**TINGKAT STRES IBU YANG MEMILIKI ANAK SD BELAJAR DARING SELAMA PANDEMI *COVID-19* DI SUKABUMI**

***THE STRESS LEVEL OF MOTHERS WHO HAVE ELEMENTARY CHILDREN LEARNING ONLINE DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN SUKABUMI***

**Syifa Aprilia Fauziah, Anwar, Katrim Alifa Putrikita**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[syifaapriliafau.13@gmail.com](mailto:syifaapriliafau.13@gmail.com)

088216014744

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres ibu yang memiliki anak SD belajar daring selama pandemi *covid-19* di Sukabumi. Pertanyaan penelitian yang diajukan dalam penelitian ini adalah Bagaimana gambaran tingkat stres Ibu yang memiliki anak SD belajar daring selama pandemi ditinjau dari faktor wilayah, status pekerjaan, usia, jumlah anak, dan jenjang pendidikan yang dipengaruhi oleh budaya. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 125 responden dengan karakteristik ibu rumah tangga yang memiliki anak sekolah dasar dengan pembelajaran *online* dan bertempat tinggal di wilayah Sukabumi. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan skala *Symptoms of Stress Scale*. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Berdasarkan hasil penelitian, bahwa subjek yang berada dalam kategori stres tingkat tinggi sebanyak 36 subjek (28,8%). Untuk kategorisasi stres tingkat sedang terdapat 69 subjek (55,2%). Sedangkan untuk kategorisasi stres tingkat rendah terdapat 20 subjek (16%). Selain itu usia dan jumlah anak mempengaruhi tingkat stres yang ibu alami selama pandemi *covid-19*. Ibu yang berusia ≥ 31 (Mean = 36,10) tahun memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan ibu yang berusia 24-30 tahun (Mean = 29,86), hal ini juga berkaitan dengan jumlah anak yang dimiliki dimana semakin bertambahnya usia ibu maka jumlah anak akan semakin bertambah. Dan dalam penelitian ini diperoleh hasil bahwa ibu yang memiliki anak lebih dari dua memiliki tingkat stres yang lebih tinggi (Mean = 37,04) dibanding ibu yang memiliki 1-2 anak (Mean = 31,96).

**Kata kunci**: Pembelajaran Daring, Tingkat Stres, *Covid-19*

***Abstract***

*This study aims to describe the stress levels of mothers who have elementary school children studying online during the COVID-19 pandemic in Sukabumi. The research question posed in this study is how to describe the stress level of mothers who have elementary school children studying online during the pandemic in terms of regional factors, employment status, age, number of children, and level of education, which are influenced by culture. The subjects in this study amounted to 125 respondents with the characteristics of housewives who have elementary school children with online learning and live in the Sukabumi area. The research data was obtained using the Symptoms of Stress Scale. The data analysis method used in this research is descriptive quantitative. Based on the results of the study, there were 36 subjects in the high stress category (28.8%). For the category of moderate stress, there were 69 subjects (55.2%). As for the categorization of low-level stress, there were 20 subjects (16%). In addition, the age and number of children affect the level of stress that mothers experience during the COVID-19 pandemic. Mothers aged 31 (Mean = 36.10) years have a higher stress level than mothers aged 24–30 years (Mean = 29.86). This is also related to the number of children they have, where the increasing age of the mother, the number of children will increase. And in this study, it was found that mothers who had more than two children had a higher stress level (Mean = 37.04) than mothers who had one to two children (Mean = 31.96).*

