



Literasi

Jurnal Kajian Keislaman Multi-Perspektif

Vol. 1, No. 1, July - December 2020

Apakah Desain Eksperimen Satu Kelompok Layak Digunakan?

Ahmad Sarfuddin

Manajemen Stres Orangtua Dalam Pendampingan Pembelajaran Daring

Henil Listyanti, Ristia Wahyuningsih

Analisis SWOT Terhadap Strategi Pemasaran Usaha Mikro, Kecil dan Menengah (UMKM)

Sentra Industri Gitar dalam Menghadapi Covid-19

Wahyu Broto S, Rendra Armayana

Unit Kegiatan Mahasiswa Dinamika
IAIN SURAKARTA



Literasi

Jurnal Kajian Keislaman Multi-Perspektif



Vol. 1, No. 1, July - December 2020

Editorial Team

Editor-In-Chief

Ahmad Saifuddin, Institut Agama Islam Negeri Surakarta, Indonesia

Alamat Redaksi :

Unit Kegiatan Mahasiswa Dinamika
Jalan Pandawa No. 1 Pucangan Kartasura
Sukoharjo, Jawa Tengah – Kode Pos 57168

Phone: +62271 781516

Faximile: +62271 782774

Email: jurnal.literasi.iain.surakarta@gmail.com

Website: <https://ejournal.iainsurakarta.ac.id/index.php/literasi>

Daftar Isi

Apakah Desain Eksperimen Satu Kelompok Layak Digunakan? <i>Abmad Saifuddin</i>	1 - 22
Manajemen Stres Orangtua Dalam Pendampingan Pembelajaran Daring <i>Heni Listyanti, Ristia Wahyuningsib</i>	23 - 48
Analisis SWOT Terhadap Strategi Pemasaran Usaha Mikro Kecil dan Menengah (UMKM) Sentra Industri Gitar dalam Menghadapi Covid-19 <i>Wahyu Broto S, Rendra Armayana</i>	49 - 70
Dinamika Religiositas Pada Pengikut Komunitas Punk <i>Santi Andika Pratimi, Firda Imah Suryani</i>	71 - 98
Strategi Orang Tua Dalam Pendampingan Belajar Anak Selama Pandemi Covid-19 <i>Shokhib Rahmania, Retno Wijayanti, Shiddiq Luqman Hakim</i>	99 - 110
Peran Yayasan ATMA Dalam Pemberian Bantuan Hukum Bagi Anak Pelaku Tindak Pidana <i>O. Agustin Damayanti, R. Rachmawan, W. Mariyana</i>	111 - 136
Analisis Kesiapan Guru Dalam Pembelajaran Jarak Jauh Saat Covid-19 <i>Nasya Auliarahma Sidqi, Pipin Auliya</i>	137 - 158



Manajemen Stres Orangtua Dalam Pendampingan Pembelajaran Daring

Heni Listyanti, Ristia Wahyuningsih
IAIN Surakarta

Abstract

Keywords:

*online learning;
learning assistance;
stress management.*

Online learning still has a lot of obstacles that make parents stressed in accompanying their children. Stress coupled without managing can be harmful to you or to others. The aim of this study is to learn how parents manage stress caused by online learning assistance. This study used a qualitative approach. The methods to collect data were observation and interview. The research sample was three mothers in 32-34 years old and their last aducation was Senior High School and D1. The results indicate that parents stressed in online learning assistance caused by the factor of children, teacher and themselves (parents). The ways to manage stress are rest, telling the problem to closest person or others, dividing time of assistance between father and mother.

Abstrak

Kata kunci:

*pembelajaran
online;
pendampingan
belajar;
manajemen stres.*

Pembelajaran *online* masih memiliki banyak hambatan yang membuat orang tua stres dalam mendampingi anaknya. Stres yang tidak dibarengi dengan cara mengelolanya dapat menimbulkan dampak yang buruk bagi diri sendiri ataupun orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui cara orang tua memanajemen stres akibat dari pendampingan belajar *online*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Metode untuk pengumpulan data yaitu wawancara. Sampel penelitian terdiri dari tiga ibu yang berusia 32-34 tahun dengan pendidikan terakhir SMA sederajat dan D1. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa stres orang tua dalam pendampingan belajar *online* disebabkan oleh faktor anak,

guru, diri sendiri (orang tua). Cara untuk mengelola stres yaitu dengan istirahat, bercerita kepada orang terdekat, dan membagi waktu pendampingan antara ayah dan ibu.

PENDAHULUAN

Sejak akhir tahun 2019, dunia dikejutkan dengan adanya virus corona atau Covid 19. Telah disebutkan bahwa virus ini berasal dari kota Wuhan, China. Pada tanggal 2 Maret 2020 virus corona masuk di Indonesia, hal ini telah diungkapkan oleh Ir. Joko Widodo dalam siaran persnya. Penyebaran virus ini menyebabkan pemerintah pusat dan daerah menerapkan kebijakan *social distancing*. Pemerintah juga menerapkan tagar *stay at home* guna mengurangi penyebaran virus (Tabi'in, 2020). Penerapan kebijakan pemerintah mengenai *stay at home* dikarenakan penularan Covid 19 yang sangat cepat.

Covid 19 memberikan dampak di segala bidang kehidupan, seperti bidang ekonomi, sosial, keagamaan, kesehatan, bahkan pendidikan. Banyak pekerja kantor yang melakukan pekerjaannya dari rumah, kegiatan sosial keagamaan dilakukan di rumah, serta banyak tempat-tempat umum yang dibatasi aktivitasnya (Sabiq, 2020). Dalam bidang keagamaan, pemerintah sempat melarang pengadaan ritual peribadatan secara berjamaah. Meskipun menuai kontroversi, pada dasarnya hal tersebut sesuai dengan laku sufi yang bernama uzlah dan khalwat, yaitu menjauh dan menyendiri (Bakri, 2020). Dalam bidang pendidikan, Indonesia dipaksa banting setir menyesuaikan keadaan. Pendidikan di Indonesia yang mulanya merupakan pembelajaran tatap muka diubah menjadi pembelajaran *online* atau daring. Dengan model pembelajaran *online*, sekolah ditutup dan pembelajaran dilaksanakan melalui rumah masing-masing.

Penutupan sekolah-sekolah sangat berpengaruh pada berlangsungnya proses pembelajaran. Proses pembelajaran merupakan suatu bentuk

kegiatan interaksi antara pengajar dan peserta didik. Dalam proses pembelajaran tersebut berkaitan dengan kegiatan belajar dan mengajar yang menentukan keberhasilan siswa serta tercapainya tujuan pendidikan. Meskipun sekolah-sekolah ditutup sebagai upaya untuk mencegah penularan Covid 19, kegiatan pembelajaran tetap dilaksanakan dengan semaksimal mungkin. Seperti yang telah disebutkan bahwa Indonesia memaksimalkan pembelajaran dengan sistem daring.

Pembelajaran daring merupakan pembelajaran jarak jauh melalui internet dengan media telepon seluler, laptop, atau komputer. Pembelajaran daring membutuhkan ketelitian dan kejelian peserta didik dalam menerima pembelajaran yang disajikan secara *online*. Kelebihan dari sistem pembelajaran ini yaitu membentuk suasana belajar yang baru, tersebut membuat peserta didik antusias dengan belajar secara *online*. Selain itu, jika dilihat dari sisi kekeluargaan, pembelajaran daring akan membuat orang tua lebih memahami kemampuan anak. Adapun kelemahan dari pembelajaran daring yaitu berkurangnya fokus peserta didik dikarenakan kondisi lingkungan atau rumah yang kurang kondusif serta terkendalanya sinyal ataupun paket internet (Putria et al., 2020).

