

Babak Baru Makna Pendidikan: Mendedah Faktor Stres Orang Tua dalam Momen Pembelajaran Daring

Abigail Nabella^{1*}, Faudyan Eka Satria², Santi Sulandari³, Daliman³

^{1,3,4}Center for Islamic and Indigenous Psychology (CIIP), Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Peneliti Independen

*Email: f00180259@student.ums.ac.id

Abstrak

Keywords:
Covid-19;
Pembelajaran
daring; Stres
pengasuhan; Makna
pendidikan; Coping
stress keluarga

Segera setelah dinyatakan sebagai pandemi, Covid-19 mengubah wajah sejumlah lini kehidupan menjadi serba dalam jaringan (daring). Pada bidang pendidikan, hal itu mengingatkan kita pada fenomena School From Home (SFH) atau pembelajaran dari rumah. Poin menariknya adalah sistem pembelajaran ini tidak hanya melibatkan guru saja, namun juga orang tua turut berkontribusi dalam optimalisasi pendidikan anak selama di rumah. Orang tua dapat berperan sebagai motivator, edukator, penasihat dan pengawas bagi anak selama menjalani SFH. Sungguhpun begitu, beberapa orang tua merasa pembelajaran daring membuat mereka ikut kewalahan lantaran padatnya aktivitas yang dihadirkan pada sistem tersebut. Hal demikian menjadikan orang tua mengalami kondisi stres pengasuhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengupas sistem pembelajaran daring yang berlaku selama masa pandemi dan dampaknya kepada orang tua melalui beberapa riset sebelumnya. Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif dengan mendayagunakan metode studi literatur terhadap 16 artikel penelitian yang membahas tentang isu-isu permasalahan orang tua selama mendampingi anak dalam masa pembelajaran daring selama pandemi Covid-19. Proses pencarian artikel yang kami tinjau menggunakan perantara database Google Scholar dan Proquest dengan kata kunci "parental stress during covid-19." Hasil penelitian mengantarkan pada kesimpulan, yakni dengan hadirnya disrupsi sistem pembelajaran anak, maka konsekuensi yang harus dipahami dan dilaksanakan adalah dengan turut menggiring orang tua ke dalam revolusi paradigma pembelajaran school-centered menuju pembelajaran kolaboratif. Penelitian kali ini juga mengungkap strategi coping stress orang tua selama pandemi dengan mengandalkan coping stress intrafamilial (internal) dan coping ektrafamilial (eksternal).

1. PENDAHULUAN

Sejak Covid-19 mulai merebak pada akhir tahun 2019, World Health Organization mencatat terdapat 110.224.709 kasus Covid-19 yang tersebar

di 223 negara per Februari 2021. Di Indonesia, angka kasus positif Covid-19 telah mencapai 1.271.353 kasus [1–3]. Guna mencegah dan menekan angka

penularan Covid-19, pemerintah Indonesia sendiri telah menetapkan Peraturan Pemerintah nomor 21 tahun 2020 mengenai pemberlakuan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) di Jakarta yang mencakup: 1) Peliburan sekolah dan tempat kerja; 2) Pembatasan kegiatan keagamaan; 3) Pembatasan kegiatan di tempat/fasilitas umum; 4) Pembatasan kegiatan sosial budaya; 5) Pembatasan moda transportasi; dan 6) Pembatasan kegiatan lainnya terkait aspek pertahanan dan keamanan [4].

Pemberlakuan PSBB akibat virus Covid-19 berdampak pada beberapa aspek diantaranya ekonomi, pendidikan, pekerjaan, dan kesehatan mental [5–8]. Dampak pada aspek pendidikan salah satunya adalah diberlakukannya sistem belajar dari rumah/ *School From Home* (SFH) yang dimuat dalam Surat Edaran Menteri Pendidikan Nomor 4 Tahun 2020 tanggal 24 Maret 2020 yang berisi: a) Belajar dari rumah melalui daring; b) Berfokus pada pendidikan keterampilan terutama mengenai pandemi Covid-19; c) Aktivitas pembelajaran yang disesuaikan dengan minat dan kondisi; d) Pemberian umpan balik secara kualitatif tanpa harus memberikan penilaian kuantitatif (nilai) [9]. Pemberlakuan SFH juga ditujukan untuk menekan dan melindungi penularan Covid-19 dalam sector pendidikan, pemenuhan dukungan psikososial bagi pendidik maupun peserta didik, dan juga memfasilitasi hak anak untuk mendapatkan pendidikan selama pandemi [10].

