

ABSTRAK

Pandemi Corona Virus Disease (COVID-19) membuat aktivitas sektor pendidikan terhambat. Kemdikbud mengeluarkan SE No. 4 Tahun 2020 sehingga pembelajaran menjadi dalam jaringan. Sistem pembelajaran tersebut dapat merubah kebiasaan orang tua sehingga menimbulkan ketegangan emosi yang mengakibatkan stres (Hartono, 2016). Jika stres tidak dicegah, maka bisa berakibat negatif terhadap kesehatan (Andria, 2013). Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah ada perbedaan tingkat stres sebelum dan setelah pendekatan edukatif tentang *coping mechanism*. Metode yang digunakan adalah pra eksperimen melalui pendekatan edukatif dengan disain *one group pretest-posttest*. Pengambilan sampel menggunakan teknik sampel jenuh. Analisis yang digunakan adalah uji T-Dependen. Hasil uji menunjukkan terdapat perbedaan perbedaan tingkat stres sebelum dan setelah pendekatan edukatif tentang *coping mechanism* sebagai upaya pencegahan stres pada orang tua SDN Cibungur tahun 2021 dengan nilai $p > 0,05$. Berdasarkan hasil penelitian maka diperlukan upaya promosi kesehatan sehingga tercipta masyarakat sehat khususnya orang tua dalam mendampingi anak belajar di rumah sehingga tercipta pembelajaran daring seoptimal mungkin.

Kata Kunci: stres, pendekatan edukatif, promosi kesehatan

Daftar Pustaka: 42 sumber, 2012-2021

ABSTRACT

The Corona Virus Disease (COVID-19) pandemic has hampered the activities of the education sector. The Ministry of Education and Culture issued SE No. 4 of 2020 so that learning becomes online. The learning system can change the habits of parents, causing emotional tension that results in stress (Hartono, 2016). If stress is not prevented, it can have a negative impact on health (Andria, 2013). The purpose of this study was to determine whether there were differences in stress levels before and after an educational approach about coping mechanisms. The method used is pre-experimental through an educational approach with a one group pretest-posttest design. Sampling using a saturated sample technique. The analysis used is the T-Dependent test. The test results show that there are differences in stress levels before and after the educative approach about coping mechanisms as an effort to prevent stress for parents at SDN Cibungur in 2021 with a p value of $0.000 > 0.05$. Based on the results of the study, it is necessary to promote health efforts so as to create a healthy community, especially parents in accompanying children to study at home so as to create online learning as optimally as possible.

Keywords: stress, educational approach, health promotion

Bibliography: 42 sources, 2012-2021