***Key word****: Online Learning, Stress Level, and Covid-19.*

**PENDAHULUAN**

*Corona virus* merupakan kelompok virus yang menyebabkan penyakit pada manusia maupun hewan (Kemenkes, 2020). Pada manusia corona virus menyerang saluran penafasan, mulai dari batuk pilek sampai infeksi saluran pernafasan seperti *Middle East Respiratory Syndrome (MERS)* dan Sindrom Pernafasan Akut Berat / *Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS)* (WHO, 2019). Sejak tanggal 13 April 2020 pemerintah Indonesia menetapkan wabah *COVID-19* sebagai bencana nasional, dengan diterbitkannya Keputusan Presiden No. 12 Tahun 2020 tentang penetapan bencana non alam penyebaran *corona virus* *disease* 2019 (*COVID-19*) sebagai bencana nasional. Pandemi *COVID-19* tentunya memiliki dampak terhadap semua sektor dan kalangan termasuk sektor pendidikan (Gusty dkk, 2020). Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan mengeluarkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran *corona virus disease* (*COVID-19*), dalam butir ke-2 dijelaskan bahwa proses belajar dilaksanakan di rumah secara daring (SE KEMENDIKBUD, 2020). Penetapan tersebut dilakukan sebagai upaya pemerintah dalam menanggapi dan menanggulangi wabah *COVID-19*. Selain itu, pemerintah memiliki tujuan dengan diberlakukannya kebijakan tersebut dapat memutus mata rantai penyebaran *COVID-19* (Sudarsana dkk, 2020).

Menurut Yuliani dkk (2020) pembelajaran daring sendiri merupakan pembelajaran yang dilakukan di luar sekolah atau rumah yang memanfaatkan teknologi internet, pembelajaran yang sepenuhnya daring memiliki beberapa persyaratan utuk siswa, yaitu : (1) *ICT literacy*, siswa harus memiliki kemampuan awal berupa penguasaan ICT yang dasar sebagai alat untuk belajar seperti kemampuan membaca dan menulis. (2) *Indevedency*, belajar daring membutuhkan kondisi siswa yang sudah terbiasa untuk belajar mandiri, yaitu memanfaatkan fasilitas belajar daring untuk mempelajari materi, mengerjakan quiz dan berlatih menguasai kompetensi tanpa harus di bimbing langsung oleh guru. Dalam hal ini siswa harus memiliki motivasi internal yang tinggi untuk terus belajar mencapai target. (3) *Creativity and Critical Thinking*, fasilitas pembelajaran daring sangat beragam, siswa dapat mempelajari berbagai sarana yang tersedia seperti *browsing, chatting, groups discussion, video conference, quiz online, drill online* dan lainnya, hal ini menuntut adanya kreativitas siswa untuk memanfaatkan semua dengan optimal. Dalam hal ini siswa perlu kreatif dalam menggali dan memvariasikan pengalaman belajar. Belajar daring memfasilitasi siswa untuk mendapat informasi lebih banyak dan beragam dari media elektronik dibandingkan dengan metode pembelajaran tradisional. Akan tetapi siswa dituntut untuk berfikir kritis dalam memilih, menentukan, dan menyerap informasi. Selain itu, guru perlu memperhatikan dan mempertimbangkan hal tersebut dengan mengacu pada karakteristik materi pembelajaran, karakteristik siswa, serta kompetensi yang akan dicapai.

Berkaitan dengan pandemi *covid-19*, kebijakan-kebijakan yang dikeluarkan pemerintah memaksa seluruh warganya untuk menjalankan aktivitas di dalam rumah dan meminimalisir kegiatan diluar rumah, kecuali dengan alasan mendesak (Hanjani, 2021). Salah satunya kebijakan pembelajaran daring yang menimbulkan berbagai dampak khas dalam konteks posisi dan peran perempuan termasuk ibu di dalam keluarga, terutama bagi ibu yang bekerja (Komnas Perempuan, 2020). Peranan perempuan cukup besar dalam pekerjaan domestik termasuk tanggung jawab pengasuhan anak. Pengasuhan anak diidentikkan dengan ibu dibandingkan dengan ayah. Seorang ibu mempunyai peran vital dalam pengasuhan dan menjadi bagian terpenting dalam setiap perkembangan sang anak. Selain itu, seorang ibu yang bekerja akan membagi perhatian untuk pekerjaan dan keluarga tentunya. Hal inilah yang menjadi tantangan seorang ibu ketika menjalankan perannya (Wibowo & Satih, 2013). Hal tersebut terjadi dikarenakan di Indonesia budaya patriarki masih sangat kental dan melekat dalam kehidupan masyarakat sehari-hari, dimana para istri dituntut untuk mengurus anak dan berperan penuh dalam ranah domestik rumah tangga, sedangkan para suami lebih berfokus untuk mencari nafkah (Slamet, 2012). Hal ini sejalan dengan pernyataan Ketua KPAI, Suswanto dilansir dari laman Republika.co.id, bahwa selama pandemi berlangsung, Ibu menjadi peran utama dalam mengasuh dan mengurus pekerjaan domestik yang berlipat yang mana hal tersebut dapat menyebabkan stres.