Pembelajaran dari rumah tidak hanya melibatkan guru saja, namun juga orang turut berkontribusi dalam optimalisasi pendidikan anak selama di rumah. Orang tua dapat berperan sebagai motivator, edukator, penasihat dan pengawas bagi anak selama menjalani SFH [10,11]. Kendati demikian, beberapa orang tua dihadapkan dengan beberapa kendala dalam mendampingi anak selama SFH seperti: a) minimnya pemahaman materi belajar oleh orang tua; b) rendahnya minat belajar anak; c) kurang memahami dalam pengoperasian teknologi dalam menunjang belajar anak; d) Tidak memiliki waktu

mendampingi anak karena bekerja dari rumah (WFH); serta e) anak merasa bosan karena kurangnya variasi kegiatan di rumah [12,13]. Beberapa orang tua merasa pembelajaran secara tradisional akhirnya lebih efektif dibandingkan daring hal ini lantaran orang tua merasa rumah tidak memiliki atmosfir pembelajaran secara formal layaknya setting tempat pendidikan pada umumnya dan orang tua juga merasa tidak merasa memiliki otoritas sebagai seorang guru [14].

Hal tersebut pada akhirnya mengantarkan sejumlah orang tua pada stres berkepanjangan lantaran kewalahan dalam mendampingi anak dalam SFH, yang pada akhirnya menyebabkan masalah kesehatan, kecemasan, kesulitan tidur, gangguan konsentrasi, pengendalian emosi yang rendah hingga depresi pada orang tua [15]. Stres pengasuhan adalah reaksi negatif psikologis berupa perasaan cemas dan tegang terhadap tuntutan peran orang tua dan juga berupa distorsi kognitif pada orang tua mengenai ekspektasi apa-apa saja yang “normal” dalam pengasuhan anak [16,17]. Penerapan kebijakan SFH berkontribusi sebagai stresor sosial bagi orang tua dikarenakan adaptasi perubahan gaya hidup baru selama pandemic Covid-19 [18]. Demikian juga ketika stres pengasuhan meningkat pada orang tua, maka kualitas pengasuhan anak akan memburuk sejalan dengan meningkatnya terjadinya permasalahan pada perilaku dan kondisi emosional anak dan sebaliknya [19]. Survey yang dilakukan oleh Offord Centre for Child Studies menunjukkan bahwa hampir 60% orang tua mengalami gejala depresi klinis selama pandemi Covid-19, dimana orang tua ditemukan sering terlibat dalam argumen dengan anak atau dapat bersikap lebih keras kepada anak [20].

Catatan demikian akhirnya mendorong penelitian ini untuk mengeksplorasi penelitian-penelitian mengenai manajemen stres orang tua dengan anak yang menjalani SFH untuk menjawab pertanyaan: bagaimana pembelajaran daring terhadap anak dimaknai oleh orang tua serta sekolah? Hal ini, pada saatnya, berguna untuk

memperkaya khazanah penelitian berikutnya serta sebagai dasar kebijakan para pemangku kepentingan untuk mengembangkan ide-ide strategis untuk membantu para orangtua dalam meredakan kondisi stres yang mereka alami sepanjang pandemi dalam mendidik anak-anaknya. Terlebih, kita mengetahui bahwa resiko yang ditimbulkan stres orang tua terhadap anak selama SFH dapat berdampak serius pada kesehatan mental anak.

2. METODE

Untuk menjawab persoalan yang telah diajukan di atas, kami mendesain kajian ini sebagai penelitian kualitatif dengan mendayagunakan metode studi literature terhadap 16 artikel penelitian yang membahas tentang isu-isu permasalahan orang tua selama mendampingi anak dalam masa pembelajaran daring selama pandemi Covid-19. Proses pencarian artikel yang kami tinjau menggunakan perantara database Google Scholar dan Proquest dengan kata kunci “*parental stress during covid-19.*” Kami menganalisa berbagai temuan yang kami dapatkan untuk kemudian dipilah ke dalam beberapa sub-bab di bagian hasil dan pembahasan yang secara garis besar membicarakan: (1) transformasi pembelajaran di masa pandemi yang menjadi sumber stres orang tua; (2) catatan kritis tentang pelaksanaan pembelajaran daring, di mana hal ini berisi analisis kultural yang secara otentik kami susun dari beragam catatan penelitian di sub-bab pertama; serta (3) strategi *coping* keluarga Friedman yang terdiri dari *coping* intrafamilial dan ektrafamilial sebagai solusi permasalahan stres orang tua dalam mendampingi anak di sistem pembelajaran daring. Solusi ini kami susun berdasarkan pengalaman penelitian-penelitian sebelumnya yang kami nilai relevan dengan pokok permasalahan yang kami temukan di sini.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Transformasi Pembelajaran di Masa Pandemi: Membicarakan Sumber Stres Orang Tua