Untuk mengurangi kelemahan dari pembelajaran daring, pendampingan orang tua sangat dibutuhkan. Dalam pembelajaran ini, orang tua bertugas menyiapkan media yang dibutuhkan anak, membimbing dalam pelaksanaan pembelajaran daring, dan peran lainnya yang menunjang keefektifan proses belajar dirumah. Interaksi antara orang tua dan anak juga dapat mempengaruhi kualitas pembelajaran. Pembelajaran daring membuat orang tua lebih dekat dengan anak karena tingkat komunikasi antara keduanya lebih intens dibandingkan sebelumnya (Ifitah & Anawaty, 2020).

Dorongan motivasi dan kenyamanan dalam belajar dirumah juga sangat menentukan keberhasilan pembelajaran daring. Motivasi dapat

diberikan dengan cara memberikan semangat, pujian, ataupun penghargaan kepada anak dalam hal-hal kecil sekalipun. Dorongan motivasi juga dapat diberikan dengan dengan meningkatkan kebutuhan anak dalam proses belajar di rumah. Pemberian motivasi penting karena pada dasarnya anak akan melakukan suatu hal karena mendapat dorongan dari orang-orang terdekat seperti orang tua, yang membuat mereka lebih bersemangat (Lilawati, 2021).

Dalam pembelajaran daring untuk anak Sekolah Dasar, peran orang tua menjadi lebih besar. Jika dalam pembelajaran daring, orang tua biasanya hanya mendampingi ataupun mengawasi, dalam kasus ini orang tua harus menjadi sosok guru bagi anak mereka yang masih duduk di Sekolah Dasar. Orang tua dituntut memahami materi pembelajaran agar dapat menjelaskan kembali kepada anak mereka. Hal ini dikarenakan keterbatasan kemampuan anak yang membuatnya tak bisa mandiri dalam belajar di rumah.

Pendampingan dan pengajaran yang harus dilakukan pada kenyataannya membuat sejumlah orang tua kewalahan, terutama bagi mereka yang bekerja ataupun WFH (*Work from Home*). Selain tuntutan pekerjaan, orang tua juga dituntut tak hanya mendampingi tapi juga memahami dan mengajarkan kepada anak mereka yang notabene masih duduk di Sekolah Dasar. Meskipun salah satu orang tua tidak bekerja bukan berarti mereka tidak merasa kewalahan karena ini merupakan hal baru bagi beberapa orang tua. Kesulitan dalam melaksanakan tuntutan sebagai orang tua, terlebih dalam masa ini tuntutan menjadi bertambah, dapat menimbulkan *parenting stres* (Ratnasari & Kuntoro, 2017).

Menurut hasil survey yang dirilis Offord Centre for Child Studies dari McMaster University, hampir 60 persen orang tua menunjukkan beberapa gejala depresi klinis di masa pandemi Covid-19. Gejala depresi tersebut muncul ketika orang tua berusaha mengelola dan menata kehidupan mereka di masa pandemi. Beberapa diantaranya adalah kekurangan tidur

dan merasa sangat kewalahan (Azizah & Ramadhani, 2020). Seperti halnya yang dialami oleh tiga orang tua (ibu) dari Desa Gumul, Desa Ringinputih, dan Desa Miring, Kabupaten Klaten yang bercerita mengenai keluhan mereka tentang kewalahannya mendampingi anak belajar daring.

Keluhan yang diceritakan tak hanya berasal dari kondisi orang tua tapi juga kondisi anak. Keluhan orang tua yang berasal dari anak ialah dikarenakan anak selalu ingin bermain. Dalam hal ini, anak cenderung merasa bahwa belajar dirumah sama dengan libur belajar. Keluhan yang berasal dari kondisi orang tua yang dimaksud ialah orang tua memiliki banyak pekerjaan rumah, terlebih bagi mereka yang masih memiliki balita. Selain itu juga dari segi pengetahuan orang tua bahwa mereka tak paham dengan beberapa materi yang diajarkan.

Ketidaksanggupan atau kewalahan orang tua dapat menimbulkan stres ringan hingga berat. Stres yang terus-menerus dapat menyebabkan masalah kesehatan, kecemasan, kesulitan tidur, gangguan konsentrasi hingga depresi, dan lainnya. Stres bisa berakibat buruk bagi diri sendiri juga orang lain karena seseorang biasanya tidak dapat mengendalikan emosi mereka. Beberapa kasus penganiayaan bahkan pembunuhan anak oleh orang tua yang disebabkan stres (pendampingan pembelajaran daring) juga telah mewarnai berita di Indonesia. Alasan yang sering diungkapkan adalah stres karena anak sulit diajari. Oleh karena itu, penelitian manajemen stres orang tua dalam pendampingan pembelajaran daring penting untuk dilakukan.

Contoh kasus penganiayaan yang terjadi di Indonesia ialah kasus yang terjadi di Kota Parepare, Sulawesi Selatan. Penganiayaan tersebut dilakukan oleh seorang ibu kepada anak kandungnya dengan menggunakan balok kayu. Akibat perbuatan ibunya, kedua tangan anak diketahui mengalami lebam. Penganiayaan tersebut didasari rasa kesal terhadap anak lantaran si anak tidak mengikuti pelajaran daring selama 10 hari terakhir dan juga pergi ke rumah neneknya tanpa pamit (Puji, 2020). Kasus lain yang terjadi yaitu kasus pembunuhan anak di Kecamatan Larangan, Kota

Tangerang pada 26 Agustus 2020. Pada kasus tersebut terungkap beberapa fakta, salah satunya ialah fakta bahwa sang ibu menganiaya anaknya karena saat belajar *online* si anak kurang paham sehingga sang ibu menjadi kesal (Nazmudin, 2020).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui cara mengelola stres orang tua dalam pendampingan belajar *online*. Pengelolaan stress diharapkan agar dampak negatif dari stres dapat dikurang ataupun dihindari. Penelitian ini dapat dijadikan bahan bacaan bagi para orang tua agar bisa mengelola emosi atau stres, terlebih ketika melakukan pendampingan belajar daring kepada anak.

Terdapat sejumlah riset serupa sebelumnya, diantaranya adalah riset mengenai manajemen stres dimasa pandemi Covid 19 oleh M. Muslim (2020), riset tentang strategi pengelolaan stres pengasuhan untuk orang tua yang memiliki anak difabel oleh Andromeda (2018), riset pelatihan manajemen stres kepada orang tua saat pendampingan pembelajaran jarak jauh oleh Muslim et al. (2020), riset tentang *coping stress* dimasa pandemi oleh Aufar & Raharjo (2020), riset tentang hubungan kemampuan manajemen stres dengan tingkat stres pada orangtua anak tunagrahita oleh Apriliyanti et al. (2017)

Terdapat pula sejumlah riset mengenai pendampingan belajar selama pandemi, diantaranya ialah riset tentang kendala orang tua dalam mendampingi anak belajar dirumah selama pandemi Covid-19 oleh Wardani & Ayriza (2021), riset tentang problematika *stay at home* pada anak usia dini di tengah pandemi oleh (Tabi'in, 2020), riset tentang keterlibatan orangtua dalam pendampingan belajar anak selama masa pandemi Covid-19 oleh Yulianingsih, et al. (2021), riset tentang peran orang tua dalam proses pembelajaran *online* di tengah pandemi Covid-19 oleh Nafisah (2020), riset tentang peran orang tua dalam pembelajaran model *distance learning* di sekolah dasar oleh Efendi (2020), dan riset sejenis lainnya.

