

HUBUNGAN STRATEGI KOPING DENGAN TINGKAT STRES PADA ORANG TUA YANG MEMPUNYAI ANAK USIA SD DALAM MENGHADAPI PEMBELAJARAN DARING

CORRELATION OF COPING STRATEGIES USED WITH STRESS SEVERITY LEVEL IN PARENTS WITH ELEMENTARY STUDENT-AGED CHILD IN ONLINE LEARNING

Yudhistira Tri Wardhana^{*1}, Diyah Woro Dwi Lestari², Octavia Permata Sari³, Wahyudin⁴

¹²³⁴*Fakultas Kedokteran, Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto, Indonesia*

ABSTRAK

Pandemi COVID-19 berdampak pada sektor kehidupan termasuk sektor pendidikan. Siswa SD terpaksa memberlakukan pembelajaran daring. Beban menjadi pengajar dan permasalahan lain selama COVID-19 berpotensi menjadi stresor bagi orang tua. Perlu diadakan penelitian yang meneliti hubungan antara strategi koping dengan tingkat stres pada orang tua siswa SD untuk memahami fenomena tersebut. SD Negeri 2 Sokaraja Tengah dipilih dengan harapan mampu merepresentasikan kondisi wilayah pinggiran kota di Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi koping dengan tingkat stres orang tua siswa SD Negeri 2 Sokaraja Tengah. Penelitian menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Data diperoleh melalui kuesioner yang disebarkan langsung ke orang tua. Tingkat stres diukur dengan skala DASS-21 sedangkan strategi koping diukur dengan BRIEF COPE-*Scale Inventory*. Uji analisis Spearman digunakan sebagai metode analisis bivariat dengan tingkat kepercayaan 90%. Hasil penelitian ini menemukan bahwa terdapat korelasi negatif signifikan pada *adaptive coping* (p: -0,389, sig: 0,000) dan *maladaptive coping* (p: -0,374, sig: 0,001). Pada subskala *adaptive coping*, ditemukan: *active coping* (p: -0,372, sig: 0,001), humor (p: -0,378, sig: 0,001), dan *positive reframing* (p: -0,382, sig: 0,000) dengan subskala lain tidak signifikan. Pada subskala *maladaptive coping*, ditemukan: *denial* (p: -0,327, sig: 0,003), *self-blame* (p: -0,320, sig: 0,004), dan *self-disengagement* (p: -0,291, sig: 0,009) dengan subskala lain tidak signifikan. Kesimpulan dari penelitian ini yakni terdapat hubungan negatif bermakna pada strategi koping *adaptive* yang meliputi: *active coping*, humor, dan *positive reframing*, serta pada strategi koping *maladaptive* yang meliputi: *denial*, *self-blame*, *self-disengagement*

Kata kunci: koping adaptif, koping maladaptif, orang tua, pembelajaran daring, stres

Journal Homepage : <http://jos.unsoed.ac.id/index.php/mandala/>

ABSTRACT

COVID-19 pandemic disrupts many aspect of life including education aspect. Elementary school students are required to do online learning. Burden of teaching and other affected lives aspects are potential stressor source for parents. Hence, it is necessary to study correlation between coping strategies that parents used with stress level that they are affected to, so that we can better understand this booming phenomenon. Elementary School 2 of Sokaraja Tengah is chosen with means to represents suburbs of Indonesia. This research goal is to understand whether there would be a correlation between coping strategies and stress level on elementary school students' parents. Using observational analytic with cross-sectional approach. Questionnaire are directly given to parents. Stress level is measured with DASS-21 scale, while coping strategies are measured with BRIEF COPE-Scale Inventory. Spearman bivariate analysis are chosen as the method of bivariate analytic with confidence interval of 90%. Significant negative correlation was found in adaptive coping ($p: -0,389$, sig: 0,000) and maladaptive coping ($p: -0,374$, sig: 0,001). As subscales of adaptive coping, it was found: active coping ($p: -0,372$, sig: 0,001), humor ($p: -0,378$, sig: 0,001), and positive reframing ($p: -0,382$, sig: 0,000) while other subscales are not significant. From subscales of maladaptive coping, it was found: denial ($p: -0,327$, sig: 0,003), self-blame ($p: -0,320$, sig: 0,004), and self-disengagement ($p: -0,291$, sig: 0,009) while other subscales are not significant. It can be concluded that there is a negative correlation between coping strategies which include: adaptive coping (active coping, humor, and positive reframing), and maladaptive coping (denial, self-blame, and self-disengagement) with stress level of Elementary School 2 of Sokaraja Tengah