Pandemi Covid-19 telah memaksa masyarakat untuk mencegah dan menekan penyebaran virus Covid-19. Di bidang pendidikan formal, persoalan ini tentu menyulitkan karena secara tradisional, kegiatan belajar mengajar mesti dilakukan secara tatap muka —yang pada akhirnya mempengaruhi metode-metode yang digunakan guru dalam berinteraksi [21]. Dalam rangka menghadapi situasi ini, sistem pembelajaran dalam jaringan (daring) lantas mulai dikenal untuk memediasi aktivitas pendidikan tersebut [22,23]. Secara konseptual, sistem pembelajaran daring seharusnya menguntungkan. Hal ini lantaran sistem tersebut dapat mengefisienkan esensi pengajaran guru, yakni bagaimana agar peserta didik akhirnya mandiri dalam menyelesaikan tugas-tugas belajarnya dan mampu mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang diperoleh didalam kehidupan sehari-hari —alih-alih melulu melalui ‘pertemuan-pertemuan’ lewat platform daring. Efisiensi kegiatan pengajaran itu misalnya dengan mendorong peserta didik melakukan pembacaan eksploratif atas bahan ajar tertentu dan tugas-tugas penelitian [21,24] [25,26].

Peran orang tua lantas sangat berpengaruh dalam menunjang keberhasilan anak dalam menjalani pembelajaran sistem daring. Urgensi peran tersebut dijalankan dengan memastikan seluruh komponen aktivitas pengajaran daring yang diamanatkan guru telah dijalankan oleh siswa. Masalahnya adalah, pertama, fungsionalisasi orang tua dalam sistem pembelajaran daring membuat orang tua harus menanggung beban guru dalam hal mendidik dan mengedukasi anak. Hal ini, terutama, akan menyasar kepada mereka yang tengah disibukkan dengan urusan pekerjaan dan tidak terbiasa untuk menyentuh urusan pengajaran terhadap anak karena, pada kondisi normal, mereka menyerahkan tugas tersebut kepada institusi [18,21,27,28]. Masalah kedua, penerapan sistem pembelajaran daring pun, dalam beberapa momen, tercatat masih menggunakan sistem belajar ala tatap muka di mana hal ini menyebabkan pembelajaran daring menjadi tidak efektif [29]. Persoalan itu dapat dilihat secara konkrit pada kasus

yang terjadi di Indonesia, di mana berdasarkan laporan yang diterima oleh Komisioner Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), para orang tua peserta didik mengeluh lantaran mereka terlalu banyak pekerjaan sekolah yang diberikan kepada anak [6]. Lebih jauh perihal ini, penelitian yang dilakukan oleh Alisma dan Adri menunjukkan sebesar 83% orang tua merasa kesulitan dengan adanya tambahan beban tugas untuk mengajari materi pembelajaran anak yang dikarenakan tidak memiliki waktu luang yang cukup dan beberapa alasan juga ditemukan bahwa orang tua tidak bisa membantu anak belajar lantaran tidak memahami materi pembelajaran yang diberikan oleh guru [30].

Keadaan demikian memicu orang tua mengalami stres pengasuhan yang merupakan reaksi negatif psikologis berupa perasaan cemas dan tegang terhadap tuntutan peran orang tua dan juga berupa distorsi kognitif pada orang tua mengenai ekspektasi apa-apa saja yang “normal” dalam pengasuhan anak [16,17]. Orang tua mempersepsikan bahwa sumber kegagalan anak saat menjalani pembelajaran sistem daring adalah sepenuhnya kesalahan orang tua —tanpa melihat bahwa peran guru dan penyesuaian adaptasi anak dalam pembelajaran daring sebetulnya juga turut terlibat dalam hal tersebut [31,32]. Dalam konteks ini, akhirnya, stres karena sistem pengajaran daring sebagai respon psikologis lebih didasarkan oleh tanggung jawab sosial; bagaimana pendidikan daring di masa pandemi berlaku sebagai pemenuhan ‘gaya hidup’ [18] —yang pada titik tertentu bertujuan untuk menunjukkan kesanggupan mereka dalam memenuhi kebutuhan hidup di hadapan masyarakat.

Permasalahan stres orang tua, pada sisi yang lain, bersinggungan juga dengan faktor bagaimana pendidikan di Indonesia relatif belum terbiasa mendayagunakan teknologi informasi sebagai penunjang metode pembelajaran. Kondisi ini kemudian mendorong para orang tua siswa untuk segera beradaptasi, terutama setelah pandemi memaksa sistem pembelajaran bertransformasi ke ruang daring. Lagipula, penguasaan teknologi dalam ranah pendidikan bagaimanapun diakui akan

