

KARYA TULIS ILMIAH

**PENGARUH PEMBELAJARAN JARAK JAUH TERHADAP
INTENSITAS STRES ORANG TUA MURID
SMP KOLESE KANISIUS TAHUN AJARAN 2020/2021**

**Diajukan untuk memenuhi Tugas Akhir Sekolah sebagai salah satu syarat
kelulusan dari SMP Kolese Kanisius Jakarta**



Disusun oleh:

Alphatar Magnus Jonathan Tambunan	(IX-4/03/8994)
Arlend Josse Halim	(IX-4/04/8996)
Revindo Nur	(IX-4/26/9075)
William Yudhisthira Soegiharto	(IX-4/28/9049)

**SMP KOLESE KANISIUS
JAKARTA
2021**

KARYA TULIS ILMIAH

PENGARUH PEMBELAJARAN JARAK JAUH TERHADAP INTENSITAS STRES ORANG TUA MURID SMP KOLESE KANISIUS TAHUN AJARAN 2020/2021

**Diajukan untuk memenuhi Tugas Akhir Sekolah sebagai salah satu syarat
kelulusan dari SMP Kolese Kanisius Jakarta**



Disusun oleh:

Alphatar Magnus Jonathan Tambunan	(IX-4/03/8994)
Arlend Josse Halim	(IX-4/04/8996)
Revindo Nur	(IX-4/26/9075)
William Yudhisthira Soegiharto	(IX-4/28/9049)

**SMP KOLESE KANISIUS
JAKARTA
2021**

PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah berjudul:

**PENGARUH PEMBELAJARAN JARAK JAUH TERHADAP
INTENSITAS STRES ORANG TUA MURID
SMP KOLESE KANISIUS TAHUN AJARAN 2020/2021**

Telah disetujui pada Senin, 8 Februari 2021

Oleh:

Pembimbing

Penguji I

Penguji II

(Drs. M. Kasworo, M.Pd.) (P. Edy Sucipto, S.Pd.) (Ign. Banu P. Putra, S.Pd.)

Mengetahui:

Kepala SMP Kolese Kanisius

(R. Susanto Dwi Nugroho, S.Pd.)

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Alphatar Magnus Jonathan Tambunan (IX-4/03) ()

Arlend Josse Halim (IX-4/04) ()

Revindo Nur (IX-4/26) ()

William Yudhisthira Soegiharto (IX-4/28) ()

Judul Karya Tulis Ilmiah:

PENGARUH PEMBELAJARAN JARAK JAUH TERHADAP

INTENSITAS STRES ORANG TUA MURID

SMP KOLESE KANISIUS TAHUN AJARAN 2020/2021

Dengan ini menyatakan bahwa kami tidak melakukan penjiplakan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini. Apabila terbukti bahwa pernyataan ini tidak benar, kami bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku di SMP Kolese Kanisius.

Jakarta, 2021

Peneliti

MOTO

Ad Maiorem Dei Gloriam

For The Greater Glory of God — Demi Lebih Besarnya Kemuliaan Nama Tuhan

Ad Maiora Natus Sum

I am born for greater things — Aku dilahirkan untuk hal-hal besar

*Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia
yang memberi kekuatan kepadaku.*

Filipi 4:13 (TB)

Omnia Superat Diligentia

Dilligence overcomes all — Kerajinan mengalahkan segalanya

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami hantarkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat, rahmat dan penyertaan-Nya, proses penelitian dan penyusunan karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik. Kami, selaku peneliti ingin mengungkapkan rasa terima kasih kami yang sebesar-besarnya kepada beberapa pihak, yakni:

1. Bapak R. Susanto Dwi Nugroho, S.Pd. selaku Kepala Sekolah SMP Kolese Kanisius yang telah mengadakan kegiatan *Exhebition of Learning Experience* sebagai salah satu wadah bagi kami, para siswa SMP Kolese Kanisius untuk menambah ilmu dan pengalaman kami melalui karya ilmiah.
2. Bapak Drs. Martinus Kasworo, M.Pd. selaku pembimbing yang telah sabar membimbing, mengamati perkembangan dan memberi saran kepada kami selama proses penyusunan karya ilmiah ini.
3. Bapak dan Ibu Guru SMP Kolese Kanisius yang telah meluangkan waktunya untuk menyiapkan dan memaparkan materi-materi yang disampaikan pada Seminar Research Paper guna membuka wawasan kami terkait penelitian ilmiah.
4. Para Yesuit yang telah berkenan meluangkan waktunya untuk menyiapkan dan memaparkan materi-materi yang disampaikan pada Seminar Research Paper guna membuka wawasan kami terkait penelitian ilmiah.

5. Ayah dan Ibu kami masing-masing yang telah memberi motivasi, doa dan dukungan sehingga penyusunan karya ilmiah ini dapat berlangsung dengan lancar.
6. Seluruh Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang tidak dapat kami sebutkan satu per satu, yang telah berkenan mengisi survey penelitian yang kami sebarluaskan.
7. Berbagai pihak lain yang tidak dapat kami sebutkan satu per satu, yang telah mendukung dan membantu perkembangan dari karya ilmiah ini.

Kegiatan Exhibition of Learning Experience atau lebih dikenal sebagai Research Paper adalah sebuah kekhasan yang dihidupi oleh para Kanisian (murid SMP Kolese Kanisius) kelas IX. Dalam kegiatan ini, para Kanisian kelas IX dituntut untuk menyusun sebuah karya tulis ilmiah sebagai salah satu syarat kelulusan, untuk naik ke jenjang pendidikan berikutnya. Pandemi COVID-19 menjadi sebuah tantangan besar bagi kami untuk menyelesaikan penelitian ini. Namun, tantangan tersebut tidak memadamkan semangat kami, justru menyulut sebuah keinginan bagi kami untuk bisa menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan maksimal, dengan segala keterbatasan yang ada.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini kami persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua kami yang kami cintai dan kami hormati, yang telah berkorban dan mengusahakan sebaik mungkin menyediakan
2. Bapak dan Ibu guru SMP Kolese Kanisius, khususnya pembimbing kami Bapak Drs. Martinus Kasworo, M.Pd. yang telah meluangkan waktunya untuk mengadakan seminar, memberi masukan dan senantiasa mendukung perkembangan karya ilmiah kami.
3. Pihak sekolah, yang telah memberi kesempatan kepada kami untuk memperoleh pembimbingan mengenai penelitian ilmiah.