Terdapat beberapa perbedaan dari penelitian-penelitian sebelumnya. Pertama pada sampel dan lokasi yang terletak di tiga Desa yaitu Desa Sidodadi Ringinputih Karangdowo Klaten, Desa Mluwih Mireng Trucuk Klaten, dan Desa Balarejo Gumul Karangnongko Klaten. Kedua pada pendekatan, penelitian ini dilakukan melalui pendekatan kualitatif dengan teknik wawancara langsung. Ketiga, penelitian ini berfokus pada bentuk pendampingan orangtua selama daring serta pengolahan stres yang terjadi pada Ibu. Pada aspek teori, penelitian ini menggunakan teori *coping stress*, teori relaksasi, teori asosiasi bebas, dan teori fungsi keluarga untuk menganalisis data.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik wawancara. Wawancara digunakan untuk mendapatkan informasi yang tepat yang dilakukan antara dua pihak yaitu pewawancara dan narasumber. Dalam penelitian ini keabsahan data diperoleh dengan member checking. Member checking merupakan teknik mengecek validitas data dengan cara memberikan kembali data hasil wawancara kepada narasumber untuk dikaji ulang oleh narasumber guna mengetahui kebenaran data yang ditangkap oleh peneliti. Penelitian ini berdasarkan pengalaman dari subyek yang mengalami stres selama mendampingi anak belajar daring. Subjek yang diteliti adalah tiga ibu yang berusia kisaran 32-34 tahun, dengan pendidikan terakhir SMA sederajat dan D1 yang berasal dari Desa Gumul, Desa Ringinputih, dan Desa Mireng Kabupaten Klaten.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Subjek pertama adalah ibu DM yang berusia 34 tahun dari Sidodadi, Ringinputih, Karangdowo, Klaten. Pendidikan terakhir subjek DM adalah D1 (Diploma 1). Subjek mempunyai dua anak yaitu kelas 4 dan kelas 6

SD yang membutuhkan pendampingan orangtua selama daring. Seringkali masalah muncul ketika mendampingi anak daring seperti di rumah anak lebih sering menghabiskan waktu untuk bermain, kurangnya pengetahuan orangtua, kurangnya pemahaman anak serta kesibukan yang dialami ibu rumah tangga dalam membagi waktu. Menurut subjek DM semenjak adanya *stay at home* anak lebih sering bermain bersama dengan teman-temannya.

“Biasanya daringnya pagi jam 7-9, tapi tergantung mood-nya anak, kalau pagi gak mood biasanya siang atau sore yang penting dia main dulu, tidur dulu, jika belum main dan juga tidur belum mau diajak belajar.” (DM, 34)

Dalam hal ini, subjek DM sering mengalami kewelahan dan emosi yang kurang stabil ketika dituntut dalam membagi waktu antara pekerjaan rumah dan mendampingi anak selama daring.

“Saat mendampingi anak, saya sering emosi kalau ibuk pengennya target habis ini itu, pekerjaannya kan bukan cuma mendampingi anak belajar kan, pengennya ya masak, menyapu dll sedangkan anak tidak mau, anak maunya ini isirabat dulu gitu.” (DM, 34)

Hal ini menyebabkan Ibu harus marah terlebih dahulu supaya anak mau belajar, walaupun sambil menangis anak tetap mau mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Selama pendampingan daring, subjek DM harus menjelaskan beberapa kali dengan sabar supaya anak paham. Untuk mengolah emosi subjek DM dengan bersikap sabar terlebih dahulu jika anak paham maka emosi reda, tetapi jika belum paham maka subjek DM akan emosi lagi.

“Ibuk kadang tetap emosi terus anak patuh walaupun anak sambil menangis tetapi anak saya dua-duanya mau mengerjakan. Saya menjelaskan beberapa kali dulu, dengan pelan-pelan dan sabar.” (DM, 34)

Kurangnya pengetahuan ibu juga menjadi masalah dalam pendampingan anak, yaitu harus mencari sumber di internet terlebih dahulu, supaya bisa menjelaskan materi terhadap anak-anaknya. Selain kondisi anak, kurangnya respon guru juga menjadi salah satu subjek D mengalami emosi.

“Dulu waktu kelas 2, gurunya Pak Dika itu kreatif pembelajarannya sering ganti lagi, tapi guru yang sekarang membosankan kalo di WA tidak dibalas. Jika di WA tidak balas yasudah kalo tidak ada tugas tidak tanya. Kalo Pak Dika ngasih soal 25 terus (saya) bilang: pak kok soalnya 25, 10 soal aja yang penting anaknya paham. Setelah itu ya dikasih 10 soal mbak, kalo banyak anaknya juga kasian tambah pusing. Tapi kalau gurunya yang sekarang ngasih soal 1-2 lembar sudah gak dipeduliiin sama gurunya, ibunya kalo seperti ini jadi males ngajirin anak.” (DM, 34)

“Seharusnya selama pembelajaran daring diberi pembahasan supaya mudah dalam memahami soal dan ibunya tahu harus jawab apa, anaknya juga tahu harus jawab apa, tetapi tidak ada pembahasan, bikin jenggel ibuk gurunya juga tidak peduli, engga ada ruang untuk memberi kritik, gurunya juga kurang komunikatif jadi bikin emosi.” (DM, 34)

Menurut Subject DM selama daring anak mengalami penurunan prestasi, yang diakrenakan juga banyak factor dari luar maupun dalam.

“Semenjak daring ini prestasi anak jadi menurun, biasanya peringkat 2 atau 1, kemarin peringkat 4 selama daring juga tidak ada penilaian cuma rapot aja.” (DM, 34)

Dalam kurangnya guru dalam memberikan arahan, subject DM hanya bisa melampiaskan dengan marah sendiri atau dengan bercerita kepada salah satu keponakannya untuk perlahan mengurangi emosi, dikarenakan juga tidak ada ruang sambat terkait dengan arahan guru selama daring berlangsung.

Subjek kedua adalah ibu K 32 tahun dari Mluwih, Mireng, Trucuk, Klaten. Pendidikan terakhir subjek DM adalah SMA. Subjek K mempunyai

anak kelas 3 SD yang juga membutuhkan pendampingan selama daring berlangsung. Semenjak pandemi, *WhatsApp* (WA) menjadi media yang tepat untuk pembelajaran daring ataupun tempat untuk berdiskusi. Menurut subjek K semenjak daring berlangsung anak banyak mengalami perubahan yang membuat ibu menjadi menjadi resah. Adapun ibu juga sering merasakan emosi terhadap anak yang dikarenakan sering menunda tugas sekolah yang diberikan oleh guru.

“Terus terangnya selama pandemi ini, anak mengalami banyak perubahan, biasanya kalau belajar itu sudah diberitahu dari sekolah, dan anak jika masalah sekolah nurutnya sama guru kalau sama orang tua kurang nurut, perubahannya itu kalo di suruh tidak dilaksanakan, dan orang tua emosinya langsung naik.” (K, 32)

“Biasnya dapat video dari sekolah kadang lewat foto copy, tapi jika anak kurang memahami saya bantu menjelaskan.” (K, 32)

Dalam hal ini orang tua susah mengendalikan emosi, di tambah dengan harus membagi waktu dengan pekerjaan rumah, dan mengawasi anaknya -anaknya.

“Saya menganjurkan untuk sebelum jam 12 harus selesai dan juga sering mengalami emosi, soalnya anak kalau diperintah tidak langsung dikerjakan, maksudnya kan saya juga mempunyai anak kecil dan masih menyusui jadi yang membuat emosi itu. Kadang disuruh mengerjakan tidak mengerjakan dan tiba-tiba adiknya minta susu, disitulah saya emosi.” (K, 32)

Adapun dalam menanggulangi emosi subjek K mempunyai cara tersendiri yaitu dengan pergi sejenak dan memberikan waktu untuk anak supaya ketika belajar bisa paham terhadap materi.