Peranan ibu dalam pendampingan belajar via daring ini tentu sangat diperlukan, mulai dari membantu anak menyiapkan sarana belajar, membuka aplikasi, mengisi daftar absensi, membantu menyelesaikan tugas-tugas anak, hingga melaporkan hasil belajar ke sekolah (Citra & Arthani, 2020). Menjadi pendamping belajar anak sekaligus mengerjakan pekerjaan rumah tangga maupun pekerjaan kantor, bagi kebanyakan ibu hal ini merupakan perubahan yang dapat menjadi stressor baru (Marliani, 2020). Gloria (2021) mengemukakan bahwa sebagian orangtua khususnya ibu merasa terganggu dalam menjalani kehidupan sehari-hari baik aktivitas maupun pikirannya karena ibu belum bisa beradaptasi dengan situasi dan kondisi saat ini dan dapat berujung stres, seperti terkendala dalam penggunaan perangkat elektronik; pembagian waktu antara pekerjaan dan mendampingi anak saat pembelajaran daring; frustasi akibat anak mudah teralihkan fokusnya terhadap hal lain ketika belajar; kurangnya dukungan secara emosional dari pasangan; dan masalah ekonomi keluarga yang menurun.

Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan stres merupakan interaksi antara seseorang dengan lingkungan yang membahayakan dirinya, baik secara langsung maupun tidak langsung. Sejalan dengan definisi dari Lazarus dan Folkman, Lukaningsih dan Bandiyah (2011) menyatakan bahwa stres merupakan istilah yang menjelaskan suatu tuntutan untuk beradaptasi dari individu atau reaksi individu terhadap tuntutan tersebut. Apabila terdapat perubahan pada lingkungan yang mengharuskan seseorang untuk menyesuaikan diri, maka stress merupakan reaksi seseorang baik secara fisik maupun emosional (mental/psikis). Akan tetapi bila stress berlangsung lama dan berat, stress dapat berdampak negatif pada kesehatan. Stress dapat menyebabkan berbagai gangguan baik fisik maupun jiwa sebagai reaksi terhadap stress yang dialami oleh seseorang, selain itu stress dapat menganggu keseimbangan diri individu dalam menjalankan aktivitas secara normal (Mustapa, 2018).