DAFTAR ISI

PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN.....	iii
MOTO.....	iv
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR DIAGRAM.....	xii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	6
1.3. Tujuan Penelitian.....	6
1.4. Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1. Manfaat Teoritis	6
1.4.2. Manfaat Praktis	7
1.5. Pembatasan Masalah	8
1.6. Sistematika Penyajian	9
1.6.1. Bab I: Pendahuluan	9
1.6.2. Bab II: Landasan Teori	10
1.6.3. Bab III: Metode Penelitian.....	10
1.6.4. Bab IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan.....	11
1.6.5. Bab V: Kesimpulan dan Saran	11
BAB II LANDASAN TEORI	12
2.1. Kajian Pustaka.....	12
2.1.1. Pengaruh.....	12
2.1.2. Pembelajaran Jarak Jauh	12
2.1.3. Intensitas	15

2.1.4. Stres.....	15
2.1.5. Gejala Stres	18
2.1.6. Jenis Stres.....	20
2.1.7. Faktor Penyebab Stres.....	22
2.2. Penelitian Relevan.....	25
2.3. Kerangka Berpikir	27
2.4. Hipotesis.....	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
3.1. Jenis Penelitian.....	28
3.2. Waktu dan Tempat Penelitian	29
3.3. Instrumen Penelitian.....	29
3.4. Populasi dan Sampel Penelitian	30
3.5. Teknik Pengumpulan Data.....	31
3.6. Teknik Analisis Data.....	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
4.1. Demografi Responden.....	33
4.2. Indeks Stres Orang Tua Murid	34
4.3. Diferensiasi Ayah dan Ibu.....	38
4.3.1. Ayah.....	40
4.3.2. Ibu	42
4.4. Diferensiasi Kelompok Usia	44
4.4.1. Kelompok Usia 31-40 Tahun	44
4.4.2. Kelompok Usia 41-50 Tahun	46
4.4.3. Kelompok Usia 51-60 Tahun	48
4.4.4. Kelompok Usia Lebih dari 60 Tahun.....	50
4.5. Diferensiasi Jenjang Pendidikan Anak.....	53
4.5.1. Kelas VII	54
4.5.2. Kelas VIII.....	56
4.5.3. Kelas IX	58
4.6. Identifikasi Faktor	60
4.6.1. Butir Pertanyaan 1	60
4.6.2. Butir Pertanyaan 2.....	61
4.6.3. Butir Pertanyaan 3.....	61
4.6.4. Butir Pertanyaan 4.....	62

4.6.5.	Butir Pertanyaan 5.....	62
4.6.6.	Butir Pertanyaan 6.....	62
4.6.7.	Butir Pertanyaan 7.....	63
4.6.8.	Butir Pertanyaan 8.....	63
4.6.9.	Butir Pertanyaan 9.....	64
4.6.10.	Butir Pertanyaan 10.....	64
4.6.11.	Butir Pertanyaan 11.....	65
4.6.12.	Butir Pertanyaan 12.....	65
4.6.13.	Butir Pertanyaan 13.....	65
4.6.14.	Butir Pertanyaan 14.....	66
4.6.15.	Butir Pertanyaan 15.....	66
4.6.16.	Butir Pertanyaan 16.....	67
4.6.17.	Butir Pertanyaan 17.....	67
4.6.18.	Butir Pertanyaan 18.....	68
4.6.19.	Butir Pertanyaan 19.....	68
4.6.20.	Butir Pertanyaan 20.....	68
4.6.21.	Butir Pertanyaan 21.....	69
4.6.22.	Butir Pertanyaan 22.....	69
4.6.23.	Butir Pertanyaan 23.....	70
4.6.24.	Butir Pertanyaan 24.....	70
4.6.25.	Butir Pertanyaan 25.....	71
4.6.26.	Butir Pertanyaan 26.....	71
4.6.27.	Butir Pertanyaan 27.....	71
4.6.28.	Butir Pertanyaan 28.....	72
4.6.29.	Butir Pertanyaan 29.....	72
4.6.30.	Butir Pertanyaan 30.....	73
4.6.31.	Butir Pertanyaan 31.....	73
4.6.32.	Butir Pertanyaan 32.....	74
4.6.33.	Butir Pertanyaan 33.....	74
4.7.	Pertanyaan Terbuka.....	75
4.7.1.	Pertanyaan 1	75
4.7.2.	Pertanyaan 2	76
4.7.3.	Pertanyaan 3	78
4.7.4.	Pertanyaan 4	78

4.7.5. Pertanyaan 5	79
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	81
5.1. Kesimpulan.....	81
5.2. Saran.....	82
5.2.1. Bagi Pembaca.....	82
5.2.2. Bagi Peneliti Selanjutnya	83
5.3. Tinjauan Kritis.....	84
5.3.1. Kekurangan	84
5.3.2. Kelebihan	85
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN	90

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Diferensiasi Gejala Stres	19
Tabel 4.1. Demografi Responden.....	33
Tabel 4.2. Respon Pertanyaan Terbuka 1	75
Tabel 4.3. Respon Pertanyaan Terbuka 2	77
Tabel 4.4. Respon Pertanyaan Terbuka 3	78
Tabel 4.5. Respon Pertanyaan Terbuka 4	79
Tabel 4.6. Respon Pertanyaan Terbuka 5	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. <i>Holistic Stress Model</i>	21
Gambar 2.2. Kerangka Berpikir	27

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 4.1. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres.....	35
Diagram 4.2. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata.....	37
Diagram 4.3. Status Pekerjaan Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 di Masa Pandemi COVID-19	38
Diagram 4.4. Jenis Kelamin Responden	39
Diagram 4.5. Persentase Ayah Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres.....	40
Diagram 4.6. Persentase Ayah Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata.....	41
Diagram 4.7. Persentase Ibu Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres.....	42
Diagram 4.8. Persentase Ibu murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata	43
Diagram 4.9. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia 31-40 Tahun yang Mengalami Stres.....	44

