

TINGKAT STRES PADA ORANG TUA MURID DALAM MENDAMPINGI ANAK BELAJAR DARING SAAT MUSIM PANDEMI COVID-19

Windu Astutik, Kadek Benny Dharma Yudha

^{1,2} Keperawatan, Stikes KESDAM IX/Udayana, wnd.ners@gmail.com

ABSTRAK

Abstrak: Pandemi COVID-19 yang berkepanjangan mengganggu kehidupan, termasuk pendidikan. Guru, murid dan orang tua mengalami masalah selama diterapkannya kebijakan belajar dari rumah. Penelitian ini bertujuan menggambarkan tingkat stres pada orang tua murid dalam mendampingi anak belajar daring saat musim pandemi. Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan deskriptif analitik pada orang tua murid SD sebanyak 83 responden. Hasil penelitian menunjukkan orang tua mengalami tingkat stres normal sebanyak 53 orang (63,9 %) dan ada tiga orang (3,6 %) mengalami stres berat. Dapat disimpulkan bahwa tingkat stres pada orang tua dalam mendampingi anaknya belajar daring selama pandemi COVID-19 sebagian besar mengalami tingkat stres normal.

Abstract: The COVID-19 pandemic disrupts life, including education. Teachers, students, and parents experienced problems during the implementation of the study from home policy. This study aims to described the stress level of parents in accompanying children to learn online during the pandemic season. This research method is quantitative with descriptive analytics on the parents of elementary school students as many as 83 respondents. The results are the parents experienced normal stress as many as 53 people (63.9%) and three people (3.6%) experienced severe stress. It can be concluded that the parents in accompanied their children to study online during the COVID-19 pandemic mostly experienced normal stress levels.

A. LATAR BELAKANG

Pandemi COVID-19, juga dikenal sebagai pandemi corona virus disease 2019, yang terjadi pertama kali pada akhir tahun 2019 disebabkan oleh virus corona baru, WHO menamakan virus tersebut dengan nama novel corona virus (nCoV-19). Wabah ini pertama kali diidentifikasi di Wuhan, Cina, pada Desember 2019. Umumnya penularan virus ini terjadi melalui droplet yang kontak terhadap virus, lalu virus masuk melalui mukosa yang terbuka kemudian menimbulkan infeksi saluran napas atas hingga terjadi ARDS^[1]. Penyakit ini pertama kali ditemukan di Indonesia pada tanggal, 2 Maret 2020 di Depok Jawa Barat sebanyak 2 kasus^[2]. Bali khususnya di kota Denpasar per 21 Maret 2020 terungkap 3 kasus pasien positif COVID-19^[3].

Wabah ini sangat berdampak bagi kesehatan maupun non kesehatan (ekonomi dan pendidikan). Dikutip Pikiran Rakyat.com dari laman World o Meters, secara global kasus positif COVID-19 tepatnya jumlah totalnya mencapai 167.976.220 per, 25 Mei 2021. Dikutip dari Komite Penanganan COVID-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional jumlah terpapar COVID-19 di Indonesia per 25 Mei 2021, kasus aktif 94.486, terkonfirmasi 1.786.187, Suspek 92.350, Sembuh 1.642.074, Spesimen 84.424, meninggal 49.627^[4]. Di Bali, berdasarkan data dari Satuan Tugas Penanganan COVID-19 per 25 Mei 2021 jumlah kasus terkonfirmasi positif 46.973 orang, sembuh 44.733 orang (95,23%), meninggal dunia 1.480 orang (3,15%) dan kasus aktif per hari menjadi 760 orang (1,62%)^[3].

Dampak COVID-19 dalam bidang pendidikan juga sangat besar seperti penutupan sekolah, universitas dan perguruan tinggi sehingga murid dan mahasiswa dituntut belajar online yang bertujuan untuk mencegah penularan^[5]. Perubahan sistem pembelajaran menjadi online (daring) memiliki dampak positif dan negatif. Dampak positif dari pandemi ini adalah masyarakat lebih memperhatikan kesehatan, hubungan keluarga yang semakin dekat, munculnya aktivitas-aktivitas baru yang produktif dan hemat serta meningkatnya literasi pemanfaatan IT. Dampak negative yang dirasakan oleh murid ialah ancaman putus sekolah, penurunan capaian belajar, dengan tidak sekolah anak berpotensi menjadi korban kekerasan rumah tangga yang tidak terdeteksi guru, keterbatasan gawai (HP) dan kuota internet sebagai fasilitas pendukung belajar daring, anak kurang bersosialisasi dan anak berisiko kehilangan pembelajaran^[6].