Lukaningsih dan Bandiyah (2011) mengemukakan bahwa terdapat dua aspek dalam stres yaitu, gejala fisik dan gejala psikologis. Gejala fisik merupakan gejala fisik yang muncul akibat stres, sehingga berdampak pada menurunnya kondisi fisik atau organ tubuh seseorang. Sedangkan gejala psikologis merupakan gejala yang terdiri dari gejala kognisi, emosi, maupun tingkah laku. Menurut Lukaningsih dan Bandiyah (2011) terdapat tiga faktor yang menyebabkan stres diantaranya kondisi biologis, kondisi psikis dan kondisi sosio-kultural. Kondisi biologis merupakan salah satu faktor pemicu stres yang di sebabkan oleh kondisi biologis seseorang meliputi gen, riwayat penyakit, nutrisi, trauma fisik dan lain-lain; kondisi psikis merupakan kondisi psikis individu yang dihadapkan dengan stimulus seperti konflik, frustasi, perasaan rendah diri, kondisi kekurangan dan lain-lain; dan kondisi sosiokultural merupakan suatu proses yang berkaitan antara hubungan manusia dengan kebudayaan, dimana tingkah laku manusia diatur oleh budaya, sehingga terjadi proses yang yang saling mengikat seperti fluktuasi ekonomi, diskriminasi, perubahan sosial yang cepat dan lain-lain). Hal tersebut dikuatkan dengan penelitian yang dilakukan Pratiwi, Amatiria, dan Yamin (2014) menunjukkan adanya korelasi antara stres terhadap meningkatnya gula darah pasien RSUDAM Bandar Lampung, dari hasil penelitian tersebut dijelaskan bahwa stres menstimulus organ endokrin untuk mengeluarkan *ephinerfin*, yang mana *ephinerfin* memiliki efek yang sangat kuat dalam melepaskan glukosa ke dalam darah dalam beberapa menit.

**METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah jumlah seluruh ibu yang memiliki anak SD belajar daring di Sukabumi. Instrumen yang digunakan adalah skala *rating scale* dengan menyebarkan skala melalui *google form*. Data yang dikumpulkan dianalisis secara statistic menggunakan program SPSS v.20 (Statistical Product and Service Solution version 20). Data yang diperoleh akan dianalisis dengan menggunakan metode uji T dan uji F (*Independent Sample T-Tes* dan *One Way ANOVA)* untuk mengetahui perbandingan rata-rata populasi apakah terdapat perbedaan signifikan dari dua atau lebih kelompok data.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat stres ibu yang memiliki anak SD belajar daring selama pandemi *covid-19* di Sukabumi. Penelitian ini dilakukan dengan melibatkan sampel sebanyak 125 orang. Sampel didapatkan dari penyaringan melalui kriteria yang telah ditentukan sebelumnya. Penelitian ini dilakukan secara deskriptif dengan hasil penelitian yang dikelompokkan dalam beberapa kategori untuk memperluas gambaran tingkat stres ibu yang memiliki anak SD belajar daring selama pandemi *covid-19* di Sukabumi.

Berdasarkan kategorisasi yang dilakukan menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategori tinggi sebanyak 36 subjek (28,8%) maka tingkat stres ibu yang memiliki anak SD belajar daring berada pada kategori tinggi. Untuk kategorisasi sedang terdapat 69 subjek (55,2%) maka tingkat stres ibu yang memiliki anak SD belajar daring berada pada kategori sedang. Sedangkan untuk kategorisasi rendah terdapat 20 subjek (16%), maka tingkat stres ibu yang memiliki anak SD belajar daring berada pada kategori rendah. Lebih lanjut dijelaskan pada tabel 1 berikut:

**Tabel 1. Sebaran Data Tingkat Stres**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kategori** | **Frekuensi** | **Persentase** |
| Tinggi | 36 | 28,8% |
| Sedang | 69 | 55,2% |
| Rendah | 20 | 16% |
| **Total** | **125** | **100%** |

1. Tingkat Stres Secara Umum

**Grafik 1. Tingkat Stres Secara Umum**

Jumlah

Tingkat

Data tingkat stres yang telah didapatkan dari penelitian ini, selanjutnya dianalisis untuk mencari tingkat stres ibu yang memiliki anak SD belajar daring selama pandemi *covid-19* di Sukabumi. Dari grafik diatas dapat dilihat bahwa , hasil analisis menunjukkan bahwa persentase tingkat stres tinggi sebesar 28,8%. Persentase tingkat stres sedang sebesar 55,2%, sedangkan untuk persentase tingkat stres rendah sebesar 16%. Hal ini berarti persentase tingkat stres sedang merupakan persentase tertinggi dibandikan dengan stres tinggi maupun rendah, artinya mayoritas subjek dalam penelitian atau sebanyak 69 ibu yang merasakan stres tingkat sedang dari keseluruhan subjek yang berjumlah 125 subjek.