Diagram 4.10. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia 31-40 Tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata.....	45
Diagram 4.11. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia 41-50 Tahun yang Mengalami Stres.....	46
Diagram 4.12. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia 41-50 Tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata.....	47
Diagram 4.13. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia 41-50 Tahun yang Mengalami Stres.....	48
Diagram 4.14. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia 51-60 Tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata.....	49
Diagram 4.15. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia >60 Tahun yang Mengalami Stres.....	50
Diagram 4.16. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia >60 Tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata	51
Diagram 4.17. Perbandingan Usia Orang Tua dengan Persentase Orang Tua yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata.....	52
Diagram 4.18. Perbedaan Rata-Rata Stres Orang Tua pada Berbagai Kelompok Usia	53
Diagram 4.19. Persentase Orang Tua Murid Kelas VII SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres.....	54
Diagram 4.20. Persentase Orang Tua Murid Kelas VII SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia Tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata	55
Diagram 4.21. Persentase Orang Tua Murid Kelas VIII SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres.....	56
Diagram 4.22. Persentase Orang Tua Murid Kelas VIII SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia Tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata	57
Diagram 4.23. Persentase Orang Tua Murid Kelas IX SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres.....	58
Diagram 4.24. Persentase Orang Tua Murid Kelas VII SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia Tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata	59
Diagram 4.25. Diagram Respon Pertanyaan Identifikasi Faktor	60

ABSTRAK

Judul penelitian ini adalah "Pengaruh Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Intensitas Stres Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021". Penelitian ini dilatarbelakangi oleh keinginan peneliti untuk mengetahui pengaruh pembelajaran jarak jauh terhadap stres yang dialami orang tua dan faktor-faktor yang menyebabkannya. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode kuantitatif dan datanya dianalisa secara statistik inferensial/induktif. Adapun data yang diperoleh berasal dari survei daring melalui media Google Forms yang diberikan terhadap populasi penelitian dengan sampel yang ditentukan secara simple random sampling. Melalui penelitian ini, diperoleh kesimpulan bahwa pembelajaran jarak jauh memang membuat orang tua lebih stres. Ibu lebih banyak mengalami stres dibanding ayah, orang tua kelas VIII lebih banyak mengalami stres dibandingkan orang tua kelas lainnya, dan orang tua yang berada pada kelompok usia 31-40 tahun memiliki rata-rata indeks stres yang lebih tinggi dibanding kelompok usia lainnya.

Kata kunci: stres, orang tua, pembelajaran jarak jauh

ABSTRACT

The title of this research is "The Effects of Distance Learning on the Intensity of Stress of Canisius College Junior High School Students' Parents in the 2020/2021 Academic Year". This research is motivated by the researcher's desire to determine the effect of distance learning on stress experienced by parents and the factors that contribute towards it. This research was conducted using quantitative methods and the data obtained were analyzed using inferencial/inductive statistics. The data obtained came from an online survey spread through Google Forms that was given to the research's population with the samples determined by simple random sampling. Through this study, it was concluded that distance learning does make parents more stressed. Mothers experienced more stress than fathers, parents of grade VIII students experienced more stress than parents of other grades, and parents who were in the 31-40 year-old age group had a higher stress index average than other age groups.

Keywords: stress, parents, distance learning

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Penyebaran Coronavirus disease 2019 (COVID-19) dari Wuhan, Cina yang melanda dunia pada Desember 2019, yang kemudian ditetapkan World Health Organization (WHO) sebagai sebuah pandemi pada bulan Maret 2020 telah membawa perubahan yang cukup besar pada berbagai aspek kehidupan manusia. Dikarenakan hal ini, kita semua terpaksa menjaga jarak antar sesama untuk menghindari penyebaran virus yang begitu mudah terjadi melalui droplet, cairan yang dapat dikeluarkan oleh tubuh kita ketika bersin, batuk, berbicara, bahkan bernafas. Menyikapi hal tersebut, pemerintah Republik Indonesia mengeluarkan kebijakan untuk menerapkan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), yang lebih dikenal di dunia sebagai social-physical distancing.

Mereka yang hidup di masa pandemi ini tentu paham bahwa pandemi ini tidak hanya membawa dampak pada mereka yang terinfeksi, tetapi ke seluruh penjuru bumi, termasuk Indonesia. PSBB yang diberlakukan berdampak kepada ekonomi, kehidupan sosial, kesejahteraan rakyat, layanan kesehatan, sistem pendidikan, dan yang menjadi fokus utama dari penelitian ini, yaitu kesehatan mental.

Sebuah survei yang dilakukan WHO terkait kesehatan mental di masa pandemi menunjukkan bahwa lebih dari 60% populasi di antara ke-130 negara yang dijadikan sampel penelitian mengalami gangguan kesehatan mental, tepatnya: 72%

anak dan remaja, 70% orang dewasa, dan 61% wanita dengan kebutuhan antenatal dan postnatal (pra dan pasca melahirkan). Direktur WHO, Tedros Adhanom Ghebreyesus mengatakan: “Good mental health is absolutely fundamental to overall health and well-being”, yang berarti bahwa kesehatan mental adalah sesuatu yang mendasar untuk kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan. Maka, dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental menjadi suatu aspek dari pandemi ini yang tidak bisa dikesampingkan dari pembahasan. (WHO, 2020).

Peneliti yakin bahwa gangguan kesehatan mental yang dialami orang-orang selama masa pandemi ini cenderung terjadi karena situasi yang kurang kondusif. Berbeda dari biasanya, kehilangan pekerjaan, kemiskinan, kesepian, kondisi kritis terkait kesehatan dan kematian adalah hal yang mudah kita temukan di masa pandemi ini. Kondisi semacam ini tentu tidak sama halnya dengan kehidupan manusia sebelum pandemi ini terjadi, dan perasaan semacam ini tentu menjadikan masalah psikologis terkait kesehatan mental sebagai salah satu hal yang begitu dekat dengan kehidupan masyarakat di masa pandemi ini.

Di samping kesehatan mental, dunia pendidikan turut terkena dampak dari pandemi ini. Memang memungkinkan untuk memberhentikan sekolah untuk sementara waktu, namun apabila kita cermati Universal Declaration of Human Rights (UDHR) atau Pernyataan Umum tentang Hak-Hak Asasi Manusia, dikatakan pada artikel 26 bahwa:

“Everyone has the right to education. Education shall be free, at least in the elementary and fundamental stages. Elementary education shall be compulsory. Technical and professional education shall be made

generally available and higher education shall be equally accessible to all on the basis of merit.” (UN, 1948).

Bagian tersebut menegaskan bahwa pendidikan adalah bagian dari hak asasi manusia, dan semua orang harus memiliki kesempatan yang sama untuk mendapatkannya. Dalam rangka meneruskan pendidikan di masa yang sulit ini, sekolah-sekolah memutuskan untuk menerapkan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ), dimana guru beserta murid-muridnya melangsungkan kegiatan belajar-mengajar secara dalam jaringan (daring) dari kediaman masing-masing.