membantu orang tua —dan tentunya guru serta anak— untuk menemukan platform pembelajaran alternatif yang membantu proses belajar mengajar seorang anak menjadi lebih optimal [21]. Namun ketika peralihan tersebut terjadi secara insidental, adalah masuk akal jika penguasaan teknologi menjadi faktor stres para orang tua berikutnya karena beberapa konsekuensi akan mereka terima jika mengelaknya. Misalnya, pertama, keterbatasan penguasaan teknologi oleh orang tua akan menghambat komunikasi antara guru dan orang tua, seperti pelaporan perkembangan tugas anak yang terhambat. Kedua, keterbatasan penguasaan teknologi pada saatnya berpotensi juga pada penurunan nilai akademik anak lantaran tidak memahami bagaimana membantu anak dalam mendapatkan materi belajar secara *online* [33] [34]. Urgensi soal penguasaan teknologi ini, lebih khusus, mendesak bagi para orang tua dari anak yang masih berada di tingkat pendidikan Taman Kanak-kanak (TK) dan Sekolah Dasar (SD) yang masih sama-sama memerlukan pendampingan penggunaan teknologi [18].

3.2. Catatan Kritis tentang Orang Tua dalam Sistem Pembelajaran Daring

Temuan-temuan tersebut akhirnya mengisyaratkan bahwa sejauh ini peran orang tua justru melampaui supervisi, sebagaimana yang diidealkan dalam konsep pembelajaran daring. Alih-alih, ketika sistem pengajaran daring masih mengadopsi metode pembelajaran tatap muka secara langsung yang belum mengefisienkan penyampaian esensi pembelajaran dari guru kepada siswa, orang tua justru menghadapi situasi *over-determinasi*. Pada situasi ini, orang tua dipaksa untuk terlibat dalam struktur teknis pengajaran yang telah ditentukan oleh pihak sekolah atau guru. Berbagai kesulitan yang dihadapi anak, mau tidak mau, menjadi tanggungan yang harus turut dituntaskan oleh orang tua, sejalan dengan sistem pembelajaran daring yang memang menjadikan orang tua sebagai komponen tak terpisahkan dalam kelancaran sistem tersebut. Adapun kesulitan-kesulitan itu, secara rinci, terdiri atas pemenuhan

rancangan kegiatan belajar anak yang ditentukan sekolah, pendampingan orang tua dalam kinerja belajar anak, serta penguasaan teknologi yang menunjang kegiatan belajar tersebut [35].

Melalui analisis kami, persoalan tersebut menunjukkan sistem pembelajaran daring belum menemukan titik terang untuk mulai merenggang dari paradigma *school-centered*. Di dalam paradigma ini, pihak sekolah cenderung menempatkan sistem pengajaran berdasarkan rencana terstruktur sekolah atau guru yang harus dipenuhi anak dalam rangka mencapai prestasi yang diharapkan sekolah. Di lain pihak, orang tua juga menghadapi situasi krisis atas ketahanan ekonomi dan pangan keluarga, yang memaksa mereka untuk juga fokus untuk mencegah kemungkinan terburuk dari krisis itu [27]. Kecenderungan tentang tumbuhnya paradigma itu, bagi kami, melengkapi titik balik dari argumen yang menyebut bahwa ketika orang tua mendapat kesempatan lebih banyak untuk bertemu dengan anaknya di rumah, orang tua akan lebih mendapat kesempatan untuk mendidik dengan cara mereka —yang pada saatnya justru akan menstabilkan kesehatan mental mereka [36]. Stres orang tua akhirnya menjadi hal yang tak bisa dihindarkan —apalagi ketika disrupsi pengasuhan pembelajaran anak ini berada dalam waktu yang tak jelas ujungnya [37]. Mengenai hal tersebut, karenanya kami tidak setuju dengan pendapat Zhao, et. al bahwa metode dalam pembelajaran daring sifatnya jangka pendek [24]. Dalam arti, begitu situasi seperti pandemi selesai, kita lantas kembali menggunakan metode lama yang khas dimiliki sistem pembelajaran tatap muka langsung. Dengan hadirnya disrupsi sistem pembelajaran anak, maka konsekuensi yang harus dipahami dan dilaksanakan adalah dengan turut menggiring orang tua ke dalam revolusi paradigma pembelajaran. Memang, telah diketahui bahwa orang tua bagaimanapun dalam sistem pendidikan daring akan bertanggung jawab untuk mengawasi perkembangan pembelajaran anak. Namun sekali lagi, hal itu tidak harus menjadikan

orang tua sebagai guru selayaknya di sekolah yang mengakibatkan peran ganda. Alih-alih, orang tua cukup menjadi teman belajar bagi anak guna memotivasi agar tercapainya hasil belajar anak yang optimal selama Pandemi Covid-19.