“Saya tinggalkan sejenak, nanti saya kembali lagi. Dan emosinya itu juga karena gangguan luar juga.” (K, 32)

Subjek ketiga adalah ibu C yang berusia 34 tahun dari Balerejo, Gumul, Karangnongko, Klaten. Pendidikan terakhir subjek C adalah SMK.

Ibu C memiliki satu anak perempuan yang saat ini duduk di kelas 1 SD. Anak dari ibu C masih sangat memerlukan dampingan dalam pembelajaran *online* karena sang anak belum bisa jika harus memahami pelajaran secara mandiri. Materi dan soal-soal harus terlebih dahulu dijelaskan oleh orang tuanya.

“Dia (anak) belum tau yang benar (materi pelajaran) seperti apa. Jadi seumpama ada pertanyaan misal dalam hal menghitung, pasti saya yang memperjelas maksudnya (pertanyaan).” (C, 34)

Di sisi lain, anak merasa bersemangat ketika belajar tentang mata pelajaran yang ia sukai atau dirasa mudah tetapi semangatnya akan menurun jika mata pelajaran tidak disukai atau dianggap oleh sang anak.

“Terkadang semangat terkadang tidak, tergantung pada mata pelajarannya. Yang membuat semangat itu yang dirasa mudah olehnya (anak) langsung dikerjakan, tapi kalau sulit (mata pelajarannya) ditunda-tunda.” (C, 34)

Pendampingan belajar yang dilakukan siang dan malam hari menggunakan buku dari sekolah dan juga penjelasan oleh guru. Ketika pendampingan belajar berlangsung, terkadang anak ngambek atau marah jika ditegur.

“Terkadang kalau siang (pendampingan) dengan bapaknya, kalau tidak selesai dilanjutkan malam hari. Yang dipakai (pendampingan belajar) itu buku tema, terkadang juga tugas online dari gurunya.” (C, 34)

“Seumpama saya bilang ‘yang bener dek nulisnya’, sayanya emosi dan si anaknya juga sebal kan. Ketika saya tegur kan anaknya malah ngambek.” (C, 34)

Selain itu, pada saat belajar sang anak juga terkadang tiba-tiba pergi bermain tanpa berpamitan. Jika pada saat pendampingan, kedua pihak (anak dan orang tua) sama-sama merasa lelah dan mulai emosi, maka pendampingan dilanjutkan lain waktu.

“Kalau disuruh malah menunda-nunda, misal saya suruh segera dikerjakan karena tugas keburu dikirim, si anak malah bilang sebentar, itu bikin emosi. Terkadang juga tiba-tiba pergi main keluar, tidak pamitan. (Saya tinggal sebentar dan pas balik ke anak), katanya mengerjakan tugas, tapi malah kemana ini anak.” (C, 34)

“Iya, jadi istirahat dulu, dilanjutkan nanti lagi.” (C,34)

Pendampingan Belajar Daring

Proses pembelajaran *online* atau daring pada tingkatan Sekolah Dasar (SD) sangat membutuhkan pendampingan dari orang dewasa, terlebih orangtua siswa. Hal ini dilakukan agar tujuan dari pembelajaran dapat dicapai meskipun dilakukan di rumah. Kegiatan yang dilakukan orang tua dalam pendampingan adalah memeriksa tugas yang diberikan oleh guru, memeriksa penyelesaian tugas yang dikerjakan oleh anak, mengetes pemahaman siswa terhadap materi yang diberikan oleh guru. Kegiatan lainnya yaitu berkomunikasi dengan anak mengenai kesulitan yang dialami anak selama proses belajar (Kusumaningrum et al., 2020).

Pendampingan belajar *online* pada tingkatan Sekolah Dasar mengisyaratkan bahwa peran orang tua tak hanya sebagai pengawas yang memantau anak belajar namun juga sebagai guru di rumah. Dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Efendi (2020) juga mengemukakan bahwa peran orang tua dalam pembelajaran model *distance learning* tak hanya sekedar mendampingi. Terdapat empat peran orang tua yaitu, *educator*, motivator, fasilitator dan inspirator. Hal tersebut seperti yang dilakukan subjek DM, K, dan C, mereka bukan hanya sebagai fasilitator yang menyediakan fasilitas atau kemudahan bagi anaknya dalam belajar jarak jauh, seperti menyiapkan tempat belajar dan peralatan belajar. Namun ketiga subjek juga sebagai *educator* atau pendidik/guru.

Peran orang tua sebagai pendidik dikarenakan harus menjelaskan kembali materi yang diberikan oleh guru kepada sang anak. Keterbatasan

kemampuan anak (siswa) Sekolah Dasar dalam memahami materi pelajaran secara mandirilah yang membuat orang tua harus menjadi guru di rumah dan menampingi anak mereka ketika pembelajaran. Menurut subjek C, pendampingan belajar tidak selalu dilakukan pada jam pelajaran yang biasanya pagi hingga siang atau sore hari. Pendampingan terkadang dilakukan di malam hari jika pada siang-nya anak atau orang tua memiliki kesibukan. Pendampingan yang dilakukan orang tua juga berdasarkan buku dari sekolah, foto copy tentang materi, dan penjelasan dari guru seperti melalui video atau grup *Whatsapp*.

Keberhasilan pembelajaran daring ditentukan oleh kerjasama antara orang tua dan guru (Wardati et al., 2020). Sebab dua sosok inilah yang paling berperan dalam kegiatan pembelajaran daring terutama untuk tingkatan Sekolah Dasar. Namun dalam pendampingan anak Sekolah Dasar, peran guru lebih banyak dipegang oleh orang tua. Meskipun peran guru cenderung dipegang oleh orang tua, bukan berarti guru lepas akan tanggung jawabnya karena orang tua siswa bergantung pada guru untuk menanyakan perihal materi ataupun tugas. Guru juga seharusnya tetap memantau proses pembelajaran siswa.

Pada kenyataannya terdapat beberapa guru yang kurang memberi tanggapan atau arahan seperti yang dialami oleh subjek DM. Menurut subjek DM, guru kurang respon dalam menanggapi pembelajaran. Ia menyebutkan bahwa sang guru hanya memberi perintah untuk mengerjakan soal dan setelah itu tidak dipedulikan dan ketika di tanya melalui *whatsapp*, guru tidak membalas. Kurangnya tanggapan dari guru tentu membuat sang ibu menjadi bingung dan emosi. Menurut Subjek DM, selain respon guru, keterbatasan pengetahuannya juga menjadi hambatan dalam proses pembelajaran anak.

Selain itu, orang tua mengalami kendala terkait kerja sama antara anak dan ibu. Anak cenderung menunda-nunda mengerjakan tugas. Dalam hal belajar anak lebih patuh kepada guru mereka di sekolah daripada dengan

orang tuanya sendiri. Kurang patuhnya anak kepada orang tua, membuat anak berani untuk menunda-nunda pengerjaan tugas ketika disuruh orang tua mereka. Penundaan pengerjaan tugas oleh anak membuat waktu orang tua keteteran dalam melaksanakan pekerjaan rumah lainnya seperti memasak, menyapu, dan lain-lain.