Implementasi dari PJJ ini tentu mempersulit berbagai pihak dalam proses pelaksanaannya. Terbukti, banyak orang tua yang mengeluh akan sistem belajar di rumah karena menambah beban bagi mereka. Dilansir dari Klikdokter.com, terdapat beberapa orang tua yang mengeluh karena kesulitan membagi perhatian antara pekerjaannya dan menemani anaknya belajar. Banyak materi yang belum dipahami anak-anak, dan dalam kondisi seperti ini, orang tua berperan serta untuk menjelaskan hingga anaknya paham. Stres bisa muncul karena orang tua tidak terbiasa untuk mendampingi anaknya dalam belajar, dan inilah yang hendak diteliti lebih lanjut oleh peneliti dalam karya ilmiah ini. (Dwiputra, 2020).

Oswald dan Blanchflower menemukan bahwa kesejahteraan—yang diukur melalui probabilitas depresi—dan hubungannya dengan usia seseorang menghasilkan sebuah kurva U terbalik. Dengan rentang usia sampel 16-70 tahun, kurva U terbalik tersebut menyatakan bahwa mereka yang berada pada usia 40-50 tahun lebih rentan mengalami depresi. Depresi ini dapat disebabkan oleh beberapa

faktor dalam kehidupan seorang individu seperti penghasilan, pendidikan, dan pernikahan (kehidupan berkeluarga). (Oswald & Blanchflower, 2008).

Tidak bisa dipungkiri bahwa kemungkinan adanya perbedaan usia orang tua—khususnya di SMP Kolese Kanisius—sangat besar. Orang tua yang anak pertamanya bersekolah di SMP Kolese Kanisius akan cenderung lebih muda bila dibandingkan dengan orang tua yang anak ketiganya bersekolah di SMP Kolese Kanisius. Mengingat bedanya usia seorang individu juga mendukung perubahan terhadap kemungkinan munculnya masalah mental, peneliti akan mendalami bidang ini dalam rangka menguji kebenaran temuan tersebut di masa pandemi ini, khususnya dalam kaitannya dengan PJJ.

Musick, Meier, dan Flood menemukan bahwa pada umumnya—dalam hal mengurus anak—para ibu cenderung kurang bahagia, lebih stres dan lebih lelah bila dibandingkan dengan para ayah. Ibu lebih banyak menghabiskan waktu bersama dengan anaknya dalam berbagai kegiatan seperti mengasuh anak, memasak dan merapikan rumah, sedangkan ayah lebih menikmati waktu bersama anaknya untuk bermain dan mengisi waktu luang. Ibu lebih banyak melakukan solo parenting, sehingga banyak mengalami gangguan tidur dan cenderung memiliki sedikit waktu luang bila dibandingkan dengan ayah. (Musick et al., 2016). Hal ini didukung dengan hasil Survei Angkatan Kerja Nasional (Sakernas) yang dipublikasi Badan Pusat Statistik (BPS). Terlihat bahwa tenaga kerja formal laki-laki selalu mengungguli perempuan. Pada periode 2018-2020, ditemukan bahwa sebesar 42,71% laki-laki adalah pekerja formal, dan 34,65% perempuan adalah pekerja formal. (BPS, 2020). Tidak bisa dipastikan bahwa data ini sepenuhnya berlaku di

masa pandemi COVID-19, namun data tersebut dapat dijadikan referensi atau dasar perbandingan terhadap data yang didapatkan dalam proses penelitian nantinya.

Selain itu, survei pendahuluan yang kami buat menunjukkan perubahan besar akan status pekerjaan orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021. Terlihat bahwa di masa yang normal, mayoritas ayah (73,40%) bekerja. Di masa pandemi ini, mayoritas ayah (51,60%) bekerja bergantian antara di dalam dan di luar rumah. Di masa yang normal, mayoritas ibu (46,90%) juga bekerja. Namun, di masa pandemi, mayoritas ibu (32,80%) tidak bekerja. Hal ini tentu membuka kemungkinan adanya perubahan pola interaksi yang bisa menuju kepada konflik yang menjadi beban pikiran, yang kemudian dapat menyebabkan stres.

Kenyataan di atas mendorong peneliti untuk mendalami juga perbedaan antara stres yang dialami ibu dan ayah. Mengingat bahwa di masa pandemi ini, kedua orang tua berada di rumah dan setiap waktu bersama anaknya, besar kemungkinan timbulnya suatu perubahan. Ibu—yang normalnya mendominasi dalam hal mengurus anak—kini bisa membagi tanggung jawabnya bersama ayah. Maka perbandingan antara timbulnya stres dalam kaitannya dengan pembelajaran jarak jauh antara ibu dan ayah perlu dilakukan.

Melalui penelitian ini, peneliti ingin mendalami dampak yang dibawa pemberlakuan PJJ terhadap intensitas stres orang tua, khususnya orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021. Di samping itu, peneliti juga ingin menganalisis faktor, mencari persamaan dan perbedaan antar jenjang pendidikan, dan memberi solusi terbaik dalam rangka mengatasi masalah terkait kesehatan mental yang dialami orang tua di masa pandemi ini.

1.2. Rumusan Masalah

- 1.2.1. Bagaimana Pembelajaran Jarak Jauh berdampak kepada stres yang dialami orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021?
- 1.2.2. Apa saja faktor yang menyebabkan stres tersebut? Bagaimana perbandingannya antar jenjang pendidikan di SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021?

1.3. Tujuan Penelitian

- 1.3.1. Mengetahui dampak yang dibawa Pembelajaran Jarak Jauh terhadap stres yang dialami orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021.
- 1.3.2. Menganalisis faktor penyebab stres orang tua murid dan perbandingannya antar jenjang pendidikan SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

- 1.4.1.1. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, memberi sumbangan pemikiran dan masukan bagi para pembacanya, khususnya mengenai hubungan antara pemberlakuan Pembelajaran Jarak Jauh dengan stres yang dialami orang tua.

- 1.4.1.2. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu literatur referensi bagi peneliti selanjutnya yang

ingin untuk menggali lebih dalam dan mengembangkan teori mengenai hubungan pemberlakuan Pembelajaran Jarak Jauh dengan stres yang dialami orang tua.