1. Tingkat Stres Berdasarkan Wilayah (Tempat Tinggal)

Uji *independent sample t-test* dilakukan untuk menguji perbedaan diantara dua kelompok data yang tidak berhubungan (berasal dari subjek yang berbeda). Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat stres ibu yang tinggal di wilayah kota dengan tingkat stres ibu yang tinggal di wilayah kabupaten, nilai yang diperoleh yaitu t = 1,512 dengan p = 0,133. Artinya suatu wilayah (tempat tinggal) tidak memberikan kecenderungan pada tingkat stres yang ibu alami. Hal ini sejalan dengan penelitian Kesari, Wilasita, Agustini, dan Immanuel (2020) bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat stres yang dialami ibu berdasarkan tempat tinggal baik di wilayah desa maupun kota. Selain itu, berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 20 Oktober 2020 terhadap 20 subjek yang tersebar di wilayah kabupaten, bahwa dibeberapa wilayah kabupaten yang kesulitan akses internet, sekolah mengadakan pembelajaran tambahan selain pembelajaran secara daring, dimana guru membuat kelompok kecil kemudian guru datang ke salah satu rumah siswa dan melakukan pengajaran secara tatap muka dengan kelompok kecil. Pada umumnya pembelajaran tersebut dilakukan seminggu dua kali. Hasil wawancara tersebut didukung oleh hasil penelitian Arsendy, Gunawan, Rarasati, dan Suryadarma (2020), menjelaskan bahwa terdapat empat tipe interaksi antara guru dan siswa selama pembelajaran dari rumah, salah satunya kunjungan langsung ke rumah. Sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi jawaban subjek.

1. Tingkat Stres Berdasarkan Jumlah Anak

Uji *independent sample t-test* dilakukan untuk menguji perbedaan diantara dua kelompok data yang tidak berhubungan (berasal dari subjek yang berbeda). Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat stres ibu yang memiliki 1-2 anak dengan tingkat stres ibu yang memiliki >2 anak. Berarti ibu yang memiliki lebih dari dua anak (>2) memiliki tingkat stres yang lebih tinggi (Mean = 37,04) dibandingkan dengan tingkat stres ibu yang memiliki 1-2 anak (Mean = 31,96). Jumlah anak akan berpengaruh terhadap pengeluaran konsumsi rumah tangga, semakin banyak anak maka akan semakin banyak pula pengeluaran konsumsi rumah tangga (Rosiana & Saskara, 2018). Menurut Gusty (2020) Pembelajaran daring mebutuhkan jaringan internet, gawai, dan pendampingan ibu. Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin banyak anak maka semakin banyak pula pengeluaran rumah tangga, terutama di masa pandemi *covid-19* ini dengan adanya kebijakan pembelajaran daring maka orangtua khusunya ibu perlu memfasilitasi jaringan internet dan gawai sesuai dengan jumlah anak yang dimiliki. Selain itu ibu pun perlu hadir dan mendampingi anak belajar dalam waktu yang sama apabila memiliki lebih dari 2 anak.

1. Tingkat Stres Berdasarkan Usia

Uji *independent sample t-test* dilakukan untuk menguji perbedaan diantara dua kelompok data yang tidak berhubungan (berasal dari subjek yang berbeda). Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat stres ibu yang berusia 24 - 30 tahun dengan ibu yang berusia di atas 30 tahun. Berarti ibu yang berusia 24-30 tahun memiliki tingkat stres yang lebih rendah (Mean = 29,86) dibandingkan dengan tingkat stres ibu yang berusia ≥31 tahun (Mean = 36,10). Sarafino (2012) menyebutkan bahwa pada usia tengah baya individu lebih banyak mengalami stres yang berhubungan dengan pekerjaan, keuangan, keluarga, dan teman dengan permasalahan yang lebih kompleks. Berdasarkan data yang diperoleh semakin bertambah usia ibu maka jumlah anak akan bertambah. Selain itu menurut Lukaningsih dan Bandiyah (2011) faktor stres berkaitan satu sama lain, seperti faktor usia dengan faktor budaya. Di Indonesia budaya patriarki masih sangat kental dan melekat dalam kehidupan masyarakat sehari-hari, dimana para istri dituntut untuk mengurus anak dan berperan penuh dalam ranah domestik rumah tangga, sedangkan para suami lebih berfokus untuk mencari nafkah (Slamet, 2012). Sehingga dengan bertambahnya usia dengan jumlah anak yang semakin bertambah, maka beban dan tanggung jawab ibu semakin meningkat, hal tersebut menjadi salah satu pemicu stres muncul. Berikut rincian data lebih lanjut terkait hubungan usia dengan jumlah anak dalam grafik 2:

