

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pandemi Corona Virus Disease (COVID-19) membuat berbagai macam aktivitas terhambat, tidak terkecuali pada sektor pendidikan. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan menerbitkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 Tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Pada Masa Darurat Penyebaran COVID-19 sehingga pembelajaran dari yang awalnya luar jaringan (luring) menjadi dalam jaringan (daring) dalam rangka pencegahan penularan COVID-19. Perubahan sistem ini berlaku pada semua tingkat pendidikan termasuk tingkat Sekolah Dasar (SD) (Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2020).

Statistik Data Kemdikbud 2019/2020 mendata jumlah anak sekolah pada tingkat SD adalah sebanyak 25,203,371 siswa (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020a). Jumlah anak yang sangat besar tersebut menggambarkan banyaknya orang tua yang memiliki anak sekolah pada tingkat SD yang dihadapkan pada sistem pembelajaran daring sehingga mengharuskan keterlibatan peran orang tua yang lebih besar dalam proses pembelajaran serta pendidikan dari sebelum masa pandemi COVID-19. Sistem pembelajaran daring akan lebih banyak melibatkan peran orang tua sebagai tenaga pengajar serta pendidik dibandingkan dengan tingkatan lainnya. Anak pada usia SD

kelas 4, 5, dan 6 akan terdapat banyak sekali perubahan baik fisik maupun psikis seperti memasukinya usia pubertas.

Sistem pembelajaran daring yang dilakukan di rumah dapat merubah rutinitas atau kebiasaan orang tua dalam mendampingi proses pembelajaran serta pendidikan. Perubahan rutinitas atau kebiasaan sehari-hari dengan suatu keterpaksaan dapat menimbulkan tekanan atau ketegangan emosi yang mengakibatkan tubuh bereaksi atau disebut dengan stres (Hartono, 2016). Perubahan sistem pembelajaran pada masa pandemi tidak hanya berpengaruh terhadap anak sekolah tetapi juga berpengaruh terhadap orang tua siswa. Perubahan rutinitas yang apabila dipaksa dapat menimbulkan reaksi tubuh atau stres. Jika stres tidak dapat dicegah, maka bisa menimbulkan akibat negatif terhadap kesehatan fisiologis maupun psikologis seperti terjadinya depresi, obesitas, insomnia, dan alergi (Andria, 2013).

Pencegahan stres perlu dilakukan orang tua siswa SD tentang *coping mechanism* dalam melakukan pendampingan kepada anak pada masa pandemi. Dalam situasi ini, orang tua perlu diberikan stimulan melalui pendekatan edukatif agar potensi yang dimilikinya dapat digunakan seoptimal mungkin untuk mengidentifikasi serta menangani masalah kesehatan (Notoatmodjo, 2012). Pendekatan edukatif bertujuan untuk memampukan masyarakat dalam memecahkan masalah yang sedang dihadapinya (Zuliani, 2016).

Lazarus dan Folkman dalam Willey Blacwell mengungkapkan bahwa individu secara konstan menilai stresor. Setiap individu akan menilai kondisi

yang sedang dihadapinya. Saat individu merasakan emosi dan dinilai sebagai sesuatu yang mengancam, maka individu akan memulai strategi *coping* untuk mengelola emosi atau mengatasi penyebab stres tersebut. Proses *coping* yang tidak dapat mengatasi stresor akan menimbulkan tekanan kembali yang membuat individu mempertimbangkan pilihan *coping* lebih lanjut untuk mengatasi stresor. (Blackwell, 2017).

Stres yang termasuk ke dalam golongan depresi merupakan gangguan jiwa dengan prevalensi tinggi, dan prevalensi depresi yang diobati per 100.000 pelayanan kesehatan mental berdasarkan data global adalah sebanyak 95,6 (World Health Organization, 2018). Hasil Utama Riskesdas 2018, gangguan mental emosional pada penduduk >15 tahun memiliki prevalensi sebesar 9,8% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Laporan Nasional Riskesdas gangguan emosional pada penduduk >15 tahun di provinsi Jawa Barat mencapai prevalensi sebesar 12,1% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019).

Penelitian Heni & Ristia menyebutkan bahwa terdapat orang tua yang mengalami hambatan saat melakukan pendampingan belajar di rumah kepada anak selama masa pandemi COVID-19. Orang tua mengalami hambatan dalam membagi waktu dengan pekerjaan rumah, kurang patuhnya anak dalam proses pembelajaran di rumah, kurang aktifnya respon yang guru berikan, serta orang tua yang kurang memahami materi pembelajaran (Listyanti and Wahyuningsih, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Tri dengan responden ibu yang memiliki

anak sekolah, didapatkan hasil penelitian sebanyak 30,34% mengalami stres dengan kategori sedang, 39,33% mengalami stres kategori tinggi dan 2,25% mengalami stres kategori sangat tinggi dalam mendampingi anak belajar dari rumah (Palupi, 2021).

Penelitian lain mengungkapkan bahwa orang tua mengalami stres level tinggi yaitu sebesar 10.31% dalam melakukan pendampingan kepada anak dalam proses pembelajaran di rumah pada masa pandemi COVID-19 (Susilowati and Azzasyofia, 2020). Karya ilmiah pengabdian masyarakat menyebutkan bahwa sebanyak 7 dari 20 atau sebesar 35% responden dengan jenis kelamin perempuan mengalami stres dengan tingkat tinggi yang ditimbulkan dari pendampingan anak belajar dari rumah (Muslim, Rafica and Zainuddin, 2020). Pandemi COVID-19 cenderung membuat ibu merasa stres dalam mendampingi anak belajar di rumah (Brown *et al.*, 2020).