1.4.2. Manfaat Praktis

1.4.2.1. Bagi peneliti

Peneliti dapat mengetahui dampak yang dibawa PJJ pada stres yang dialami orang tua, faktor-faktor dan yang membedakan antar jenjang pendidikan di SMP Kolese Kanisius Jakarta serta solusi konkret untuk permasalahan yang dihadapi. Disamping itu, juga untuk memenuhi kewajiban siswa kelas 9 sebagai salah satu syarat kelulusan dari SMP Kolese Kanisius.

1.4.2.2. Bagi pembaca

Pembaca diharapkan dapat membaca literatur ini sebagai salah satu referensi yang menambah wawasan terkait hubungan pemberlakuan PJJ terhadap stres yang dialami orang tua murid, khususnya di SMP Kolese Kanisius.

1.4.2.3. Bagi Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius

Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius diharapkan dapat sadar akan stres yang selama ini dialami dan mengetahui dengan jelas faktor penyebabnya. Kiranya penelitian ini dapat menimbulkan kesadaran yang lebih besar lagi akan dampak yang dibawa PJJ terhadap stres yang dialami orang tua murid SMP Kolese Kanisius.

1.4.2.4. Bagi Keluarga Besar Kolese Kanisius

Keluarga Besar Kolese Kanisius, khususnya para akademisi dapat memperhatikan faktor penyebab dari stres yang dialami orang tua murid SMP Kolese Kanisius. Kiranya penelitian ini dapat membuka mata para akademisi akan pengaruh yang dibawa pemberlakuan PJJ terhadap stres yang dialami orang tua, dan apabila memungkinkan, ikut serta dalam tindakan pencegahan gangguan kesehatan mental ini.

1.5. Pembatasan Masalah

Agar lebih fokus dan mendalam dalam melakukan penelitian, masalah yang hendak diteliti dalam penelitian ini perlu dibatasi. Penelitian ini memiliki variabel bebas yaitu penerapan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ), variabel terikat yaitu intensitas stres orang tua murid dan variabel kontrol yaitu sekolah anak: SMP Kolese Kanisius, Tahun Ajaran 2020/2021 dan metode pembelajaran: Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ).

Penelitian yang dilakukan terbatas kepada orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021. Penelitian ini membahas hubungan antara penerapan PJJ dengan intensitas stres orang tua murid SMP Kolese Kanisius. Disamping itu, penelitian ini juga memaparkan perbedaan intensitas stres yang dialami antar ayah dan ibu, antar kelompok usia (31-40 tahun, 41-50 tahun, 51-60 tahun, dan di atas 60 tahun), dan antar jenjang pendidikan anak.

1.6. Sistematika Penyajian

1.6.1. Bab I: Pendahuluan

- 1.6.1.1. Latar Belakang menjelaskan alasan peneliti ingin mendalami topik tersebut, memaparkan masalah yang memperkuat tingkat kepentingan penelitian dan memberikan gambaran umum tentang penelitian yang akan dilakukan
- 1.6.1.2. Rumusan Masalah berisi pokok permasalahan yang akan menjadi topik pembahasan pada karya tulis dan akan diperdalam pada bab empat.
- 1.6.1.3. Tujuan Penelitian menunjukkan hasil yang nantinya, setelah dilakukan pembahasan akan diperoleh. Tujuan penelitian harus sejalan dengan rumusan masalah.
- 1.6.1.4. Manfaat Penelitian berisi aplikasi dari tujuan, bagaimana hasil dari penelitian yang dibuat bisa diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari baik secara teoritis, maupun secara praktis.
- 1.6.1.5. Pembatasan Masalah menegaskan batasan cakupan masalah sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas dan tidak terjadi penyimpangan.
- 1.6.1.6. Sistematika Penyajian menjabarkan bagian-bagian dari karya tulis ilmiah yang dibuat.

1.6.2. Bab II: Landasan Teori

- 1.6.2.1. Kajian Pustaka berisi teori-teori yang menjadi landasan atau pijakan penelitian beserta definisi dari terminologi yang terdapat dalam variabel penelitian dan akan digunakan dalam pembahasan penelitian.
- 1.6.2.2. Penelitian Relevan berisikan penelitian yang dinilai bermanfaat sebagai referensi dan dijadikan salah satu bahan literatur oleh peneliti.
- 1.6.2.3. Kerangka Berpikir menggambarkan logika, alur pemikiran dan proses berjalannya penelitian dari awal hingga ditemukannya kesimpulan.
- 1.6.2.4. Hipotesis merupakan dugaan sementara, perkiraan jawaban yang akan dibuktikan kebenarannya di dalam bagian pembahasan.

1.6.3. Bab III: Metode Penelitian

- 1.6.3.1. Jenis Penelitian berisi penjelasan mengenai jenis penelitian yang akan diterapkan peneliti.
- 1.6.3.2. Waktu dan Tempat Penelitian berisi penjelasan mengenai rentang waktu dan tempat dilakukannya penelitian.
- 1.6.3.3. Instrumen Penelitian menjelaskan alat maupun metode yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data.

1.6.3.4. Populasi Penelitian bertujuan untuk memperjelas batasan sampel yang diteliti.

1.6.3.5. Teknik Pengumpulan Data menjabarkan metode peneliti mendapatkan data dari populasi penelitian berdasarkan instrumen penelitian.

1.6.4. Bab IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan

Bab keempat berisikan pembahasan dari rumusan masalah yang telah dirancang sebelumnya. Rumusan masalah tersebut akan diperdalam, dikupas tuntas di dalam bagian pembahasan dan diperkuat dengan data penelitian yang didapatkan ketika berada pada tahap pengumpulan data. Pembahasan yang dilakukan di bab empat harus mampu menjawab rumusan masalah (sejalan dengan tujuan penelitian).

1.6.5. Bab V: Kesimpulan dan Saran

Bab kelima adalah penutup, yang berisi kesimpulan dan saran dari penelitian. Kesimpulan berisi apa yang menjadi jawaban dari rumusan masalah, sesuai apa yang didapatkan setelah mengolah data penelitian di bab empat, sedangkan saran adalah masukan yang ingin diberikan penelitian baik kepada pembaca, maupun kepada peneliti selanjutnya yang rindu untuk mengembangkan lebih lanjut lagi penelitian ini.

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1. Kajian Pustaka

2.1.1. Pengaruh

Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mengartikan pengaruh sebagai daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan, atau perbuatan seseorang. (KBBI, 2020b). Berangkat dari pemahaman ini, peneliti menyimpulkan bahwa pengaruh merupakan daya yang timbul dari sesuatu, baik itu orang maupun benda yang membawa pengaruh kepada hal-hal yang berada di sekitarnya.