**Grafik 2. Tingkat Stres Berdasarkan Jumlah Anak**

Jumlah Anak

1. Tingkat Stres Berdasarkan Pendidikan Terakhir

Uji *One way ANOVA* dilakukan untuk mencari perbedaan variabel terikat diantara lebih dari dua (>2) kelompok. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat stres ibu dengan jenjang pendidikan (pendidikan terakhir ibu. Hal ini bertentangan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Palupi (2021) dimana penelitian tersebut menyatakan bahwa terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan berdasarkan Tingkat Pendidikan ibu, ibu dengan tingkat pendidikan SD-SMA secara signifikan mengalami tingkat stress yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang memiliki tingkat pendidikan Sarjana (S1-S3). Berdasarkan data yang diperoleh hal tersebut terjadi dikarenakan ibu yang pendidikan terakhir S1-S2 lebih banyak yang berusia >31 tahun dibanding usia 24-30 tahun, dimana dari hasil analisis data tingkat stres ibu berdasarkan usia menyataka bahwa ibu yang berusia >31 tahun memiliki tingkat stres yang lebih tinggi. Sehingga ibu yang pendidikan terakhirnya SD-SMA dengan ibu yang pendidikan terakhirnya S1-S2 sama-sama memiliki beban pendampingan belajar yang sama. Hasil penelitian lain yang sesuai dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Saikhunudin (2009) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan kuat antara tingkat pendidikan dengan tingkat stres. Tinggi rendahnya pendidikan tidak menjamin tingkat stres seseorang (Ollenburger & Moore, 1996). Menurut Smet (1994) hal ini berkaitan dengan kondisi internal individu seperti intelegensi, kepribadian, dan strategi coping yang digunakan individu.

1. Tingkat Stres Berdasarkan Status Pekerjaan

Uji *independent sample t-test* dilakukan untuk menguji perbedaan diantara dua kelompok data yang tidak berhubungan (berasal dari subjek yang berbeda). Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil yang menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat stres ibu yang bekerja dengan tingkat stres ibu yang tidak bekerja. Hal ini bertentangan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Apreviadizy dan Puspitacandri (2014) dimana penelitian tersebut menyatakan, bahwa terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara ibu yang bekerja dengan ibu yang tidak bekerja, dimana ibu yang bekerja memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkat dengan ibu yang tidak bekerja. Berdasarkan hasil wawancara pada bulan November 2020 terhadap 20 ibu yang bekerja, diperoleh informasi bahwa kebanyakan ibu yang bekerja memiliki asisten rumah tangga atau adanya bantuan pekerjaan rumah maupun menitipkan anak kepada sanak saudara. Sehingga beban yang dihadapi ibu berkurang. Hal tersebut didukung dengan teori yang dikemukakan Nevid, Rathus, dan Greene (2005) yang menyatakan bahwa, dukungan sosial dapat mengurangi atau menghambat dampak negatif yang ditimbulkan oleh stres.