Orang tua mempunyai masalah dan tantangan baru dalam menghadapi permasalahan tersebut, karena sebagian besar kepemilikan handphone adalah milik orang tua mereka, sehingga memerlukan pendampingan orang tua. Sebagian besar orang tua melaporkan adanya keluhan selama mendampingi anaknya belajar di rumah. Orang tua mengalami peningkatan stres akibat COVID-19 dan bisa berdampak buruk bagi anaknya^[7].

Stres yang dialami orang tua disebabkan oleh upaya orang tua menyeimbangkan antara pekerjaan, merawat anak, dan pekerjaan rumah^[8]. Orang tua yang memiliki anak kelas 1 sampai dengan 3 SD sepenuhnya mendampingi anak dalam belajar online

karena anak belum bisa mengoperasikan gawai^[2]. Kurangnya penguasaan teknologi menyebabkan orang tua kerjanya menjadi bertambah karena selain mengurus pekerjaannya sehari-hari yaitu mengurus rumah tangga orang tua juga dibebani dengan mendampingi anaknya belajar secara online, kemudian menjadi bertambahnya biaya kuota internet yang harus dikeluarkan dalam mendampingi anaknya belajar secara online sehingga menambah beban pengeluaran orang tua, hal tersebut menjadi kendala orang tua dalam pendampingan proses belajar dari rumah^[5]. Stres yang berkepanjangan dapat menimbulkan masalah kesehatan yang serius. Kondisi kronis yang dapat timbul adalah kelelahan/burnout dimana orang tua akan terlihat melecehkan dan menelantarkan anaknya^[8].

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis, dengan mewawancarai beberapa orang tua murid didapatkan dari 10 orang tua murid 3 orang kurang mampu mengerti tentang tugas-tugas yang diberikan oleh guru pengajar, 4 orang merasa stres karena bebannya bertambah seperti belum mengurus keluarga, mendampingi anak belajar daring dan biaya kuota internet menjadi bertambah, 2 orang mengeluh tidak memiliki fasilitas yang memadai seperti tidak memiliki smartphone, Komputer/laptop dan 1 orang merasa tidak terbebani dalam mendampingi anaknya belajar daring di rumah. Maka penulis tertarik melakukan penelitian "Tingkat Stres Pada Orang Tua Murid Dalam Mendampingi Anak Belajar Daring Saat Musim Pandemi COVID-19".

B. METODE PENELITIAN



Jenis penelitian yang digunakan peneliti adalah Penelitian kuantitatif dengan deskriptif analitik. Berdasarkan data yang didapat peneliti, jumlah total orang tua dari kelas 1 sampai kelas 6 keseluruhan sebanyak 472 orang. Penelitian ini menggunakan Non probability Sampling yaitu teknik purposive sampling didapatkan 83 orang setelah di rumuskan.

Pengumpulan data pada penelitian ini

3 r SD SMP SMA

menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner online dengan google form.

Kuesioner yang digunakan adalah Depression Anxiety Stress Scales (DASS 42) yang terdiri dari 14 pernyataan skala stres.

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan SPSS versi 26 for Windows. Data dalam penelitian ini dianalisis secara univariat dan disajikan dalam bentuk frekuensi distribusi. Penelitian ini telah lolos uji etik dari Komisi Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Udayana/Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar dengan nomor: 259/UN14.2.2.VII.14/LT /2021.

C. HASIL

1. Karakteristik Responden

Data demografik responden pada penelitian ini berdasarkan pada usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, pekerjaan, pendapatan per bulan, dukungan keluarga dan status pernikahan. Distribusi frekuensi data demografik responden disajikan pada tabel 1.