Dalam konteks penelitian ini, pengaruh yang dimaksud adalah pengaruh yang dibawa PJJ terhadap intensitas stres orang tua. Berarti, pengaruh tersebut adalah daya yang timbul dari PJJ yang membawa pengaruh pada intensitas stres orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021.

2.1.2. Pembelajaran Jarak Jauh

2.1.2.1. Pengertian

Michael Simonson, Sharon Smaldino, Michael Albright, dan Susan Zvacek menyebutkan bahwa pembelajaran jarak jauh adalah salah satu inovasi berbasis teknologi terkini yang secara dramatis mempengaruhi pendidikan. Banyak pendidik membuat klaim mengenai bagaimana pembelajaran jarak jauh akan

mengubah pendidikan dan pelatihan. Tentu, konsep ini menarik, dan inovasi perangkat keras serta perangkat lunak terkini membuat pembelajaran jarak jauh melalui telekomunikasi mudah dan murah. Pendidikan jarak jauh sudah mulai memasuki mainstream (tidak lagi asing). (Simonson et al., 2000).

Pembelajaran jarak jauh di Indonesia sendiri adalah salah satu bentuk respons pemerintah terhadap mewabahnya virus COVID-19 yang memaksa semua orang tanpa terkecuali untuk menjaga jarak. Pembelajaran jauh dilakukan secara daring dengan bantuan teknologi, khususnya telekomunikasi.

Dari pemahaman di atas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran jarak jauh adalah suatu inovasi teknologi yang memungkinkan pembelajaran dilakukan dari tempat yang berbeda dengan memanfaatkan perkembangan teknologi, perangkat keras dan perangkat lunak, khususnya telekomunikasi.

2.1.2.2. Ketentuan

Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, Nadiem Anwar Makarim menjelaskan beberapa ketentuan pembelajaran jarak jauh yang dilaksanakan di Indonesia sebagai dampak dari pandemi COVID-19 dalam sebuah surat edaran sebagai berikut:

2.1.2.2.1. Belajar dari Rumah melalui pembelajaran daring/jarak jauh dilaksanakan untuk memberikan

- pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa, tanpa terbebani tuntutan menuntaskan seluruh capaian kurikulum untuk kenaikan kelas maupun kelulusan;
- 2.1.2.2.2. Belajar dari Rumah dapat difokuskan pada pendidikan kecakapan hidup antara lain mengenai pandemi COVID-19;
- 2.1.2.2.3. Aktivitas dan tugas pembelajaran Belajar dari Rumah dapat bervariasi antarsiswa, sesuai minat dan kondisi masing-masing, termasuk mempertimbangkan kesenjangan akses/fasilitas belajar di rumah;
- 2.1.2.2.4. Bukti atau produk aktivitas Belajar dari Rumah diberi umpan balik yang bersifat kualitatif dan berguna dari guru, tanpa diharuskan memberi skor/nilai kuantitatif.

Terlihat bahwa edaran tersebut dibuat dengan tujuan untuk menyampaikan perubahan-perubahan yang harus dilakukan dalam pelaksanaan pembelajaran jarak jauh. Berbeda dari biasanya, siswa tidak dituntut untuk menuntaskan seluruh capaian kurikulum, dan pembelajaran harus dilakukan dengan menyesuaikan kondisi setiap siswa dan mempertimbangkan kesenjangan fasilitas belajar. Adapun penilaian yang dilakukan guru bersifat kualitatif, tanpa ada kewajiban untuk memberi umpan balik kuantitatif. (*Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020*

Tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran Coronavirus Disease (Covid-19), 2020).

2.1.3. Intensitas

2.1.3.1. Pengertian

Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mengartikan intensitas sebagai keadaan tingkatan atau ukuran intensnya. (KBBI, 2020a). Kamus Bahasa Inggris Merriam-Webster menyatakan bahwa intensitas (intensity) adalah berada di dalam, memiliki atau menunjukkan karakteristik dalam derajat yang ekstrim. (Merriam-Webster, 2020).

Dari pemahaman di atas, dapat disimpulkan bahwa intensitas adalah keadaan dimana seseorang atau sesuatu memiliki karakteristik dalam tingkatan yang ekstrim.

2.1.3.2. Intensitas Stres

Berdasarkan pengertian di atas, intensitas stres dapat diartikan sebagai keadaan dimana seseorang menunjukkan karakteristik dan mengalami stres dalam tingkatan yang ekstrim.

2.1.4. Stres

Andrew Goliszek berpendapat bahwa stres adalah respon adaptif seorang individu terhadap berbagai tuntutan atau tekanan eksternal yang datang dari luar (eksternal) dan menimbulkan gangguan fisik, emosional, dan perilaku. (Goliszek, 2005).

Dr. Gillian Butler mengungkapkan bahwa setidaknya ada tiga cara untuk mendefinisikan stres, dimana masing-masing definisi berkontribusi terhadap pemahaman konsep stres di masa kini.

2.1.4.1. Definisi berbasis stimulus

Definisi pertama menunjukkan bahwa stres disebabkan oleh tekanan. Semakin besar tekanan, semakin besar kemungkinan penerima akan menyerah. Ketika stimulus (eksternal) menjadi terlalu besar, keruntuhan (internal) menjadi sesuatu yang tidak dapat dihindari. Lantas, dapat disimpulkan bahwa definisi ini berfokus kepada sumber stres eksternal.

2.1.4.2. Definisi berbasis respons

Stres sebagai respons adalah sesuatu yang selalu ditekankan Hans Selye, yang mengukur stres dalam kaitannya dengan respons fisiologis, seperti yang diwakili oleh aktivitas medula adrenal simpatis atau aktivitas hipofisis adrenokortikal. Selye mengamati apa yang dia sebut sebagai general adaptation syndrome (GAS) dimana respon fisiologis terhadap stres berkembang melalui tiga tahap. Pada tahap pertama, tubuh merespons dengan reaksi alarm. Pada tahap kedua, mulai dilakukan perlawanan, dimana aktivitas otonom dipicu saat tubuh bersiap menghadapi stres. Tahap ketiga adalah kelelahan, dimana stres berlanjut melampaui kapasitas tubuh untuk merespons, dan kemudian merusak hingga meruntuhkan sistem.

