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(2), 132–139.

Tirajoh, C. V, Munayang, H., & Kairupan, B. H. (2021). Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Kecemasan Orangtua Murid di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Biomedik*, 13(1), 49–57.