TABEL 1

Data Demografi responden (n=83)

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Usia Dewasa awal (29-39)	50	60,2

	Dewasa tengah (40-55)	33	39,8
Jenis kelamin			
2	Laki-laki	22	26,5
	Perempuan	61	73,5
Pendidikan			
	4	4,8	
	18	21,7	
	40	48,2	
	21	25,3	
Perguruan tinggi			
Pekerjaan			
4	TNI/PNS/Guru	7	8,4
	Ibu rumah tangga	38	45,8
	Swasta	38	45,8
Pendapatan/B In			
5	< Rp. 1.000.000,-	21	25,3
	> Rp. 1.000.000,-	62	74,7
Dukungan keluarga			
6	Didukung	81	97,6
	Tidak didukung	2	2,4
Status pernikahan			
7	Duda	3	3,6
	Janda	5	6,0
	Keluarga utuh	75	90,4

(Sumber: Data primer yang sudah diolah, 2021)

Berdasarkan tabel.1 diketahui bahwa dari 83 responden, sebagian besar berusia dewasa awal (29-39 tahun) sebanyak 50 orang (60,2%). Berdasarkan jenis kelamin sebagian besar sebanyak 61 orang (73,5%) berjenis kelamin perempuan. Rata-rata responden berpendidikan SMA (48,2%). Pekerjaan responden rata-rata sebagai ibu rumah tangga dan karyawan swasta



masing-masing 45,8% atau sebanyak 38 orang.

Sedangkan berdasarkan pendapatan/bulan sebagian besar sebanyak 62 orang (74,7%) berpendapatan/bulannya > Rp. 1.000.000,00, berdasarkan dukungan keluarga hampir seluruhnya sebanyak 81 orang (97,6%) didukung keluarga, ada sebagian kecil sebanyak 2 orang (2,4%) tidak didukung keluarga, status pernikahan responden hampir seluruhnya sebanyak 75 orang (90,4%) status pernikahannya keluarga utuh.

2. Tingkat Stres Responden

Hasil penelitian mengenai tingkat stres orang tua murid dapat dilihat pada tabel 2:

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 83 responden, sebagian besar mengalami tingkat stres normal yaitu sebanyak 53 orang (63,9%) dan sebagian kecil mengalami tingkat stres berat yaitu sebanyak 3 orang (3,6%).

TABEL 2

Tingkat Stres Orang tua dalam mendampingi pembelajaran daring (n=83)

Tingkat Stres	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal	53	63,9
Ringan	16	19,3
Sedang	11	13,3
Berat	3	3,6
Total	83	100,0

(Sumber: Data primer yang sudah diolah, 2021)

D. PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel.2 menunjukkan orang tua murid berdasarkan usia sebanyak 50 orang (60,2%) berusia dewasa awal. Menurut Lestari (2015), usia mempengaruhi

fisiologis seseorang dimana semakin bertambah usia seseorang semakin mudah mengalami stres hal ini dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kemampuan berpikir, mengingat dan mendengar [9].

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Palupi (2021) tentang tingkat stres ibu dalam mendampingi siswa-siswi sekolah dasar selama belajar di rumah pada masa pandemi COVID-19, yang menunjukkan bahwa karakteristik responden yang paling banyak berdasarkan usia yaitu usia dewasa awal [10]. Usia orang tua dapat mempengaruhi tentang stres yang dialami, karena usia akan mempengaruhi kemampuan mengontrol stres yang terjadi dalam mengelola emosi, pikiran serta perilaku terhadap masalah yang dihadapi dan semakin bertambah usia seseorang semakin memahami segala permasalahan yang dialami sehingga stres yang dialami semakin berkurang karena cara pikir seseorang semakin stabil dan mampu mengambil keputusan yang positif.

Jenis kelamin responden sebanyak 61 orang (73,5%) berjenis kelamin perempuan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susilowati & Azzasyoria (2020) tentang

pengaruh anak belajar di rumah dengan tingkat stres orang tua, menunjukkan bahwa karakteristik responden yang paling banyak berdasarkan jenis kelamin yaitu berjenis kelamin perempuan [11]. Menurut peneliti jenis kelamin berperan terhadap terjadinya stres, dimana perempuan lebih mudah mengalami stres dari pada laki-laki, ini dipengaruhi karena perempuan lebih sensitif dan cemas dalam menghadapi suatu masalah, hal ini dipengaruhi juga karena perempuan mempunyai adanya

hormon esterogen yang dapat membuat perempuan lebih mudah terkena stres.