Keywords: *adaptive coping, maladaptive coping, parents, online-learning, stress*

Penulis korespondensi:

Yudhistira Tri Wardhana,
Fakultas Kedokteran, Universitas Jenderal Soedirman,
Jalan Dr. Gumbreg No.1, Mersi, Purwokerto, 53112.
Email: wardhanayudhistira8@gmail.com

PENDAHULUAN

Pandemi *Coronavirus disease-19* (COVID-19) berdampak pada sendi kehidupan bermasyarakat di Indonesia. Masyarakat dipaksa beradaptasi dengan kehidupan baru yang harus diterapkan dalam rangka menghadapi pandemi COVID-19. Salah satu sektor yang terdampak adalah sektor pendidikan khususnya pendidikan tingkat sekolah dasar/madrasah ibtidaiyah. Di Indonesia terdapat 25.203.371 murid usia dan sebanyak 136.258 murid dari 995 SD/MI berada di wilayah Kabupaten Banyumas (Kemendikbud-Dikti, 2020). Mayoritas siswa didik merasa tidak senang dengan pembelajaran jarak jauh (PJJ) dikarenakan berbagai sebab seperti: masih belum bisa menggunakan teknologi untuk PJJ, keterbatasan alat, keterbatasan internet, kurangnya pendampingan, dan lainnya. Tugas menjadi pendamping belajar ditambah dengan kewajiban orang tua sebagai tonggak berjalannya keluarga menambah permasalahan yang harus dihadapi oleh orang tua (KPAI, 2020).

Emosi yang dimiliki orang tua ini tidak serta merta bisa ditangani dengan baik. Seorang individu membutuhkan strategi dalam mengelola tekanan yang ada. Perilaku negatif yang muncul pada kesalahan pengolahan diri dan lingkungan ini akan berakibat buruk bagi siswa dan juga bagi kesehatan orang tua itu sendiri. Cara orang tua mengatasi permasalahan yang ada merupakan aspek penting yang menentukan kualitas kehidupan keluarga dan status fisik dan mental orang tua. Pengelolaan diri dan masalah orang tua berbeda-beda ditentukan oleh banyak hal dan dapat menghasilkan kondisi yang berbeda antar orang tua dan atau keluarga (Sheidow *et al.*, 2014).

Orang tua memiliki peran sebagai penanam nilai kehidupan bagi anak. Terganggunya peran ini karena kondisi mental orang tua yang terganggu berpotensi menghambat perkembangan anak karena tidak mempunyai nilai baik yang dipegang (Syafi'ah, 2012). Menimbang hal diatas, orang tua perlu mengerti bagaimana cara menghadapi tekanan terutama dalam masa pembelajaran daring pandemi Covid-19 yang penuh tekanan sehingga peran orang tua sebagai jangkar keluarga dan pembekal nilai-nilai untuk anak tetap berjalan dengan baik.

Kelurahan Sokaraja Tengah Kabupaten Banyumas sendiri dipilih dengan maksud agar bisa merepresentasikan kawasan pinggiran kota di Indonesia yang memiliki perdagangan sebagai pekerjaan utama warga (Dinkes Banyumas, 2021). SD Negeri 2 Sokaraja Tengah dipilih mengingat kebutuhan siswa SD yang lebih banyak dari segi pendampingan juga merupakan salah satu hal yang membuat peneliti memutuskan tempat pelaksanaan penelitian di SD Negeri 2 Sokaraja Tengah.

METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan strategi observasional analitik melalui pendekatan *cross-sectional*. Responden merupakan orang tua siswa SD Negeri 2 Sokaraja dengan jumlah populasi target 381 orang. Populasi terjangkau adalah populasi target yang bisa mengisi kuesioner pada bulan September-November 2021. Penghitungan jumlah minimal sampel menggunakan rumus Slovin dengan hasil sampel minimal dari populasi adalah 80 responden. Kriteria eksklusi meliputi beberapa hal, yaitu: wali murid bukan orang tua, orang tua dengan kondisi fisik dan psikis tidak normal, dan orang tua dengan pengalaman yang membuat stres berat dalam 3 bulan terakhir.

Jalannya Penelitian

Sampel diambil dengan teknik *consecutive sampling* serta disesuaikan dengan kriteria inklusi serta eksklusi. Kriteria inklusi berupa orang tua siswa kelas 1-6 SD Negeri 2 Sokaraja Tengah periode pendidikan 2021-2022 yang sedang menjalani pembelajaran daring serta orang tua yang mampu menjawab kuesioner dengan jujur. Kriteria eksklusi yang dimaksud meliputi wali murid bukan orang tua, orang tua yang berada dalam kondisi tidak memungkinkan menjawab pertanyaan dengan baik (kondisi fisik ataupun psikis), orang tua yang memiliki sumber stres signifikan dalam 3 bulan terakhir, dan yang terakhir apabila jawaban yang terkumpulkan tidak lengkap. Peneliti menggunakan skala *BRIEF-COPE Scale Inventory* sebagai alat ukur strategi koping serta menggunakan kuesioner *Depression Anxiety and Stress Scales (DASS 21)* untuk mengukur tingkat stres responden. Kedua alat ukur sudah teruji validitas dan reliabilitasnya dalam Bahasa

Indonesia (Susila & Suyanto, 2014). Pengambilan data dilakukan pada bulan September hingga Desember 2021.

Analisis Data

Analisis univariat bertujuan untuk mengetahui gambaran data dari sampel berupa usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, tingkat ekonomi, tingkat stres, dan strategi koping. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara strategi koping dengan tingkat stres. Penelitian ini menggunakan variabel dengan skala ukur interval dengan data yang abnormal sehingga memenuhi kriteria uji *Spearman* dengan tingkat kepercayaan 90%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Usia

Kategori yang digunakan untuk membagi responden adalah dewasa muda (18-40 tahun), dewasa tengah (41-60 tahun), dan dewasa akhir (>60 tahun) (Hurlock, 2016). Hasil analisis univariat mengenai usia responden disajikan dalam frekuensi (N) dan presentase (%) sebagaimana dalam tabel 1.

Tabel 1. Data Usia

Usia (tahun)	Frekuensi (N=80)	Persentase (%)
Dewasa muda (18 - 40)	45	56,3
Dewasa tengah (41 - 60)	35	43,7
Dewasa akhir (>60)	0	0
Total	80	100

Sumber data: data primer

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa 56,3% responden termasuk dalam usia dewasa muda (18-40), sedangkan 43,7% responden termasuk dalam kategori dewasa tengah (41-60), dan tidak ada responden yang termasuk dewasa akhir.

2. Jenis Kelamin

Hasil analisis univariat mengenai jenis kelamin disajikan dalam frekuensi (N) dan presentase (%) sebagaimana dalam tabel 2.

Tabel 2. Data Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (N=80)	Persentase (%)
Laki-laki	10	12,5
Perempuan	70	87,5
Total	80	100

Sumber data: data primer

Responden perempuan nampak mendominasi dibandingkan dengan responden laki-laki. Responden yang diambil merupakan orang tua yang paling sering mendampingi anak dalam pembelajaran dan dari data jenis kelamin dapat diartikan bahwa ibu / responden perempuan lebih sering mendampingi anak SD Negeri 2 Sokaraja Tengah dalam pembelajaran daring.