Studi pendahuluan yang dilakukan dengan proses wawancara terhadap 5 orang tua siswa SD mengenai pembelajaran di masa pandemi, mereka mengatakan bahwa sangat sulit untuk mendampingi anak belajar dari rumah, hal ini relevan dengan karakteristik secara umum pada anak usia SD bahwasanya anak-anak pada usia ini masih senang bermain (Sukiman *et al.*, 2016). Keterbatasan akses membuat tugas diberikan dan dikumpulkan seminggu sekali, hal ini membuat anak seringkali menyepelekan dan mengerjakan tugas menjelang pengumpulan sehingga membuat orang tua resah. Beberapa tugas yang diberikan sekolah tidak dimengerti orang tua

sehingga orang tua kesulitan dalam membantu proses pembelajaran di rumah yang dapat mengakibatkan penurunan nilai akademik anak. Tidak hanya itu, sulitnya pembagian waktu dalam mendampingi anak belajar di rumah dengan waktu bekerja.

Metode pembelajaran daring yang dilakukan pada masa pandemi membuat orang tua harus menghadapi stresor baru yang bersumber dari lingkungan sekolah. *Coping mechanism* yang dilakukan oleh orang tua dalam menghadapi stresor dapat berbeda-beda. *Coping mechanism* yang dilakukan oleh seseorang tergantung pada kemampuan, lingkungan, pendidikan, pengembangan diri dan usia. Saat *coping mechanism* tidak dilakukan dengan baik maka stres tidak dapat dihindari.

Pandemi COVID-19 berpengaruh terhadap sistem pembelajaran sehingga orang tua SD menghadapi stresor baru dimana peranan orang tua lebih banyak dalam memberikan pendampingan kepada anaknya untuk belajar di rumah dibandingkan sebelum pandemi COVID-19. Apabila stresor tidak dihadapi dengan *coping mechanism* yang baik maka akan menimbulkan stres. Hal tersebut membuat penyusun tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perbedaan tingkat stres sebelum dan setelah intervensi Pendekatan Edukatif Tentang *Coping Mechanism* Sebagai Upaya Pencegahan Stres Pada Orang Tua SDN Cibungur Tahun 2021.

1.2 Rumusan Masalah

Pembelajaran masa pandemi dengan sistem daring mengharuskan orang tua lebih banyak terlibat dalam proses pendidikan serta pembelajaran dibandingkan sebelum masa pandemi. Perubahan rutinitas atau kebiasaan orang tua siswa dalam melakukan pendampingan kepada anak pada proses belajar daring ini dapat memicu stres. Apabila stres tidak dapat dikendalikan maka akan berdampak pada kesehatan baik fisik maupun psikis. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah yang diambil yaitu apakah ada perbedaan tingkat stres sebelum dan setelah intervensi “Pendekatan Edukatif Tentang *Coping Mechanism* Sebagai Upaya Pencegahan Stres Pada Orang Tua SDN Cibungur Tahun 2021”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan tingkat stres sebelum dan setelah pendekatan edukatif tentang *coping mechanism* sebagai upaya pencegahan stres pada orang tua SDN Cibungur tahun 2021.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran keadaan stres sebelum dilakukannya pendekatan edukatif tentang *coping mechanism* sebagai upaya pencegahan stres pada orang tua SDN Cibungur tahun 2021 dalam melakukan pendampingan kepada anak untuk belajar di rumah pada masa pandemi.

- b. Mengetahui gambaran keadaan stres setelah dilakukannya pendekatan edukatif tentang *coping mechanism* sebagai upaya pencegahan stres pada orang tua SDN Cibungur tahun 2021 dalam melakukan pendampingan kepada anak untuk belajar di rumah pada masa pandemi.
- c. Mengetahui perbedaan tingkat stres sebelum dan setelah intervensi pendekatan edukatif tentang *coping mechanism* sebagai upaya pencegahan stres pada orang tua SDN Cibungur tahun 2021.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian diharapkan dapat bermanfaat serta menjadi bahan masukan sebagai upaya promosi kesehatan mengenai pendekatan edukatif tentang *coping mechanism* sebagai upaya pencegahan stres pada orang tua SDN Cibungur tahun 2021.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Prodi Kesehatan Masyarakat

Sebagai bahan informasi dan database sehingga dapat menjadi rujukan baru dalam rangka meningkatkan kualitas dan pengetahuan mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Bhakti Kencana mengenai pendekatan edukatif tentang *coping mechanism* sebagai upaya pencegahan stres pada orang tua SDN Cibungur tahun 2021.

2. Bagi Institusi Penelitian

Diharapkan dapat memberikan informasi sebagai bahan masukan mengenai pendekatan edukatif tentang *coping mechanism* sebagai upaya pencegahan stres pada orang tua siswa SDN Cibungur. Harapan pada penelitian ini juga dapat membantu mengoptimalkan proses pembelajaran dari rumah sehingga kualitas pendidikan SDN Cibungur dapat dipertahankan meskipun dalam kondisi pandemi COVID-19.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat meningkatkan kemampuan meneliti melalui analisis masalah dan menambahkan wawasan di lapangan serta mampu menerapkan ilmu yang didapatkan sewaktu menempuh pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Bhakti Kencana.