Responden rata-rata berpendidikan akhir SMA (48,2%). Sejalan dengan hasil penelitian Listyanti dan Wahyuningsih (2020) tentang manajemen stres orang tua dalam pendampingan pembelajaran daring, menunjukkan bahwa karakteristik responden yang paling banyak berdasarkan pendidikan akhir yaitu SMA^[12]. Tingkat pendidikan berpengaruh juga terhadap stres yang dialami oleh seseorang dimana semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin bijak juga dalam mengambil suatu keputusan terhadap suatu permasalahan sehingga dapat memberikan solusi yang tepat bagi permasalahan yang sedang dihadapinya.

Pekerjaan orang tua murid yang menjadi responden dalam penelitian ini sebagai ibu rumah tangga dan swasta (45,8%). Senada dengan hasil penelitian Handayani et al. (2020) yang menunjukkan bahwa karakteristik responden yang paling banyak berdasarkan pekerjaan yaitu ibu rumah tangga dan swasta^[13]. Berhubungan dengan pekerjaan sebagian besar responden dalam penelitian ini, pendapatan/bulan sebagian besar lebih dari Rp. 1.000.000,00. Pendapatan ini mempengaruhi dalam kehidupan sehari-hari karena apabila pendapatan lebih kecil dari pada pengeluaran dapat menimbulkan masalah kehidupan bagi seseorang/keluarga, dengan adanya suatu permasalahan dapat memicu stres seseorang.

Dukungan keluarga yang didapatkan oleh responden hampir seluruhnya sebanyak 81 orang (97,6%) didukung keluarga. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Lilawati (2020) tentang

peran orang tua dalam mendukung kegiatan pembelajaran di rumah pada masa pandemi, menunjukkan bahwa karakteristik responden yang paling banyak berdasarkan dukungan keluarga yaitu didukung keluarga^[14]. Menurut peneliti dukungan keluarga sangat berperan terhadap seseorang yang mengalami stres dimana dengan adanya dukungan keluarga seperti memberikan perhatian kepada seseorang yang mengalami permasalahan dapat mengurangi stres yang dialaminya.

Berdasarkan status pernikahan hampir seluruhnya sebanyak 75 orang (90,4%) status pernikahannya keluarga utuh. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Susilowati & Azzasyofia (2020) tentang pengaruh anak belajar di rumah dengan tingkat stres orang tua, menunjukkan bahwa karakteristik responden yang paling banyak berdasarkan status pernikahan yaitu keluarga utuh^[11]. Menurut peneliti status pernikahan juga dapat mempengaruhi stres yang dialami oleh seseorang dimana keharmonisan rumah tangga dapat berpengaruh dalam mengurangi atau mencegah stres seseorang, karena dengan adanya keterlibatan salah satu dari pasangan yang memberikan dukungan dapat mengurangi stres yang dialami.

2. Tingkat stres orang tua

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2, Sebagian besar orang tua murid mengalami tingkat stres normal pada saat mendampingi anaknya belajar di rumah. Hasil penelitian berbeda dengan penelitian Susilowati dan Azzasyofia (2020) yang menyatakan bahwa orang tua mengalami stres sedang dan berat saat mendampingi anak belajar di rumah