3. Tingkat Pendidikan

Hasil analisis univariat mengenai tingkat pendidikan disajikan dalam frekuensi (N) dan presentase (%) sebagaimana dalam tabel 3.

Tabel 3. Data Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan	Frekuensi (N=80)	Persentase (%)
Pendidikan dasar	18	22,5
Pendidikan menengah	46	57,5
Pendidikan tinggi	16	20,0
Total	80	100

Sumber data: data primer

Tingkat pendidikan responden dibagi berdasarkan UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menjadi pendidikan dasar (SMP/MTs), menengah (SMA/MA), dan tinggi (Perguruan tinggi). Didapatkan tingkat pendidikan terbanyak responden adalah pendidikan menengah yakni sejumlah 57,5%.

4. Tingkat Ekonomi

Hasil analisis univariat mengenai tingkat ekonomi responden berdasar kriteria BPS 2016, disajikan dalam frekuensi (N) dan presentase (%) sebagaimana dalam tabel 4.

Tabel 4. Data Tingkat Ekonomi

Tingkat Ekonomi	Frekuensi (N=80)	Persentase (%)
Sangat tinggi	1	1,3
Tinggi	3	3,8
Sedang	23	28,8
Rendah	53	66,3
Total	80	100

Sumber data: data primer

Berdasarkan tabel 4, ditemukan bahwa 66,3% responden memiliki tingkat pendapatan rendah, yakni kurang dari Rp 2.000.000,00

5. Strategi *Coping*

Hasil analisis univariat pada variabel strategi koping disajikan dengan menyantumkan distribusi mean, standar deviasi, dan peringkat penggunaan oleh responden berdasarkan skor pengisian yang didapat pada tabel 5. Strategi koping yang paling sering digunakan responden adalah strategi koping tipe adaptif khususnya religi. Strategi koping maladaptif yang paling sering digunakan adalah *self-distraction* dengan strategi koping *substance use* tidak pernah digunakan responden dengan skor 8. Skoring menggunakan skala BRIEF-COPE (Carver *et al.*, 1989).

Tabel 5. Data Variabel Strategi *Coping*

Variabel (N=80)	Mean ± SD	Peringkat
<i>Adaptive coping</i>	43,33 ± 7,106	
<i>Active coping</i>	5,79 ± 1,548	3
<i>Instrumental support</i>	4,89 ± 1,676	6
<i>Planning</i>	5,54 ± 1,622	4
<i>Acceptance</i>	5,51 ± 1,800	5
<i>Emotional support</i>	4,12 ± 1,679	8
<i>Humor</i>	4,46 ± 1,475	7
<i>Positive reframing</i>	5,96 ± 1,782	2
<i>Religi</i>	7,05 ± 1,190	1
<i>Maladaptive coping</i>	38,39 ± 4,169	
<i>Behavioral disengagement</i>	7,41 ± 0,964	5
<i>Denial</i>	6,79 ± 1,229	4
<i>Self-distraction</i>	4,45 ± 1,606	1
<i>Self-blame</i>	5,70 ± 1,462	2
<i>Substance use</i>	8 ± 0,000	6
<i>Venting</i>	6,06 ± 1,286	3

Sumber data: data primer

6. Tingkat Kecemasan

Hasil analisis univariat mengenai tingkat stres responden disajikan dalam frekuensi dan persentase pada Tabel 6

Tabel 6. Data Variabel Tingkat Kecemasan

Skor	Frekuensi (N = 80)	Presentase (%)
0	3	3,8
2	9	11,3
4	6	7,5
6	11	13,8
8	3	3,8
10	11	13,8

Skor	Frekuensi (N = 80)	Presentase (%)
12	7	8,8
14	5	6,3
16	6	7,5
18	6	7,5
20	3	3,8
22	1	1,3
24	4	5,0
26	3	3,8
36	1	1,3
40	1	1,3
Total	N = 80	100%

Sumber data: data primer

Pengambilan data dan klasifikasi tingkat stres responden menggunakan kuesioner DASS-21 dan hanya menggunakan pertanyaan mengenai stres saja (Indira, 2016). Mengenai klasifikasi skor tingkat stres diatas dapat dilihat pada tabel 7.