Hal tersebut kami sandarkan dari konsep tripusat pendidikan yang menegaskan bahwa selain menjadikan orang tua sebagai sumber informasi dan pendidik utama bagi anak, perlu ada sinergitas antara orang tua dan pihak sekolah atau guru sebagai sumber informasi serta juga lingkungan sebagai tempat anak mempelajari norma-norma yang berlaku di masyarakat [33,38]. Komunikasi antara orang tua dan guru di sini, dalam pandangan kami, tentu tidak hanya mencakup pemantauan perkembangan belajar anak, namun kolaborasi antara orang tua dan guru dalam mengembangkan metode belajar yang berbasis pada kemampuan anak, orang tua, serta program terapan yang diarahkan guru atau pihak sekolah, yang akan membawa sistem pengajaran yang liberal dan bertanggung jawab. Hal ini mengingatkan orang tua perlu memahami batasan peran-perannya dalam mendampingi anak selama menjalani pembelajaran sistem daring untuk mengembangkan kreativitas dan minat anak. Lebih dalam, kami berargumen bahwa bagi orang tua, kolaborasi ini secara khusus membantu merestorasi kedekatan mereka dengan anak dalam rangka edukasi. Kami mendasarkan ini pada temuan yang dikemukakan Lee, dkk. serta Calarco dkk., yang menunjukkan bila tingkat stres yang dialami orang tua berkorelasi positif dengan ketidakmampuan orang tua dalam menularkan nilai-nilai edukatif pada anak. Alih-alih, hal tersebut justru mengamplifikasi tingkat emosi orang tua atas anak. Karenanya, strategi kolaboratif antara orang tua dan pihak sekolah atau guru merupakan hal yang kami kira masuk akal untuk membantu orang tua menuntaskan persoalan psikologisnya demi menghadirkan kembali situasi pendidikan yang kondusif bagi anak.

3.3. Manajemen *coping stress* orang tua dalam masa pandemi

Pandemi Covid-19, ketahanan keluarga dalam beradaptasi dengan kebiasaan baru diuji. Salah satu perubahan yang dihadapi orang tua selama menjalani karantina di rumah adalah menjadi pendidik utama setelah guru selama anak menjalani pembelajaran jarak jauh dari rumah. Berbeda dengan kondisi sebelumnya dimana orang tua menyerahkan tanggung jawab pendidikan anak kepada pihak sekolah, dalam kondisi Pandemi Covid-19 saat ini orang tua diharuskan untuk menyediakan waktu lebih banyak daripada biasanya dalam mendampingi anak. Kondisi demikian dapat menyebabkan orang tua mengalami *stress* pengasuhan akibat kewalahan dalam mendampingi anak yang mana ini akan turut berpengaruh pada kondisi psikologis anak. Penting untuk membangun keluarga yang resilien dan mampu menentukan strategi *coping stress* yang tepat guna membantu keluarga dalam bertahan di situasi krisis seperti pandemi saat ini. Resiliensi sendiri lebih merujuk kepada kemampuan individu dalam mengatasi permasalahan tersebut, sedangkan dibutuhkannya strategi/cara menyelesaikan permasalahan tersebut merupakan wujud dari *coping stress* [30].

Beberapa cara *coping stress* telah dilakukan oleh orang tua, seperti para orang tua di negara Amerika melakukan *coping stress* dengan penerimaan secara positif terhadap situasi yang dibawah kendali mereka saat ini yaitu adanya pandemi Covid-19 [16], sedangkan di Italia para orang tua mengandalkan dukungan eksternal seperti menghendaki pemerintah guna menemukan solusi untuk memberikan layanan membantu anak belajar dirumah sehingga orang tua bisa bekerja [17]. Terdapat cara lain *coping stress* yang dilakukan di negara Finlandia dan Kota Surakarta seperti meminta bantuan dan dukungan social dari orang lain, membagi peran tanggung jawab pekerjaan rumah, fleksibilitas seperti menurunkan standar hidup normal dalam keluarga, ikut mempelajari materi belajar anak guna mendukung keberhasilan anak

selama menjalani pembelajaran daring, meminta bantuan dukungan dari pasangan, pengorganisasian tanggung jawab masing-masing keluarga dalam rumah, dan melakukan family time seperti melakukan kegiatan bersama [31,38]. Strategi *coping* yang telah diajabrkan diatas menunjukkan bahwa anggota keluarga saling mengandalkan satu sama lain dalam menghadapi situasi yang krsis, hal ini selaras dengan teori strategi *coping* Friedman yang membaginya menjadi dua strategi *coping* keluarga yaitu *coping* intrafamiliar (internal) dan *coping* ektrafamiliar (eksternal) dimana keluarga mengandalkan satu sama lain guna menyelesaikan permasalahan [6].