Hal tersebut seperti yang diungkapkan oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yulianingsih et al. (2021). Dalam penelitian tersebut dikemukakan bahwa faktor pendukung kegiatan pendampingan orangtua terhadap anak yaitu kesabaran, partisipasi anak, dan kemitraan terjalin dengan baik. Jadi, kemitraan atau kerja sama yang kurang baik antara orang tua dengan anak ataupun orang tua dengan guru dapat menghambat proses pembelajaran. Selain itu, dalam penelitian tersebut juga diungkapkan beberapa faktor yang menghambat kegiatan pendampingan yakni jadwal kegiatan pendampingan kurang teratur, motivasi anak, minimnya dukungan, dan kurangnya variasi dalam kegiatan dan lingkungan sekitar anak

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Laili (2020) mengungkapkan bahwa *problem* yang dihadapi oleh orang tua dalam proses pembelajaran *online* yaitu dalam hal pembagian waktu, pemahaman materi, dan kuota internet. Hal ini sejalan dengan masalah yang dihadapi oleh subjek K, C, dan DM terkait pembagian waktu. Subjek K menghadapi problematika dalam pembagian waktu karena ketika mendampingi belajar anaknya yang duduk di Sekolah Dasar, ia juga tetap harus mengurus anaknya yang lain. Subjek C menghadapi problematika dalam pembagian waktu lantaran ketika sedang melakukan pendampingan belajar *online*, anak terkadang tiba-tiba pergi bermain. Hal ini membuat manajemen waktu menjadi lebih sulit.

Subjek DM juga menghadapi masalah dalam pembagian waktu yakni pembagian waktu antara pendampingan dan pekerjaan rumah. DM sudah mengatur waktu dan menargetkan kegiatan pendampingan dan

pekerjaan rumah namun ketika pendampingan belajar, sang anak belum bisa bekerja sama dan cenderung menunda waktu sehingga membuat target pengelolaan waktu oleh subjek DM menjadi berantakan. Subjek DM juga menghadapi kendala dalam pemahaman materi. Anak belum bisa memahami materi secara mandiri sehingga memerlukan penjelasan dari ibu. Namun dalam hal ini, subjek DM merasa bahwa pengetahuannya kurang sehingga terkadang DM juga belum bisa mengajarkan materi kepada anak secara maksimal. Problematika dalam kuota internet tidak ditemukan dalam penelitian ini.

Kesulitan yang dialami orang tua memang sangatlah wajar mengingat bahwa hal ini merupakan hal baru bagi orang tua dan juga bagi anak. Orang tua juga harus lebih disiplin dalam mengatur waktu untuk melakukan pekerjaan rumah dan mendampingi belajar anak (Handayani et al., 2020). Hal ini seperti yang dilakukan oleh subjek C, ia mengatur waktu dalam pendampingan. Ketika Ibu C mengerjakan suatu hal maka pendampingan dilakukan oleh ayah sang anak, begitu pula sebaliknya. Tugas atau kewajiban orang tua yang tak hanya mendidik anak tetapi juga melakukan pekerjaan rumah, membuat mereka kewalahan dalam melaksanakannya.

Manajemen Stres Orangtua Dalam Mendampingi Pembelajaran Daring

Stres merupakan suatu kondisi yang disebabkan karena transaksi dengan individu pada lingkungan yang terdapat persepsi atau tuntutan-tuntutan lain yang berasal dari situasi tertentu (Rustiana & Cahyati, 2012). Dampak stres tidak selamanya buruk, karena dalam perspektif lain stres memiliki dampak positif ketika hal ini menjadi peluang saat penawaran potensi hasil. Banyak para professional mengatakan bahwa tekanan tekanan beban berat dan waktu yang mepet dapat berperan sebagai suatu tantangan yang positif dalam meningkatkan mutu kerja. Berney dan Selye mengungkapkan bahwa terdapat empat jenis stres yaitu *eustress* (*good stres*), *distress*, *hyperstress* dan *hypostress*.

Eustres (*good stres*) yaitu stres yang dapat menimbulkan dorongan serta kegairahan, sehingga berdampak pada efek yang positif bagi individu. *Distress* yaitu stres yang memiliki efek yang berbahaya bagi individu. *Hyperstress* yaitu stres yang memiliki dampak positif atau negative serta membuat individu terbatas dalam beradaptasi. Sedangkan *hypostress* yaitu stres yang disebabkan oleh kurangnya stimulasi (Asih et al., 2018).

Stres timbul karena adanya sumber stres atau yang disebut *stressor*. Sumber atau pemicu stres muncul dari berbagai faktor seperti frustrasi, krisis, konflik, dan tekanan. Frustrasi timbul ketika usaha seseorang terhalang oleh hambatan baik dari luar ataupun dari dalam. Krisis merupakan perubahan atau peristiwa yang terjadi dan menyebabkan terganggunya keseimbangan. Konflik adalah pertentangan antara dua keinginan atau dorongan. Tekanan dapat timbul karena seseorang harus menanggung suatu tanggung jawab yang besar (Ulum, 2018).

Dalam kasus ini stres yang dialami oleh orang tua tak hanya timbul dari satu sumber stres. Stres yang dialami berawal dari krisis yaitu pandemi Covid-19. Kemudian karena beberapa hambatan yang dialami seperti pada proses pendampingan belajar anak ataupun hambatan dalam bertahan akan pandemi maka menimbulkan frustrasi. Dalam hal ini stres orang tua juga terjadi karena orang tua merasa memiliki tanggung jawab besar dalam melakukan pendampingan belajar *online*.

Stres dapat diatur tanpa memperoleh dampak negative. Dalam manajemen stres lebih cenderung pada menanggulangi secara efektif. Manajemen stres disebut dengan istilah *coping*. Dalam strategi coping, mengacu pada berbagai upaya, untuk menguasai, mengurangi, baik mental maupun perilaku serta meminimalkan kondisi yang penuh dalam tekanan. MacArthur & MacArthur menyatakan bahwa strategi *coping* merupakan upaya baik dalam perilaku maupun psikologis guna untuk mengurangi kejadian yang dapat menimbulkan stres. Stres terjadi karena adanya tuntutan internal maupun eksternal yang telah melebihi pada sumber-sumber yang dimiliki oleh individu.

Terdapat dua jenis dalam strategi *coping*, yaitu *problem solving coping* dan *emotion focused coping*. Strategi *problem solving coping* merupakan suatu cara atau upaya dalam melakukan suatu aktivitas guna menghilangkan suatu keadaan yang menimbulkan stress. Sedangkan, *emotion focused coping* merupakan suatu upaya dalam mengatur emosional dari keadaan yang menimbulkan stres. *Coping* juga dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu sebagai *active coping strategies* dan *avoidant coping strategies*. *Active coping strategies* merupakan upaya dalam mengubah cara berpikir yang merujuk pada penyebab stres, sedangkan *avoidant coping strategies* merupakan suatu cara atau upaya menghindari hubungan langsung dari peristiwa yang menjadi penyebab stres dengan melakukan suatu aktifitas tertentu (Slamet, 2012)

Dalam strategi *emotion-focused coping*, individu fokus untuk menghilangkan emosinya meskipun tidak bisa merubah situasi yang ada. Seseorang dapat menggunakan strategi ini guna mencegah emosi yang negative (Rubiyanti, 2008). *Pertama*, strategi perenungan yaitu memikirkan diri, betapa buruknya perlakuan ataupun perasaan kita. *Kedua*, strategi pengalihan yaitu melakukan aktifitas yang menyenangkan. Seperti menonton film kesukaannya, yang bertujuan untuk menjauhkan dari hal-hal yang tidak diinginkan supaya emosi kembali stabil. *Ketiga*, strategi penghindaran negatif yaitu kegiatan yang mengalihkan dari mood.

Menurut Komar perenungan merupakan suatu pola pikir mengenai suatu hal yang di pikir secara mengulang, memikirkan masa lalu, masa depan atau memikirkan suatu masalah yang sama serta berfokus pada hal yang sedih maupun depresi yang terjadi pada diri sendiri. Terdapat empat tahap perenungan yang menjadikan hal negatif, sehingga dapat mempengaruhi individu seperti yang diawali oleh penarikan kembali pikiran yang cenderung negatif, kesulitan dalam memecahkan suatu masalah serta kurangnya dukungan sosial, sehingga individu akan terus berada dikondisi perenungan (Puspitasari, 2018).