Tabel 7. Klasifikasi hasil skor DASS-21

Tingkat Kecemasan (skor DASS 21)	Frekuensi (N=80)	Persentase (%)
Normal (0 – 14)	55	68,8
Ringan (15 - 18)	12	15,0
Sedang (19 - 25)	8	10,0
Berat (26 - 33)	3	3,8
Sangat berat (≥ 34)	2	2,5
Total	80	100

Sumber data: data primer

7. Uji Spearman Strategi Coping dengan Tingkat Kecemasan

Analisis bivariat non parametrik menggunakan uji Spearman untuk melihat signifikansi hubungan, kekuatan korelasi, dan arah korelasi antara variabel strategi coping dengan tingkat stres. Hasil uji Spearman dengan tingkat kepercayaan 90% dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8. Hasil Uji Spearman

Variabel (N=80)	N	p	Sig (2-tailed) / r
Adaptive coping	N = 80	-0,389	0,000
<i>Active coping</i>	N = 80	-0,372	0,001
<i>Instrumental support</i>	N = 80	-0,135	0,234
<i>Planning</i>	N = 80	-0,203	0,071
<i>Acceptance</i>	N = 80	-0,035	0,760
<i>Emotional support</i>	N = 80	-0,037	0,747
Humor	N = 80	-0,378	-0,001
<i>Positive reframing</i>	N = 80	-0,382	0,000
Religi	N = 80	-0,028	0,803
Maladaptive coping	N = 80	-0,374	0,001
<i>Behavioral disengagement</i>	N = 80	-0,177	0,117
<i>Denial</i>	N = 80	-0,327	0,003
<i>Self-distraction</i>	N = 80	-0,291	0,009
<i>Self-blame</i>	N = 80	-0,320	0,004
<i>Substance use</i>	N = 80	-	-
<i>Venting</i>	N = 80	-0,181	0,108

Sumber data: data terolah

Berdasarkan hasil analisis *Spearman*, ditemukan adanya hubungan korelatif negatif berkekuatan moderat pada bagian *adaptive coping* ($p = -0,389$, $r = 0,000$) meliputi: *active coping* ($p = -0,372$, $r = 0,001$), humor ($p = -0,378$, $r = -0,001$), *positive reframing* ($p = -0,382$, $r = 0,000$) serta pada bagian *maladaptive coping* ($p = -0,374$, $r = 0,001$) meliputi: *denial* ($p = -0,327$, $r = 0,003$) dan *self-blame* ($p = -0,320$, $r = 0,004$). Terdapat hubungan korelatif negatif lemah pada *self-distraction* ($p = -0,291$, $r = 0,009$). Tidak ditemukan hubungan yang signifikan pada subskala lain (Akoglu, 2018).

Hubungan yang ditemukan pada bagian *adaptive coping* dan *maladaptive coping* sejalan dengan apa yang pernah ditemukan pada penelitian oleh Alosaimi *et al* (2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara strategi koping tersebut dengan tingkat stres. Akan tetapi, tidak semua subskala yang termasuk dari *adaptive* dan *maladaptive coping* ini akan memiliki korelasi yang sama. Perbedaan hasil korelasi per subskala terutama ditentukan juga oleh perbedaan demografi dari responden (Alosaimi *et al*, 2018).