2.1.4.3. Stres sebagai proses dinamis

Definisi stres sebagai stimulus atau respons berkontribusi dalam pemahaman fenomena stres, namun keduanya memiliki keterbatasan. Definisi stres dengan nilai lebih dalam praktik klinik sekarang menekankan bahwa stres adalah proses dinamis yang mencerminkan faktor internal dan eksternal, yaitu: karakteristik seseorang dan keadaannya, serta interaksi di antara mereka. Pandangan baru mengenai stres ini datang dari pemahaman yang lebih besar tentang peran yang dimainkan oleh faktor-faktor kognitif (pikiran, sikap, keyakinan, gambar) dalam kesejahteraan psikologis. Jumlah stres yang dialami seseorang ditentukan oleh tuntutan yang ia rasakan. Dengan demikian, faktor kognitif mempengaruhi stimulus dan respons stres.

Definisi stres oleh Lazarus dan Folkman (1984: 19) mencerminkan dengan jelas cara berpikir ini. Mereka mengatakan: “stres psikologis adalah hubungan tertentu antara orang dengan lingkungan yang dinilai oleh orang tersebut sebagai sebuah beban atau melampaui batas kemampuannya dan membahayakan kesejahteraannya”. (Butler et al., 1993).

Dari pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa stres adalah bentuk adaptasi seorang individu terhadap keadaannya dan keadaan di sekitarnya dimana hubungan diantara keduanya dinilai individu tersebut sebagai suatu beban yang melampaui batas kemampuannya. Ketika stres

ini dibiarkan dan tidak diatasi, dapat terjadi suatu keruntuhan internal yang membahayakan kesejahteraanya.

2.1.5. Gejala Stres

Ketika seseorang mengalami stres, tidak bisa dipungkiri bahwa akan timbul gejala-gejala yang mengindikasi keberadaan stres dalam individu tersebut. Akan menjadi mudah ketika gejala yang dialami merupakan gejala fisik. Gejala fisik dapat dilihat mata dan bisa segera ditangani. Beda halnya dengan gejala emosional dan perilaku, yang membutuhkan observasi lebih lanjut dalam proses identifikasinya.

Andrew Goliszek membagi gejala stres ke dalam tiga kategori besar: gejala fisik, gejala emosional dan gejala perilaku. Ketiga kategori gejala stres tersebut dijabarkan sebagai berikut:

2.1.5.1. Gejala Fisik

Perubahan fisik yang terdapat pada seorang individu dapat mengindikasikan adanya stres. Gejala yang dialami bisa berupa lemas, pusing, sakit kepala, gangguan pencernaan, dll. Namun, tidak menutup kemungkinan apabila gejala fisik ini disebabkan oleh faktor-faktor lain.

2.1.5.2. Gejala emosional

Perubahan fisik yang terdapat pada seorang individu dapat mengindikasikan adanya stres. Gejala yang dialami bisa berupa lemas, pusing, sakit kepala, gangguan pencernaan, dll.

Namun, tidak menutup kemungkinan apabila gejala fisik ini disebabkan oleh faktor-faktor lain.

2.1.5.3. Gejala Perilaku

Perilaku seseorang bisa berubah ketika ia mengalami stres. Ia bisa melakukan hal-hal yang dikatakan pelik apabila ia melakukannya. Misal, orang yang biasanya sangat lahap makan menjadi malas makan, dsb. (Goliszek, 2005).

Goliszek (dalam Kurniawan, 2018) mengelompokkan contoh-contoh gejala stres dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 2.1. Diferensiasi Gejala Stres

No.	Gejala		
	Fisik	Emosional	Perilaku
1	Sakit kepala	Mudah tersinggung	Merokok
2	Nyeri otot	Gelisah terhadap hal-hal kecil	Memakai obat-obatan
3	Sakit punggung	Suasana hati berubah-ubah	Mengonsumsi alkohol
4	Rasa lemah	Mimpi buruk	Berjalan mondarmandir
5	Gangguan pencernaan	Khawatir	Kehilangan ketertarikan pada penampilan fisik
6	Rasa mual atau muntah-muntah	Panik	Menarik-narik/memutar-mutar rambut
7	Sakit perut	Sering menangis	Perilaku sosial tiba-tiba berubah
8	Jantung berdebar-debar	Merasa tidak berdaya	Berkurangnya daya konsentrasi
9	Tekanan darah tinggi	Perasaan kehilangan control	Menggigit kuku
10	Berkeringat secara berlebihan	Muncul pikiran untuk bunuh diri	

Sumber: Kurniawan, 2018

2.1.6. Jenis Stres

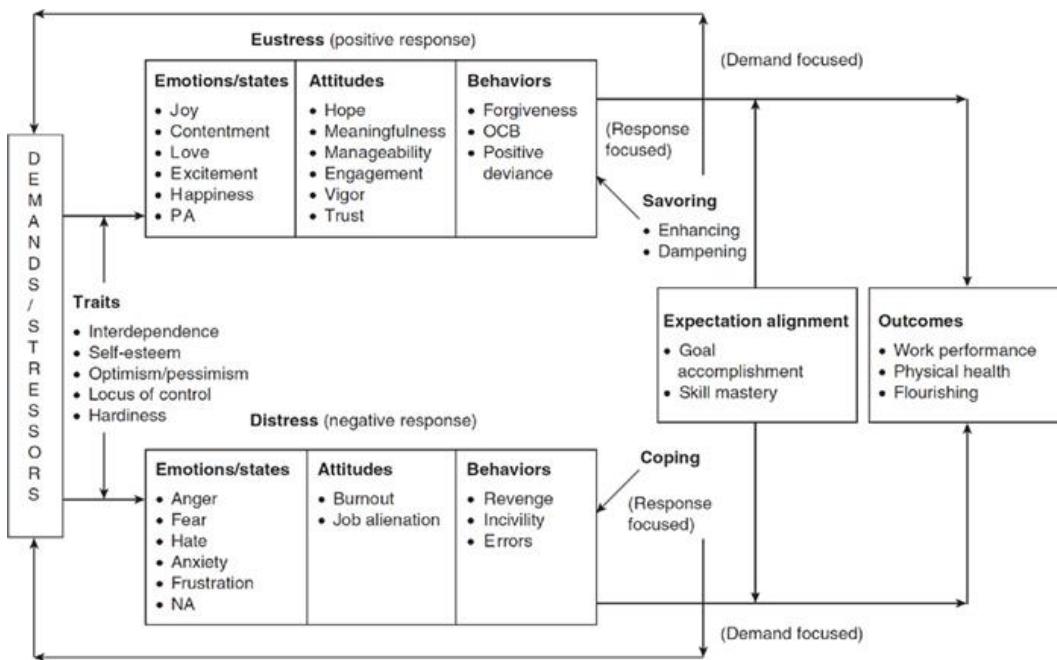
Pemahaman mengenai jenis stres ini dikemukakan oleh beberapa tokoh ahli stres seperti Lazarus (1993), Simmons & Nelson (2007) dan Selye (1974) (dalam Kozusznik et al., 2015). Hingga saat ini, pemahaman tersebut masih dipegang oleh mereka yang bergelut di bidang psikologi.