Coping internal menurut Friedman dibagi menjadi tujuh cara. Pertama adalah dengan mengandalkan kemampuan diri sendiri dimana keluarga mengandalkan sumber daya manusia yang ada guna menghatasi permasalahan tersebut seperti yang dilakukan oleh para orang tua di Italia yaitu melakukan pengorganisasian tanggung jawab masing-masing anggota keluarga, hal ini juga bisa dapat dilakukan seperti pengorganisasian waktu belajar anak guna membangun disiplin anak. Strategi kedua adalah musyawarah bersama, melakukan *family time* seperti kegiatan bersama yang mana dengan cara ini orang tua dapat mengatasi rasa *stress* yang dialami dan melekatkan hubungan dengan anak. Strategi ketiga merupakan memahami suatu masalah, ini merupakan mekanisme mental guna menetralkan bahaya yang diterima secara kognitif dengan cara orang tua berusaha untuk melihat permasalahan yang ada dengan penerimaan yang positif. Yang keempat merupakan pemecahan masalah bersama, dalam hal ini pasangan dapat meminta dukungan satu sama lain terhadap permasalahan yang dihadapi dengan cara memberikan petunjuk/solusi terhadap permasalahan tersebut berlandaskan logika. Yang kelima adalah fleksibilitas peran, dimana keluarga menurunkan standart normal peraturan keluarga seperti ibu tidak harus selalu mengerjakan seluruh pekerjaan rumah tangga dengan ayah yang dapat membantu meringankan pekerjaan

ibu sehingga ayah dan ibu dapat bergantian dalam meluangkan waktu untuk mendampingi anak belajar. Strategi *coping* keenam merupakan Normalisasi, hal ini dilakukan dengan cara menormalkan keadaan sehingga keluarga dapat mengatasi permasalahan tersebut yang mana ini dicontohkan dengan keterbukaan orang tua untuk turut mempelajari materi belajar anak agar setidaknya orang tua dapat membimbing anak dalam mencapai tujuan belajarnya selama pembelajaran daring. Strategi *coping* terakhir yaitu penggunaan humor yang mana dalam hal ini belum ditemukan dalam kajian literatur diatas, dengan menumbuhkan perasaan humor dalam anggota keluarga dapat memelihara keluarga dari jauhnya rasa cemas dan *stress* yang dapat dilakukan dengan bergurau bersama.

Friedman membagi *coping* eksternal menjadi empat jenis. Pertama adalah mencari informasi, dalam hal ini orang tua berusaha untuk mencari pengetahuan sebagai respon kognitif terhadap stresor yang dihadapinya. Strategi ini belum ditemukan dalam kajian literatur yang dilakukan, hal ini dapat diinsiasi dengan memanfaatkan internet/orang terdekat yang memahami terkait stresor yang dihadapi seperti mencari metode belajar yang tepat bagi anak selama pandemi dengan melakukan pencarian di sumber-sumber *online* yang tersedia bebas di internet. Strategi *coping* berikutnya yaitu memelihara hubungan dengan komunitas secara aktif, strategi *coping* ini bersifat jangka panjang dalam keluarga dimana setiap anggota keluarga merupakan pemimpin dari setiap kelompok, organisasi dan juga komunitas. Strategi *coping* berikutnya adalah mencari dukungan social yang dapat dilakukan dengan meminta bantuan anggota keluarga lain seperti kakek/nenek dalam mendampingi anak menjalani pembelajaran jarak jauh ketika orang tua sama sekali tidak memiliki waktu cukup untuk melakukan hal tersebut, kemudian mencari dukungan kepada pendidik profesional seperti guru guna menjalin kemitraan bersama dalam mewujudkan keberhasilan anak selama melakukan pembelajaran daring, dan

orang tua juga dapat meminta dukungan dengan memberi masukan pemerintah untuk dapat memberikan layanan guna membantu anak belajar dirumah sehingga orang tua bisa bekerja. Strategi *coping* eksternal terakhir adalah mencari dukungan spiritual yang mana hal ini juga belum ditemukan dalam kajian literature yang ada, dimana orang tua dapat melakukan pendalaman spiritual guna meminimalisir stresor yang dihadapinya dengan rutin bersembhayang dan berpasrah kepada Tuhan dapat membantu menurunkan kecemasan yang dialami orang tua.

4. KESIMPULAN

Peralihan pembelajaran secara tatap muka menuju *Study From Home* (SFH), membuat peran orang tua sangat berpengaruh dalam menunjang keberhasilan anak dalam menjalani pembelajaran sistem daring. Kendati demikian, SFH menimbulkan beberapa kendala seperti pembelajaran school centered yang masih mendominasi dibanding dengan pembelajaran kolaboratif ditambah tuntutanb untuk berdaptasi pembelajaran berbasis *online*. Kondisi kritis demikian membuat orang tua kewalahan dalam mengimbangi peran menjadi seorang guru bagi anak di rumah dan juga tuntutan menjadi orang tua yang pada akhirnya memicu *stress* pengasuhan yang ditandai dengan masalah kesehatan, kecemasan, kesulitan tidur, gangguan konsentrasi, pengendalian emosi yang rendah hingga depresi pada orang tua. Penting untuk membentuk keluarga yang resilien yang akan berdampak optimalisasi pendidikan anak selama menjalani pembelajaran jarak jauh, dengan demikian dibutuhkan strategi *coping stress* keluarga yang tepat.