Dalam strategi manajemen stres subjek DM, subjek K, dan subjek C menggunakan strategi penghindaran negative. Strategi penghindaran negative yang dilakukan subjek DM, K, dan C ketika emosi lebih memilih untuk meninggalkan anak sejenak. Subjek DM membiarkan anak bermain serta tidur terlebih dahulu, yang kemudian meninggalkan anak dengan tujuan untuk meminimalisir emosi ibu dengan menonton film india. Subjek DM juga berusaha memahami kondisi anak seperti diungkapkan oleh Maria Nanda bahwa mengenali kepribadian anak merupakan salah satu cara orang tua dalam mendampingi anak selama daring (Saputri, 2020). Subjek K hanya meninggalkan anak sejenak setelah emosi stabil kemudian kembali pada anak. Sedangkan subjek C meninggalkan anak sejenak dan membiarkan anak bermain. Ketiga subjek tersebut berusaha untuk menghindari situasi yang membuat emosi supaya hal yang tidak diinginkan tidak terjadi seperti kekerasan terhadap anak, yang menjadikan anak menjadi trauma.

Stres juga dapat dikurangi jika penyebab stres diceritakan kepada orang lain maupun orang terdekat. Dalam hal ini individu seperti mencari dukungan sosial atas masalah yang dihadapinya (Rubiyanti, 2008). Pada kasus ini, sama seperti yang dilakukan subjek DM yang mengurangi stres dengan cara menceritakan penyebabnya kepada orang terdekat, karena penyebab emosinya bukan hanya saat pendampingan daring, tetapi juga karena kurangnya respon dan komunikasi dari guru. Selain itu, subjek C mengurangi stres dengan cara pembagian waktu peran antara ibu dan bapak.

Dalam memanajemen stres juga terdapat cara lain yaitu metode relaksasi. Relaksasi adalah gerakan tubuh yang sistematis yang dilakukan secara sukarela guna merelakskan jiwa dan tubuh, serta menghilangkan berbagai bentuk pikiran kacau (Ningsih, 2016). Relaksasi terbagi menjadi dua kelompok, yaitu relaksasi yang menekankan pada fisik dan relaksasi yang menekankan pada mental atau psikis. Contoh relaksasi yang menekankan

pada fisik yaitu seperti yoga, relaksasi otot progresif, latihan pernafasan. Sementara contoh relaksasi yang menekankan pada mental/psikis adalah *autogenic suggestion, imagery, relaxing self-talk*, dan meditasi (Sulistyarini, 2014).

Autogenic merupakan relaksasi untuk mengubah pikiran negatif yang memiliki dampak pada perilaku positif. Teknik ini melatih seseorang untuk melakukan sugesti terhadap diri sendiri (*autogenic suggestion*) agar dapat mengubah sendiri kondisi pada diri untuk mengendalikan emosi yang terlalu membara. Metode *imagery* merupakan metode relaksasi dengan cara mengkhayalkan atau mengimajinasikan tempat dan kejadian berhubungan dengan rasa relaksasi yang menyenangkan (Afdila, 2016). Metode *self-talk* pada intinya merupakan dialog internal dengan diri sendiri. Dalam dialog tersebut seseorang bisa mengartikan, mengubah, dan mengatur perasaannya maupun persepsinya.

Jika dilihat dari teori relaksasi, ketiga subjek yaitu DM, C, dan K melakukan relaksasi yang menekankan pada aspek mental /psikis, yaitu meditasi. Meditasi adalah praktik relaksasi yang melibatkan pelepasan pikiran dari semua hal yang menarik, membebani, maupun mencemaskan dalam hidup kita sehari-hari (Bakri & Saifuddin, 2019). Subjek DM, C dan K melakukannya dengan memberi waktu kepada diri sendiri dan juga anaknya untuk melepas penat ketika belajar daring. Mereka akan pergi untuk istirahat dan menenangkan diri agar dapat mengurangi emosi. Kemudian pendampingan belajar akan dilanjutkan kembali ketika tingkat emosi dari kedua pihak sudah cukup reda. Namun terkadang subjek DM tetap melakukan pendampingan meskipun dalam keadaan emosi.

Terdapat pula teori konseling yang juga dapat digunakan untuk mengurangi emosi atau manajemen stres yaitu teori psikoanalisis. Teori konseling psikoanalisa yang dikembangkan oleh Sigmund Freud merupakan suatu metode penyembuhan yang bersifat psikologis dengan cara-cara fisik. Dalam teori psikoanalisis terdapat teknik utama yaitu teknik asosiasi bebas. Asosiasi bebas adalah teknik mengungkapkan pengalaman

masa lampau dan penghentian emosi-emosi yang berkaitan dengan situasi traumatik dimasa lalu, klien memperoleh pengetahuan dan evaluasi diri sendiri .

Sasaran dari teknik ini adalah membuka pintu-pintu yang ada dalam individu untuk mengungkapkan keinginan yang tidak disadari, fantasi, konflik, dan motivasi. Selain itu teknik ini juga untuk mengungkap pengalaman-pengalaman di masa lalu, untuk melepaskan perasaan-perasaan yang selama ini mengalami pemblokiran. Dalam teknik ini, Individu dapat mengungkapkan masa lalu, melepaskan, dan menghentikan emosi-emosi yang berhubungan dengan pengalaman traumatik masa lalu, atau disebut dengan istilah katarsis (Yunita et al., 2019).

Subjek DM dalam mengurangi emosi pada saat pendampingan belajar *online* juga menggunakan teknik asosiasi bebas. Ia bercerita dengan orang terdekat yaitu keponakannya. Subjek DM bercerita dengan tujuan agar bisa melepaskan atau mengurangi emosinya. Dalam hal ini, Subjek DM mengungkapkan masalahnya, pengalaman, emosi, dan perasaan-perasaan yang dialami saat pembelajaran daring. Salah satu masalah yang membuatnya emosi ialah guru yang tidak memberikan arahan secara jelas. Ia menceritakan hal tersebut kepada keponakannya karena tidak ada ruang sambat terkait dengan arahan guru selama daring berlangsung.

Dalam kondisi pandemi seperti ini, motivasi orang tua sangat dibutuhkan dalam tercapainya pendidikan belajar dirumah. Selain itu, orangtua harus benar-benar membimbing, memberikan arahan, penguatan serta pendidikan yang layak demi kualitas bangsa di masa mendatang (Rahmi, 2020). Dalam penelitian ini masing-masing subjek berusaha memberikan arahan, penguatan dan bimbingan pada anak selama pembelajaran, walaupun kondisi pembelajaran daring pada pandemic cukup melelahkan juga bagi orang tua, dikarenakan selama *stay at home* mood anak sering berubah serta lebih sering bermain.

Selain itu, ketahanan keluarga dapat terwujud jika keluarga dapat memaksimalkan dalam pelaksanaan fungsi keluarga. Kunci dalam pelaksanaan fungsi keluarga ada di tangan orang tua, nilai-nilai baik yang ditanamkan oleh orang tua juga akan berpengaruh pada anggota keluarga lain terutama pada anak. Richardson dan Gleeson mengatakan bahwa terjalinnya fungsi keluarga akan memberikan pengaruh positif terhadap kesejahteraan anak. Hal tersebut dikarenakan fungsi keluarga yang membentuk gaya pengasuhan pada anak. Dalam pelaksanaan fungsi keluarga juga merujuk pada bagaimana semua anggota keluarga dapat menjalin komunikasi, saling membantu satu sama lain, mempertahankan suatu hubungan, dan menyelesaikan masalah bersama (Herawati et al., 2020).