Subskala *active coping* memiliki korelasi dengan tingkat stres pada penelitian ini didukung oleh Torres (2010), yang menyatakan bahwa terlepas dari perbedaan demografi responden, *active coping* akan tetap memiliki hubungan dengan tingkat stres responden. Subskala humor sendiri menurut Zander-Schellenberg et al. (2020), hanya frekuensi dan jangka waktu antara humor dengan stressor lah yang memiliki korelasi negatif dengan tingkat stres individu, sementara intensitas tertawa tidak memiliki korelasi yang signifikan. Pada penelitian ini, tidak dijelaskan secara mendalam mengenai tipe humor apa yang ditanyakan pada responden. Subskala *positive reframing* pada penelitian oleh Saputro et al. (2020), memiliki korelasi positif dengan tingkat kepuasan hidup dan berkorelasi negatif dengan tingkat stres individu, sejalan dengan apa yang ditemukan pada penelitian ini.

Subskala *denial* ditemukan memiliki korelasi dengan tingkat stres didukung oleh penelitian Kumanova & Karastoyanov (2013), yang menemukan korelasi yang berlawanan arah antara *denial* dan tingkat stres individu. Temuan mengenai korelasi subskala *self-blame* pada penelitian ini didukung oleh Hamrick & Owens (2018), menyatakan bahwa *self-blame* sering didasari pikiran irrasional pada individu yang sedang mengalami stres dan menjadi lingkaran *feedback* positif yang semakin meningkatkan tingkat stres individu tersebut. Subskala *self-distratction* yang memiliki korelasi lemah juga ditemukan pada penelitian oleh Allen & Leary (2010), yang menyatakan adanya korelasi antara frekuensi dan intensitas seseorang melakukan *self-distracttion* yang tidak sehat dengan tingkat stres seseorang.

Perlu diingat bahwa penelitian ini yang mengambil data pada masa akhir pembelajaran daring merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap hasil yang ada. Menurut Crevecoeur (2016), individu normalnya akan bisa beradaptasi terhadap stres yang ada dalam waktu 3-6 bulan sementara pembelajaran daring dan pandemi COVID-19 pada umumnya sudah berlangsung kurang lebih 20 bulan dari awal pengambilan data. Tetapi, perlu dipertimbangkan juga bahwa stresor yang berasal dari pandemi sendiri bukan stresor yang hanya memberikan tekanan di awal akan tetapi merupakan sebuah stresor yang bekerja terus menerus.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan berkekuatan moderat dengan korelasi negatif antara strategi koping yang digunakan dengan tingkat stres responden pada beberapa tipe strategi tertentu (*adaptive coping* meliputi: *active coping*, humor, dan *positive reframing* ; *maladaptive coping* meliputi: *denial*, dan *self-blame*). Serta terdapat hubungan signifikan berkekuatan lemah dengan korelasi negatif antara strategi koping *self-distraction* dengan tingkat stres responden. Sebagai saran kepada peneliti selanjutnya, bisa dilakukan eksklusi faktor perancu yang lebih mendalam seperti: penyebab stres seperti kondisi keluarga di rumah, pekerjaan dengan stres tinggi, usia anak, dan lainnya yang dianggap relevan oleh peneliti selanjutnya. Bagi sekolah dan dinas terkait, bisa membantu mengawasi kesehatan mental baik orang tua ataupun murid di tengah pandemi yang penuh tekanan ini.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada Ibu Dyah Woro Dwi Lestari, S.Psi, M.A. dan Ibu dr. Octavia Permata Sari, M.Si yang sudah membimbing dan mendampingi peneliti selama penelitian ini. Terima kasih juga kepada dr. Hilma Paramita, Sp.KJ yang telah menelaah hasil penelitian ini serta kepada dr. Agung Saprasetya Dwi Laksana, M.Sc.PH dari tim komisi ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman yang telah membantu peneliti dalam penulisan dan pencarian referensi yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Akoglu, H. 2018. User's Guide to Correlation Coefficients. *Turkish Journal of Emergency Medicine*. Vol 18(3): 91-93
- Allen, A. B. & Leary, M. R. 2010. Self-Compassion, Stress, and Coping. *Soc Personal Psychol Compass*. Vol. 4(2): 107-118
- Alosaimi, F., Alfaris, E., Alamri, A. K., Saeed A. I., Aljuaydi, K. A., Alotaibi, A. S., Alotaibi, K. M. 2018. Stress and Coping among Consultant Physicians Working in Saudi Arabia. *Ann Saudi Med*. Vol. 4(5): 211-220
- Badan Pusat Statistik (BPS). 2016. *Penggolongan Pendapatan Penduduk* (online). Badan Pusat Statistik Indonesia. <https://bps.go.id/>. Diakses 12 Agustus 2021
- Carver, C.S., Scheier, N.F., Weintraub, J.K. 1989. Assessing Coping Strategies: A Theoretically