pada musim pandemi COVID-19^[11]. Demikian pula dengan temuan Gloria (2020) tentang stres pada ibu terhadap pembelajaran daring selama pandemi COVID - 19, tingkat stres yang dialami orang tua sebagian besar pada tingkat stres berat^[15]. Kemungkinan perbedaan hasil ini dilihat dari segi waktu, kedua penelitian tersebut dilakukan saat pandemi baru terjadi (3 bulan setelah pandemi) sedangkan penelitian yang dilakukan penulis setelah lebih dari 6 bulan terjadi pandemi.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Palupi (2021) menyatakan seluruh responden memiliki tingkat stres ringan saat mendampingi anak belajar di rumah selama pandemi COVID - 19^[10]. Tingkat stres yang dialami seseorang bisa berbeda satu sama lain, dimana tingkat stres seseorang dapat dipengaruhi oleh jumlah permasalahan yang dialami, waktu terjadinya masalah sehingga seseorang dapat melakukan adaptasi terhadap stres. Orang tua dapat mengalami stres saat mendampingi anak belajar di rumah karena harus membagi waktu antara bekerja dan pendampingan. Terlebih jika harus ditambah dengan pekerjaan rumah tangga yang harus dilakukan seorang ibu, sehingga stres banyak dialami oleh wanita daripada pria. Pengetahuan orang tua kurang memadai jika dibandingkan dengan kurikulum pembelajaran yang diberikan kepada siswa bisa mengakibatkan masalah bagi orang tua.

Stres sangat erat hubungannya dengan waktu terpaparnya individu dengan stressor, semakin lama terpapar individu akan mempelajarinya dan beradaptasi. Tanda-tanda yang ditemukan pada orang tua murid SD

dalam penelitian ini yang mengarah pada stres normal seperti kesulitan untuk relaksasi/bersantai, mudah merasa kesal, tidak sabaran, sulit untuk beristirahat dan mudah gelisah. Menurut Wijayaningsih (2014) tanda - tanda stres normal seperti semangat tinggi, tajam penglihatannya dan bertenaga^[16]. Stres normal merupakan tahapan stres yang paling rendah yang ditandai dengan semangat bekerja yang besar, penglihatan tajam tidak sebagaimana umumnya, merasa senang dengan pekerjaan, akan tetapi tanpa disadari cadangan energi yang dimiliki semakin menipis^[17].

Faktor penyebab stres dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti peristiwa sehari-hari baik sedih maupun gembira, pekerjaan atau pelajaran sekolah, serta faktor lingkungan juga dapat memicu stres pada seseorang seperti lingkungan internal dan lingkungan eksternal ^[18], ^[19]. Keluarga dengan kedua orang tua bekerja memiliki kesulitan untuk mendampingi anaknya belajar di rumah, keterbatasan akses internet dan keterbatasan waktu dan pengetahuan bisa menyebabkan peningkatan stres pada orang tua^[20]. Meskipun demikian, Orang tua tetap bisa mengalami stres karena memiliki keterbatasan dalam mendampingi anak selama belajar di rumah. Orang tua yang mempunyai pendapatan yang lebih dan mendapatkan dukungan keluarga serta status pernikahan keluarga utuh akan mengubah respon terhadap sumber tekanan sehingga tingkat stres yang dirasakan mengarah pada stres normal.

Selama pendampingan belajar online orang tua mengalami beberapa hambatan seperti kurang patuhnya anak terhadap

orang tua, pemahaman materi yang kurang dari orang tua, orang tua mengalami kesulitan dalam membagi waktu dengan pekerjaan rumah dan respon guru yang kurang, sehingga hal tersebut yang membuat orang tua mengalami stres. Adapun beberapa upaya untuk mengatasi stres seperti membagi jatah waktu pendampingan antara ayah dan ibu, bercerita dengan mengungkapkan perasaan dan masalah kepada orang yang terdekat dan beristirahat dilakukan dengan cara memberi waktu kepada orang tua dan anak agar melepas emosi atau penat sehingga tingkat stres yang dialami menjadi normal ^[12].

E. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tingkat stres orang tua murid SD dalam mendampingi pembelajaran daring selama masa pandemi Covid-19 dapat ditarik simpulan bahwa sebagian besar orang tua mengalami stres pada tingkatan normal. Saran yang perlu dilakukan pendampingan orang tua selama pembelajaran daring untuk mengatasi ketegangan-ketegangan yang dialami.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada pimpinan Stikes KESDAM IX/Udayana dan pihak-pihak yang telah memberikan dukungan penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] D. Handayani, D. R. Hadi, F. Isbaniah, E. Burhan, and H. Agustin, "Penyakit Virus Corona 2019," *J. Respirologi Indones.*, vol. 40, no. 2, 2020.
- [2] W. A. F. Dewi, "Dampak COVID-19

- terhadap Implementasi Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar," *Edukatif J. Ilmu Pendidik.*, vol. 2, no. 1, pp. 55–61, 2020, doi: 10.31004/edukatif.v2i1.89.
- [3] Pemerintah Provinsi Bali, "Info Corona Pemerintah Provinsi Bali," 2021. <https://infocorona.balipos.go.id>.
- [4] Komite Penanganan Covid-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional, "Satuan Tugas Penanganan Covid-19," 2021. <https://covid19.go.id>.
- [5] A. Purwanto et al., "Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar Agu," *J. Educ. Psychol. Couns.*, vol. 2 Nomor 1, pp. 1–12, 2020.
- [6] Metro Tempo, "Dampak Negatif dan Positif Pembelajaran Dampak Jauh Selama Pandemi Covid-19," *Metro*, 2020. <https://metro.tempo.co/rid/1391861/dampak-negatif-dan-positif-pembelajaran-jarak-jauh-selama-pandemi-covid-19>.
- [7] S. M. Brown, J. R. Doom, S. Lechuga-Peña, S. E. Watamura, and T. Koppels, "Stress and parenting during the global COVID-19 pandemic," *Child Abus. Negl.*, 2020, DOI: 10.1016/j.chiabu.2020.104699.
- [8] A. K. Griffith, "Parental Burnout and Child Maltreatment During the COVID-19 Pandemic," *Journal of Family Violence*. 2020, DOI: 10.1007/s10896-020-00172-2.
- [9] T. Lestari, *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2015.
- [10] T. N. Palupi, "Tingkat stres ibu dalam mendampingi siswa-siswi sekolah dasar selama belajar di rumah pada masa pandemi covid-19," *J. Psikol. Pendidik. Dan Pengemb. SDM*, vol. 10, no. 1, 2021.
- [11] E. Susilowati and M. Azzasyofia,



- "Pengaruh Anak Belajar Di Rumah Dengan Tingkat Stres Orang Tua," *Int. J. Sci. Soc.*, vol. 4, no. 11, 2020.
- [12] H. Listyanti and R. Wahyuningsih, "(2020). Manajemen Stres Orangtua Dalam Pendampingan Pembelajaran Daring. , 1(1), 23–48.," *Literasi J. Kaji. Keislam. Multi-Perspektif*, vol. 1, no. 1, pp. 23–48, 2020, doi: <https://doi.org/10.22515/literasi.v1i1.3256>.
- [13] T. Handayani, H. N. Khasanah, and R. Yoshinta, "Pendampingan Belajar Di Rumah Bagi Siswa Sekolah Dasar Terdampak Covid-19," *Abdipraja*, vol. 1, no. 1, 2020, doi: <https://doi.org/10.31002/abdipraja.v1i1.3209>.
- [14] A. Lilawati, "Peran Orang Tua dalam Mendukung Kegiatan Pembelajaran di Rumah pada Masa Pandemi," *J. Obs. urnal Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 5, no. 1, p. 549, 2020, doi: <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.630>.
- [15] J. T. Gloria, "Stress Pada Ibu Terhadap Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19," *J. Kaji. Keislam. Multi-Perspektif*, vol. 1, no. 1, 2021, doi: DO - 10.31219/osf.io/prbkd.
- [16] K. S. Wijayaningsih, *Psikologi Keperawatan*. Jakarta: TIM, 2014.
- [17] Priyoto, *Konsep Manajemen Stres*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2014.
- [18] Z. L. Lukaningsih and S. Bandiyah, *Psikologi Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2011.
- [19] F. Rinawati and S. Sucipto, "Analisa Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Dan Motivasi Belajar Mahasiswa," *J. Keperawatan Jiwa*, vol. 7, no. 1, pp. 95–98, 2019, doi: <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.95-100>.
- [20] M. Wu et al., "Mental health status of students' parents during COVID-19 pandemic and its influence factors," *Gen. Psychiatry*, 2020, DOI: 10.1136/psych-2020-100250.