Dalam hal ini subjek C dalam pendampingan anak selama daring telah menerapkan fungsi keluarga yang merujuk pada saling berkaitan atau membantu satu sama lain selama pendampingan daring. Seperti yang dilakukan pada siang hari pendampingan belajar dilakukan oleh suami dari subjek C, kemudian pada malam hari pendampingan belajar dilakukan oleh subjek C. Pada kondisi tersebut, telah terjalin gaya pengasuhan anak dengan baik, karena pada umumnya dalam pendampingan belajar selama daring hanya sering dilakukan oleh ibu.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Orang tua mengalami hambatan-hambatan selama pendampingan belajar *online* seperti sulitnya membagi waktu dengan pekerjaan rumah, kurangnya pemahaman orang tua terhadap materi, anak yang kurang patuh terhadap orang tua, serta kurangnya respon guru. Hal tersebut membuat orang tua mengalami stres. Adapun upaya dalam menanggulangi stres yaitu istirahat, bercerita, serta membagi waktu pendampingan. Istirahat dilakukan dengan cara memberi waktu anak dan orang tua agar melepas

penat atau emosi. Bercerita dilakukan dengan mengungkapkan masalah dan perasaan kepada orang terdekat. Membagi waktu pendampingan dilakukan dengan mengatur jatah pendampingan antara ayah dan ibu.

Saran

Saran untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat memaksimalkan penelitian guna mendapatkan data yang lebih lengkap. Saran bagi subjek penelitian yaitu ketika mendampingi anak selama daring orang tua harus mengatur emosi serta mengenali kepribadian anak, jika tidak dikhawatirkan anak akan merasa tidak nyaman.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdila, J. N. (2016). Pengaruh Terapi Guided Imagery Terhadap Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyelesaikan. *Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. Surabaya: Universitas Airlangga Surabaya.
- Andromeda. (2018). Stress Management Training: Strategi Pengelolaan Stress Pengasuhan untuk Orang Tua yang Memiliki Anak Difabel. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 1(1), 277–283. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v10i3.18868>.
- Apriliyanti, D., Anugrahni, D., & Agustina, V. (2017). Hubungan Kemampuan Manajemen Stress dengan Tingkat Stress pada Orangtua Anak Tunagrahita di SLBN 1 Palangkaraya, *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(2). 43–46. <http://dx.doi.org/10.31602/ann.v4i2.1164>.
- Asih, G. Y., Widhiastuti, H., & Dewi, R. (2018). *Stress Kerja*. Semarang: Semarang University Press.
- Aufar, A. F., & Raharjo, S. T. (2020). Kegiatan Relaksasi sebagai Coping Stress di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 2(2), 157–163. <https://doi.org/10.24198/jkrk.v2i2.29126>.
- Azizah, N. & Ramadhani, A. C. (2020). *Depresi “Hantui” Banyak Orang Tua di Masa Pandemi*. Retrieved October 26, 2020, from republika.co.id. website: <https://republika.co.id/berita/qganjw463/depresi->

hantui-banyak-orang-tua-di-masa-pandemi

- Bakri, S. (2020). Jihad Melawan Covid-19 Dengan Laku Sufi. Retrieved October 26, 2020, from iain-surakarta.ac.id website: <https://iain-surakarta.ac.id/jihad-melawan-covid-19-dengan-laku-sufi/>
- Bakri, S., & Saifuddin, A. (2019). Sufi Healing: Integrasi Tasawuf dan Psikologi Dalam Penyembuhan Psikis dan Fisik. Depok: Rajagrafindo Persada.
- Efendi, D. (2020). Peran Orang Tua dalam Pembelajaran Model Distance Learning di Sekolah Dasar Kota Jayapura. *Al-Madrasah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 5(1), 54-66. <http://dx.doi.org/10.35931/am.v5i1.400>.
- Handayani, T., Khasanah, H. N., & Yosintha, R. (2020). Pendampingan Belajar di Rumah bagi Siswa Sekolah Dasar Terdampak Covid-19. *Adipraja: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 107–115. <https://doi.org/10.31002/abdipraja.v1i1.3209>.
- Herawati, T., Krisnatuti, D., Pujihavuty, R., & Latifah, E. W. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pelaksanaan Fungsi Keluarga Di Indonesia. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 13(3), 213-227. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.3.213>.
- Iftitah, S. L., & Anawaty, M. F. (2020). Peran Orang Tua dalam Mendampingi Anak di Rumah Selama Pandemi Covid-19. *Journal of Childhood Education*, 4(2), 71–81. <https://doi.org/10.30736/jce.v4i2.256>.
- Kusumaningrum, B., Kuncoro, K. S., Arigiyati, T. A., & Trisniawati. (2020). Pendampingan Orangtua dalam Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar: Evaluasi Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19. *Inventa: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 4(2), 142–150. <https://doi.org/10.36456/inventa.4.2.a2607>.
- Nafisah, D. (2020). Peran Orangtua dalam Proses Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid 19 terhadap Siswa Kelas IV MIN 3 Karanganyar. *Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. Salatiga: IAIN Salatiga.
- Lilawati, A. (2021). Peran Orang Tua dalam Mendukung Kegiatan Pembelajaran di Rumah pada Masa Pandemi. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 549–558. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.630>.

- Muslim, A. A., Rafica, V. M., & Zainuddin, M. (2020). Pelatihan Manajemen Stress kepada Orang Tua Saat Pendampingan Pembelajaran Jarak Jauh Anak. *Kangmas: Karya Ilmiah Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 153-158. <https://doi.org/10.37010/kangmas.v1i3.124>.
- Muslim, M. (2020). Manajemen Stress pada Masa Pandemi Covid-19. *Essensi: Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192–201.
- Nazmudin, A. (2020). *Fakta Baru, Ibu Bunuh Anak karena Susah Diajari Belajar Online*. Retrieved October 26, 2020, from regional.kompas.com website: <https://regional.kompas.com/read/2020/09/14/19524061/fakta-baru-ibu-bunuh-anak-karena-susah-diajari-belajar-online?page=all>.
- Ningsih, F. (2016). Efektifitas Teknik Relaksasi untuk Mengurangi Kejenuhan (Burnout) Belajar. *E-Journal Bimbingan dan Konseling*, 5(7). 50-59.
- Puji, S. (2020). *Bocah 10 Tahun Dianiaya dengan Balok Kayu gara-gara Tak Ikut Belajar Online, Ibu Kandung : Saya Menyesal*. Retrieved October 26, 2020, from regional.kompas.com website: <https://regional.kompas.com/read/2020/09/21/05340061/bocah-10-tahun-dianiaya-dengan-balok-kayu-gara-gara-tak-ikut-belajar-online?page=all>.
- Puspitasari, D. C. (2018). Hubungan Kualitas Persahabatan Dan Perenungan Dengan Kemampuan Memaafkan Pada Remaja Akhir. *Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. Surabaya: UIN Sunan Ampel.
- Putria, H., Maulana, L. H., & Uswatun, D. A. (2020). Analisis Proses Pembelajaran Dalam Jaringan (Daring) Masa Pandemi Covid 19 pada Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu: Journal of Elementary Education*, 4(4), 861-870. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i4.460>.
- Rahmi, M. (2020). Penguatan Peran Keluarga Dalam Mendampingi Anak Belajar Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kreativitas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam*, 9(1), 81-105.
- Ratnasari, K. A., & Kuntoro. (2017). Hubungan Parenting Stress, Pengasuhan dan Penyesuaian dalam Keluarga terhadap Perilaku Kekerasan Anak dalam Rumah Tangga. *Jurnal Manajemen Kesehatan*, 3(1), 86–98. <https://doi.org.10.29241/jmk.v3i1.91>.