- Based Approach. *Journal of Personality and Social Physiology*. Vol. 56(2): 267-283
- Crevecocour, G.U. 2016. A System Approach to the General Adaptation Syndrome. *RHIRMJ*. Vol. 4(10): 110-121
- Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas. 2021. *Data Pantauan Covid-19 di Banyumas* (online). Tersedia di: <http://covid19.banyumaskab.go.id/>. Diakses 5 Agustus 2021
- Hamrick, L. A. & Owens, G. P. 2018. Exploring the Mediating Role of Self-Blame and Coping in the Relationships between Self-Compassion and Distress in Femles Following the Sexual Assault. *J. Clins. Psychol*. Vol. 75(3): 766-779
- Hurlock, E. B. 2016. *Developmental Psychology (3rd ed)*. New Delhi: McGraw Hill
- Indira, E. 2016. *Stress Questionare: Stress Investigation from Dermatologist Perspective*. Denpasar: PERDOSKI Bali
- Kemendikbud-Dikti (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi). 2020. *APK dan APM SD, SMP, dan SMA (Termasuk Madrasah dan Sederajat)* (online). Tersedia di: <http://publikasi.data.kemdikbud.go.id/>. Diakses 3 Agustus 2021.
- KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia). 2020. *Survei Pelaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dan Sistem Penilaian Jarak Jauh Berbasis Pengaduan KPAI* (online). Tersedia di: <https://bankdata.kpai.go.id/files/2021/02/Paparan-Survei-PJJ-KPAI-290420>. Diakses 1 Agustus 2021
- Kumanova, M. V. & Karastoyanov, G. S. 2013. Perceived Stress and Coping Strategies. *PLoS ONE*. Vol. 13(4): 201-209
- Republik Indonesia. 2003. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Republik Indonesia
- Saputro, I., Sari, R. P., Roudhotina, W. 2020. Life Satisfaction, Coping Stress Strategies & Media Consumption during Covid-19 Pandemic in Indonesia. *Insight*. Vol. 23(1): 123-132
- Sheidow, A. J., Henry, D. B., Tolan, P. H., Strachan, M. K. 2014. The role of stress exposure and family functioning in internalizing outcomes of urban families. *Journal of child and family studies*. Vol. 23(8): 1351-1365
- Syafi'ah. 2012. Peran Kedua Orang Tua dan Keluarga (Tinjauan Psikologi Perkembangan Islam dalam Membentuk Kepribadian Anak). *Jurnal Sosial Budaya*. Vol. 9(1): 109-120
- Torres, L. Predicting Levels of Latino Depression: Acculturation, Acculturative Stress, and Coping. *Cultur Divers Ethnic Minor Psychology*. Vol. 16(2): 256-263.
- Zander-Schellenberg, T., Collins, I.M., Miche, M., Guttman, C., Lieb, R., Wahl, K. 2020. Does Laughing Have a Stress-Buffering Effect in Daily Life? An Intersive Longitudinal Study. *PLoS ONE*. Vol. 15(7): 131-140