Dengan adanya kemudahan teknologi yang kemudian dimanfaatkan oleh pemerintah sebagai media pembelajaran pengganti selama pandemi, guna menurunkan tingkat penyebaran *covid-19*. Akan tetapi kebijakan pemerintah terkait pembelajaran daring bukan hanya membawa dampak positif saja dalam menurunkan angka penyebaran *covid-19.* Melainkan menimbulkan berbagai dampak negatif yang perlu ditinjau ulang, salah satunya adalah tingkat stres ibu semakin meningkat selama pandemi. Dimana beban ibu yang sebelumnya sudah banyak menjadi bertambah dengan adanya pembelajaran daring, dikarenakan ibu harus mendampingi dan mengawasi selama proses pembelajaran berlangsung.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang dilakukan pada keseluruhan subjek valid sebanyak 125 subjek, menghasilkan gambaran yang beragam terkait tingkat stres ibu yang memiliki anak SD belajar daring selama pandemi *covid-19* di Sukabumi. Tingkat stres secara umum, menunjukkan bahwa untuk persentase tingkat stres ibu yang memiliki anak SD belajar daring selama pandemi *covid-19* di Sukabumi yang termasuk kategori tinggi sebesar 28,8% atau terdapat 36 subjek yang masuk kategori tinggi; tingkat stres dengan kategori sedang memiliki persentase sebesar 55,2% atau dalam kata lain terdapat 69 subjek yang masuk ke dalam kategori stres tingkat sedang; dan tingkat stres kategori rendah 16% atau terdapat 20 subjek yang masuk ke dalam stres tingkat rendah.

Hasil penelitian ini secara umum dikelompokkan menjadi 5 kategori yaitu, tingkat stres berdasarkan wilayah; jumlah anak; usia; status pendidikan terakhir; dan status pekerjaan. Berdasarkan hasil analisis deksriptif pada penelitian ini, yang mempengaruhi tingkat stres ibu yang memiliki anak SD selama pandemi *covid-19* di Sukabumi yaitu tingkat stres berdasarkan jumlah anak dan usia. Dimana tingkat stres berdasarkan jumlah anak menunjukkan bahwa jumlah anak mempengaruhi tingkat stres ibu, ibu yang memiliki >2 anak cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang memiliki 1-2 anak. Kemudian, tingkat stres berdasarkan usia menunjukkan bahwa usia mempengaruhi tingkat stres ibu dimana ibu yang berusia ≥31 tahun memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan ibu yang berusia 24-30 tahun.

Selain itu berdasarkan hasil analisis deksriptif pada penelitian ini, kategori wilayah; pendidikan terakhir; dan status pekerjaan tidak mempengaruhi tingkat stres yang ibu alami selama pandemi *covid-19* dikarenakan berbagai faktor seperti adanya dukungan emosional dan sosial yang diterima oleh ibu, adanya pembelajaran tatap muka terbatas untuk wilayah yang kesulitan akses internet, dan ibu yang memilki pekerjaan tapi terdapat jam kerja sendiri atau jam kerja yang tidak menentu seperti jualan online, buruh tani, menjaga warung dan lain-lain.

**DAFTAR PUSTAKA**

Apreviadizy, Pirous & Puspitacandri, Ardhiana. (2014). Perbedaan Stres Ditinjau dari Ibu bekerja dan Ibu Tidak Bekerja. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 9(1), 58-65

Arsendy, S., Gunawan, J., Rarasati, N., & Suryadarma, D. (2020). *Teaching and learning during school closure: Lesson from Indonesia*. PERSPECTIVE: Researcher at ISEAS - Yusof Ishak Institute Analyse Current Events.

Gloria, Josephine Tamara. (2021). “Stres Pada Ibu Terhadap Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19”. *Journal of medicine and health science,* 3(1), 1-7.

Gusty, Sri dkk. (2020). *Belajar Mandiri: Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi Covid-19*. Medan: Yayasan Kita Menulis.

Hanjani, Vania P. (2021). Wanita dan Pandemi Covid-19: Sebuah Beban Khas untuk Wanita. *Endogami: Jurnal Ilmiah Kajian Antropologi*, 4(2), 118-125.