REFERENSI

- [1] World Health Organization (WHO). Pneumonia of unknown cause – China. 2020. [cited 2021 Feb 22]. Available from: <https://www.who.int/csr/don/05-january-2020-pneumonia-of-unkown-cause-china/en/>

- [2] World Health Organization (WHO). WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard. 2021. [cited 2021 Feb 22]. Available from: <https://covid19.who.int/>
- [3] Komite Penanganan Covid-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional (KPCPEN). Peta Sebaran Kasus Per Provinsi. 2021. [cited 2021 Feb 22]. Available from: <https://covid19.go.id/peta-sebaran>
- [4] Kedutaan Besar Republik Indonesia Brussels. Kebijakan Pemerintah Republik Indonesia Terkait Wabah Covid-19. 2020. [cited 2021 Feb 22]. Available from: <https://kemlu.go.id/brussels/id/news/6349/kebijakan-pemerintah-republik-indonesia-terkait-wabah-covid-19#:~:text=Peraturan Pemerintah Nomor 21 tahun,ditetapkan pada 31 Maret 2020.&text=PSBB dilakukan selama 14 hari,KRL dievaluasi ulang dan dikurangi.>
- [5] Muhyiddin M. Covid-19, new normal, dan perencanaan pembangunan di Indonesia. *Jurnal Perencanaan Pembangunan: The Indonesian Journal of Development Planning*. 2020;4:240–52.
- [6] Syah RH. Dampak Covid-19 pada pendidikan di Indonesia: Sekolah, keterampilan, dan proses pembelajaran. *Salam: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i*. 2020;7:395–402.
- [7] Syahrial S. Dampak covid-19 terhadap tenaga kerja di Indonesia. *Jurnal Ners*. 2020;4:21–9.
- [8] Ilpaj SM, Nurwati N. Analisis pengaruh tingkat kematian akibat covid-19 terhadap kesehatan mental masyarakat di Indonesia. *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial*. 2020;3:16–28.
- [9] Kementerian Pendidikan dan Budaya (KEMENDIKBUD). Surat Edaran Mendikbud Nomor 4 Tahun 2020. 2020. [cited 2021 Feb 22]. Available from: <http://pgdikmen.kemdikbud.go.id/read-news/surat-edaran-mendikbud-nomor-4-tahun-2020>
- [10] Hayati AS. Peran orang tua dalam meningkatkan motivasi belajar anak dengan sistem daring pada masa pandemi di Desa Depokrejo, Kebumen. *Tasyri': Jurnal Tarbiyah-Syari'ah Islamiyah*. 2020;27:23–32.
- [11] Sari DK, Maningtyas RT. Parents' Involvement in Distance Learning during The Covid-19 Pandemic. In: *Proceedings of the 2nd Early Childhood and Primary Childhood Education (ECPE 2020)*. Paris, France: Atlantis Press; 2020, p. 94–7.
- [12] Wardani A, Ayriza Y. Analisis kendala orang tua dalam mendampingi anak belajar di rumah pada masa pandemi covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. 2020;5:772–82.
- [13] Yulianingsih W, Suhanadji S, Nugroho R, Mustakim M. Keterlibatan orangtua dalam pendampingan belajar anak selama masa pandemi covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. 2020;5:1138–50.
- [14] Dong C, Cao S, Li H. Young children's online learning during COVID-19 pandemic: Chinese parents' beliefs and attitudes. *Children and Youth Services Review*. 2020;118:105440.
- [15] Listyanti H, Wahyuningsih R. Manajemen stres orangtua dalam pendampingan pembelajaran daring. *Literasi : Jurnal Kajian Keislaman Multi-Perspektif*. 2021;1:23–48.
- [16] Bender SL, Carlson JS. An initial investigation of parenting stress, social-emotional protective factors, and behavior concerns within a head start population. *Journal Education Development Psychology*. 2013;3:113–23.
- [17] Ramadhany SD, Larasati T, Soleha TU. Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB Dharma Bhakti Dharma Pertiwi. *Jurnal Agromed Unila*. 2017;4:281–92.