- Rubiyanti, Y. (2008). *Motivasi dan Manajemen Stress (Makalah)*. Jatinangor: Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran.
- Rustiana, E. R., & Cahyati, W. H. (2012). Sress Kerja Dengan Pemilihan Strategi Coping. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 149-155. <https://doi.org/10.15294/kemas.v7i2.2811>.
- Sabiq, A. F. (2020). Persepsi Orang Tua Siswa tentang Kegiatan Belajar di Rumah sebagai Dampak Penyebaran Covid-19. *Jurnal Ilmu Pendidikan Pkn Dan Sosial Budaya*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.31597/cc.v4i1.322>.
- Saputri, M. N. A. (2020). *Tips Anti Stress Orang Tua Dampingi Anak Sekolah di Rumah*. Retrieved October 26, 2020, from tirtoid website: <https://tirtoid/tips-anti-stres-orang-tua-dampingi-anak-sekolah-di-rumah-fUBp>
- Slamet. (2012). Coping Sebagai Strategi Mengatasi Dan Memecahkan Masalah Dalam Konteks Bimbingan Konseling Islam, *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 9(1), 16-38, <https://doi.org/10.14421/hisbah.2012.091-02>.
- Sulistiyarini, I. (2013). Terapi Relaksasi untuk Menurunkan Tekanan Darah dan Meningkatkan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi. *Jurnal Psikologi*, 40(1), 28–38. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7064>
- Tabi'in, A. (2020). Problematika Stay at Home Pada Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid 19. *Jurnal Golden Age, Universitas Hanzanwadi*, 4(1), 191-200.
- Ulum, M. C. (2018). Hubungan Sikap Mahasiswa dengan Tingkat Stress dalam Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Semester VIII S1 Keperawatan STIKES ICME Jombang. *Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. Jombang: STIKES ICME Jombang.
- Wardani, A., & Ayriza, Y. (2021). Analisis Kendala Orang Tua dalam Mendampingi Anak Belajar di Rumah pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1). 772-782. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.705>
- Wardati, L., Husna, N., Khairunisa, A., & Lubis, H. (2020). Pola Kerjasama Guru dan Orang Tua pada Masa Pandemi Covid 19 di RA Masjid Agung Medan Polonia. *Al-Ulum: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 165–183. <http://dx.doi.org/10.30596%2Fal-ulum.v1i2.55>.

- Yulianingsih, W., Suhanadji, Nugroho, R., & Mustakim. (2021). Keterlibatan Orangtua dalam Pendampingan Belajar Anak selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1138–1150. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.740>
- Yunita, N. V., Suranata, K., & Surani, N. K. (2019). Model Konseling Psikoanalisa dengan Teknik Asosiasi Bebas untuk Meminimalisir Self Heteroseksual. *JJBK: Jurnal Jurusan Bimbingan Konseling*, 10(1), 9–15. <http://dx.doi.org/10.23887/jibk.v10i1.22209>

AUTHOR GUIDELINES

1. The article must be scientific, either based on the empirical research or conceptual ideas. The content of the article have not published yet in any Journal, and should not be submitted simultaneously to another Journal. Article should not be part of fully one chapter of the theses or dissertation.
2. Article must be in the range between 15-30 pages, not including title, abstract, keywords, and bibliography.
3. Article consisting of the various parts: i.e. title, the author's name(s) and affiliation(s), abstract (100-150 words), keywords (maximum 5 words), introduction, description and analysis, conclusion, and bibliography.
 - a. Title should not be more than 15 words
 - b. Author s name(s) should be written in the full name without academic title (degree), and completed with institutional affiliation(s) as well as corresponding address (e-mail address).
 - c. Abstract consisting of the discourses of the discipline area; the aims of article; methodology (if any); research finding; and contribution to the discipline of areas study. Abstract should be written in Indonesian and English.
 - d. Introduction consisting of the literature review (would be better if the research finding is not latest than ten years) and novelty of the article; scope and limitation of the problem discussed; and the main argumentation of the article.
 - e. Discussion or description and analysis consisting of reasoning process of the article s main argumentation.
 - f. Conclusion should be consisting of answering research problem, based on the theoretical significance/conceptual construction.
 - g. All of the bibliography used should be written properly and use Mendeley.

4. Citation's style used is the American Psychological Association (APA) 6th Edition and should be written in the model of body note (author(s), year), following to these below examples:

a. Book

In the bibliography:

Tagliacozzo, E. (2013). *The Longest Journey: Southeast Asian and the Pilgrimage to Mecca*. New York: Oxford University Press.

In the citation:

(Tagliacozzo, 2013)

b. Edited book(s)

In the bibliography:

Pranowo, M. B. (2006). "Perkembangan Islam di Jawa." In *Menjadi Indonesia 13 Abad Eksistensi Islam di Bumi Nusantara*, Komaruddin Hidayat dan Ahmad Gaus AF, eds., 406-444. Jakarta: Mizan dan Yayasan Festival Istiqlal.

In the citation:

(Pranowo, 2006)

c. E-book(s)

In the bibliography:

Sukanta, P.O., ed. (2014). *Breaking the Silence: Survivors Speak about 1965-66 Violence in Indonesia* (translated by Jemma Purdey). Clayton: Monash University Publishing. Diakses dari <http://books.publishing.monash.edu/apps/bookworm/view/Breaking+the+Silence%3A+Survivors+Speak+about+1965%E2%80%9366+Violence+in+Indonesia/183/OEBPS/cop.htm>, tanggal 31 Maret 2016.

In the citation:

(Sukanta, 2014)

d. Article of the Journal

1) Printing Journal

In the bibliography:

Reid, A. (2016). "Religious Pluralism or Conformity in Southeast Asia's Cultural Legacy." *Studia Islamika* 22, 3: 387-404. DOI:.....

.....

In the citation:

(Reid, 2016)

2) E-Journal

In the bibliography:

Crouch, M. (2016). "Constitutionalism, Islam and the Practice of Religious Deference: the Case of the Indonesian Constitutional Court." *Australian Journal of Asian Law* 16, 2: 1-15. http://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2744394 diakses 31 Maret 2016. DOI:.....

In the citation:

(Crouch, 2016)

5. In writing the citation's would be better and suggested to use software of citation manager, like Mendeley, Zotero, End-Note, Ref-Works, Bib-Text, and so forth, with following standard of American Psychological Association 6t Edition.
6. Arabic transliteration standard used *International Journal of Middle Eastern Studies*. For detailed transliteration could be seen at <http://ijmes.chass.ncsu.edu/docs/TransChart.pdf>
7. Article must be free from plagiarism; through attached evidence (screenshot) that article has been verified through anti-plagiarism software, but not limited to the plagiarism checker (plagiarisme.com).



Literasi : Jurnal Kajian Keislaman Multi-Perspektif is a journal that publishes research results from various fields and various approaches (**quantitative, qualitative, and mixed**). Literacy: Multi-Perspective Islamic Studies Journal is published **twice a year, namely in June and December**.

Literasi : Jurnal Kajian Keislaman Multi-Perspektif is a scientific publication that publishes research papers with any research approach and method that has high validity (quantitative approaches, for example correlational, comparative, experimental, meta-analysis; qualitative approaches, for example phenomenology, case studies, grounded research, ethnography, systematic literature review, literature review; and mixed approaches).

The focus and scope of **Literasi : Jurnal Kajian Keislaman Multi-Perspektif** are Islam and culture; tafseer of the Qur'an and hadith; religious da'wah; psychology and counseling; communication; Islamic economics and business; Islamic law; language and literature; general and Islamic education.

Alamat Redaksi:

Unit Kegiatan Mahasiswa Dinamika

Jalan Pandawa No. 1 Pucangan Kartasura

Sukoharjo, Jawa Tengah – Kode Pos 57168

Phone : +62271 781516

Faximile : +62271 782774

Email : jurnal.literasi.iain.surakarta@gmail.com

Website : <https://ejournal.iainsurakarta.ac.id/index.php/literasi>