Kemendikbud. (2020). Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19). Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan

Kemenkes. (2020, 4 Februari). Tanya Jawab Novel Corona Virus (2019-nCov), diakses 23 oktober 2020 pukul 3.55 dari <https://covid19.kemkes.go.id/situasi-infeksi-emerging/info-corona-virus/tanya-jawab-novel-coronavirus-2019-ncov-faq-update-4-februari-2020/#.X6OJJVj7TIU>

Kesari, A.A.I Indira., Wilasita, Ayu Kusuma., Agustini, N.M.Y Ary., & Immanuel, Aria Saloka. (2020). Perbedaan Tingkat Stres Ibu Di Desa Dan Kota Di Bali Selama Pembelajaran Jarak Jauh. *Prosiding E-Conference Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara 2020*, Denpasar: November 2020. Hal. 562-570

Komnas Perempuan. (2020). Kajian Dinamika Perubahan dalam Rumah Tangga Selama Covid-19 di 34 Provinsi di Indonesia. Diunduh tanggal 5 November 2020 pukul 09.00 WIB dari <https://www.komnasperempuan.go.id/file/Kerjasama%20KP%20dan%20KOminfo/2020%20Siaran%20Pers%20Pernyataan%20Misoginis%20Pejabat%20Publik%20(39%20Mei%202020)/Eksekutif%20Summary%20KAJIAN%20DINAMIKA%20PERUBAHAN%20DI%20DALAM%20RUMAH%20TANGGA_03062020.pdf>

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.

Lukaningsih, Z. L., dan Bandiyah, S. (2011). *Psikologi Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Mustapa, Zainuddin. (2018). *Perilaku Organisasi dalam Perspektif Manajemen Organisasi*. Makassar: Celebes Media Indah

Palupi, Tri Nathalia. (2021). Tingkat Stres Ibu Dalam Mendampingi Siswa-Siswi Sekolah Dasar Selama Belajar Di Rumah Pada Masa Pandemi Covid-19. *JP3SDM*, 10(1), 36-48

Pratiwi, P., Amatiria, G., Yamin, M. (2014). Pengaruh Stres Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Yang Menjalani Hemodialisa. *Jurnal Kesehatan,* 5(1), 11-16.

Rosiana, Wiji & Saskara, I.A. Nyoman. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengeluaran Rumah Tangga Pekerja Wanita Yang Bekerja Di Industri Laundry Rumah Tangga Di Kecamatan Denpasar Selatan. *E-Jurnal Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana*, 7(11), 2357-2388

Saikhunuddin. (2009). Hubungan Faktor Individu dengan Tingkat Stres Kerja Perawat di ICU RSUD Ibnnu Sina Kabupaten Gresik. Skripsi. Surabaya: Universitas Airlangga.

Sarafino, E. P & Smith (2012). *Health Psychology (7th Edition)*. Singapore: John Wiles & Sons

Sudarsana, I Ketut dkk. (2020). *Covid-19: Perspektif Pendidikan*. Medan: Yayasan Kita Menulis

WHO. (2020). Keberlanjutan pelayanan kesehatan esensial Seksual, Reproduksi, Maternal, Neonatal, Anak, dan Remaja di tengah pandemi COVID-19 Panduan operasional untuk Kawasan Asia Selatan dan Tenggara dan Pasifik. Diakses pada 7 November 2020 pukul 00.53 WIB dari <https://www.who.int/docs/default-source/searo/indonesia/covid19/keberlanjutan-pelayanan-kesehatan-esensial-seksual-reproduksi-maternal-neonatal-anak-dan-remaja---covid-19.pdf?sfvrsn=85b0c564_2>

Widodo dkk (2002). *Kamus Ilmiah Populer Dilengkapi Ejaan yang Disempurnakan dan Pembentukan Istilah*. Yogyakarta: Absolut.

Yulani, Meda dkk. (2020). *Pembelajaran Daring untuk Pendidikan: Teori dan Penerapan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.