- [18] Susilowati E, Azzasyofia M. The parents *stress* level in facing children study from home in the early of covid-19 pandemic in Indonesia. *International Journal Science Society*. 2020;2:1–12.
- [19] Deckard KD. *Parenting stress (Current perspectives in psychology)*. Bloomsbury, London: Yale University Press; 2014.
- [20] Ramadani AC. Depresi “hantui” banyak orang tua di masa pandemi. *Republika.co.id*. 2020. [cited 2021 Feb 23]. Available from: <https://republika.co.id/berita/qganjw463/depresi->
- [21] Bhamani S, Makhdoom AZ, Bharuchi V, Ali N, Kaleem S, Ahmed D. Home learning in times of COVID: Experiences of parents. *Journal of Education and Educational Development*. 2020;7:9–26.
- [22] Bakia M, Shear L, Toyama Y, Lasseter A. Understanding the Implications of online learning for educational productivity. 2012. [cited 2021 Feb 23]. Available from: <https://tech.ed.gov/files/2013/10/implications-online-learning.pdf>
- [23] Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia (Kemendikbud). Penyelenggaraan pendidikan jarak jauh pada pendidikan tinggi. 2020. [cited 2021 Feb 23]. Available from: https://jdih.kemdikbud.go.id/arsip/permen_tahun2012_nomor24.pdf
- [24] Zhao Y, Guo Y, Xiao Y, Zhu R, Sun W, Huang W, et al. The effects of online homeschooling on children, parents, and teachers of grades 1–9 during the COVID-19 pandemic. *Medical Science Monitor*. 2020;26:1–10.
- [25] Pohan AE. *Konsep pembelajaran daring berbasis pendekatan ilmiah*. Purwodadi: CV Sarnu Untung; 2020.
- [26] Syarifudin AS. Impelementasi pembelajaran daring untuk meningkatkan mutu pendidikan sebagai dampak diterapkannya social distancing. *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Metalingua*. 2020;5:31–4.
- [27] Lee SJ, Ward KP, Chang OD, Downing KM. Parenting activities and the transition to home-based education during the COVID-19 pandemic. *Child Youth Services Review*. 2021;122:1–10.
- [28] Situmorang EL, Purba BMM. Online learning and its challenges for parents. In: *Keluarga yang misioner*, Batam: STT Real Batam; 2018, p. 57–61.
- [29] Putri RS, Purwanto A, Pramono R, Asbari M, Wijayanti LM, Hyun CC. Impact of the COVID-19 pandemic on online home learning: An explorative study of primary schools in Indonesia. *International Journal of Advanced Science and Technology*. 2020;29:4809–18.
- [30] Alisma Y, Adri Z. Parenting stress pada orangtua bekerja dalam membantu anak belajar di rumah. *Psyche: Jurnal Psikologi*. 2021;3:64–74.
- [31] Andriani D. Tips Kelola Stress pada Ibu dan Anak Saat Belajar dari Rumah. *BisnisCom*. 2020. [cited 2021 Feb 23]. Available from: <https://lifestyle.bisnis.com/read/20200813/236/1278653/tips-kelola-stress-pada-ibu-dan-anak-saat-belajar-dari-rumah>
- [32] Raihana R. Upaya Pengelolaan emosi ibu pada anak selama pembelajaran dari rumah (Dampak Pandemi covid 19). *Generasi Emas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*. 2020;3:132–9.
- [33] Koskela T, Pihlainen K, Piispa-Hakala S, Vornanen R, Hämäläinen J. Parents’ views on family resiliency in sustainable remote schooling during the COVID-19 outbreak in Finland. *Sustainability*. 2020;12:1–20.
- [34] Salsabila UH, Sukriyanto R, Purwanti E, Purwaningsih P, Satria MIA. Peran orang tua dalam penggunaan teknologi pada pembelajaran online tingkat SD di masa pandemi covid-19. *Jurnal*

- Inovasi Penelitian*. 2020;1:1717–24.
- [35] Moscardino U, Dicataldo R, Roch M, Carbone M, Mammarella IC. Parental stress during COVID-19: A brief report on the role of distance education and family resources in an Italian sample. *Current Psychology*. 2021. Availble from: <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01454-8>.
- [36] Calarco JM, Meanwell E, Anderson E, AmeliaKnopf. “Let’s not pretend it’s fun”: How COVID-19-related school and childcare closures are damaging mothers’ well-being. *ScoArXiv Paper*. 2020;Preprints:1–28.
- [37] Hiraoka D, Tomoda A. Relationship between parenting stress and school closures due to the COVID-19 pandemic. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*. 2020;74:497–8. <https://doi.org/10.1111/pcn.13088>.
- [38] Wardati L, Husna N, Husna N, Lubis H. Pola kerjasama guru dan orang tua pada masa pandemi covid 19 di RA Masjid Agung Medan Polonia. *Al-Ulum Jurnal Pendidikan Islam*. 2020;1:165–83.