Pemahaman tersebut mengacu kepada diferensiasi stres berdasarkan sumber dan dampak yang dibawa. Stres terbagi dalam dua kelompok besar, eustress dan distress. Selye (dalam Kozusznik et al., 2015) mengungkapkan bahwa distress diasosiasikan dengan perasaan negatif dan kondisi tubuh yang tidak baik, terganggu. Sedangkan eustress dikaitkan dengan perasaan positif dan kondisi tubuh yang prima.

Lazarus (dalam Kozusznik et al., 2015) menggambarkan distress sebagai penilaian terhadap potensi stres sebagai sumber bahaya atau ancaman. Di sisi lain, eustress dipahami sebagai penilaian terhadap potensi stres untuk memberi peluang dan tantangan pada individu, sehingga menimbulkan rasa percaya diri untuk mengatasinya secara efektif.

Pemahaman Selye dan Lazarus (dalam Kozusznik et al., 2015) mengacu kepada hal yang sama. Keduanya memahami eustress sebagai stress yang baik, positif dan justru membangun seorang individu sehingga timbul rasa percaya diri, dan individu tersebut dapat berkembang. Di sisi lain, distress dipahami sebagai stres yang negatif, diasosiasikan dengan perasaan yang tidak baik, kondisi tubuh yang tidak prima dan berpotensi menjadi sumber bahaya, ancaman bagi individu tersebut.

Diagram *Holistic Stress Model* menggambarkan dengan cukup baik perbedaan antara eustress dengan distress. Diagram ini ditunjukkan dengan gambar berikut:



Gambar 2.1. *Holistic Stress Model*

Sumber: Nelson & Cooper, 2007.

Dapat dilihat bahwa orang-orang yang memiliki eustress akan mengalami kebahagiaan, kepuasan, cinta dan kebahagiaan serta memiliki kebiasaan untuk berharap akan hal-hal yang baik, memiliki hidup yang penuh makna, memiliki kemampuan pengelolaan, keterikatan dengan sesama, terbiasa mengampuni dan selalu bersikap positif. Sebaliknya, mereka yang mengalami distress akan terbiasa marah, takut, benci, gelisah dan frustrasi, serta merasa tak berdaya, diasingkan dari pekerjaan, memiliki keinginan untuk balas dendam, berperilaku tidak sopan dan sering melakukan kesalahan.

2.1.7. Faktor Penyebab Stres

2.1.7.1. Tempat Kerja

Hal utama yang dikerjakan orang tua dalam hidupnya adalah bekerja. Bekerja merupakan sesuatu yang fundamental, tidak bisa dilepaskan dari kehidupan dan pasti dilakukan semua orang tua demi kelangsungan hidup keluarganya. Meski berada di tengah masa pandemi COVID-19, tentu orang tua tidak lepas dari pekerjaan. Stres dari pekerjaan (stres at work) pasti masih terjadi pada orang tua sebagai dampak dari work from home (WFH). Michie mengungkapkan bahwa pekerjaan dapat berdampak pada stres yang dialami orang tua. Faktor penyebab stres kerja dapat dibagi ke dalam lima kelompok, yaitu:

2.1.7.1.1. Intrinsik kepada pekerjaan

Faktor ini ditandai dengan kondisi kerja fisik yang buruk, tekanan waktu, dan dapat membawa bahaya pada kondisi fisik seseorang.

2.1.7.1.2. Peran dalam organisasi

Ambiguitas peran, konflik peran, konflik internal dan eksternal serta tanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain dapat menyebabkan stres pada orang yang bekerja.

2.1.7.1.3. Pengembangan karir

Promosi yang berlebihan maupun kekurangan, minimnya keamanan kerja dan ambisi yang gagal dapat menyebabkan stres pada seseorang.

2.1.7.1.4. Hubungan dalam pekerjaan

Hubungan yang buruk dengan atasan, bawahan atau rekan kerja dan kesulitan dalam mendelegasikan tanggung jawab dapat menyebabkan stres pada seseorang.

2.1.7.1.5. Struktur dan keberadaan organisasi

Minim hingga tidak adanya partisipasi dalam pengambilan keputusan, pembatasan perilaku, politik kantor, minimnya konsultasi efektif hingga ketidakmampuan ekonomi seseorang dapat menyebabkan stres pada orang yang bekerja. (Michie, 2002).

2.1.7.2. Keluarga

Menambahkan dari faktor stres tempat kerja di atas, Michie mengatakan bahwa faktor ekstra-organisasi seperti keluarga dapat turut memunculkan stres pada orang tua. Hal-hal sederhana yang bisa kita lihat dalam kehidupan sehari-hari mungkin seperti kondisi keluarga yang tidak tenang karena banyaknya anak, atau adanya anak yang baru lahir yang membutuhkan perhatian lebih dibandingkan anak yang lain. (Michie, 2002).

Stokkebekk, Iversen, Holenkim dan Ness menemukan bahwa perceraian—yang pada umumnya menjadi solusi untuk hubungan suami-istri yang kurang baik—ternyata membawa dampak yang besar pada hubungan orang tua dengan anaknya. Anak dari seorang single parent biasanya merasa terbebani karena diposisikan sebagai penanggung jawab. Lantas, para remaja sering kali menjaga jarak sambil mengatur hubungan dengan orang tua yang mereka anggap mengganggu. Tentu, hubungan dalam keluarga yang tidak sehat ini mendukung timbulnya stres pada orang tua. (Stokkebekk et al., 2019).

2.1.7.3. Anak

Anak adalah salah satu tanggung jawab terbesar orang tua. Dijabarkan dalam Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 Pasal 26 Ayat (1) bahwa orang tua memiliki kewajiban dan tanggung jawab untuk mengasuh, memelihara, mendidik dan melindungi anak; menumbuhkembangkan anak sesuai dengan kemampuan, bakat dan minatnya; mencegah terjadinya perkawinan pada usia anak; serta memberikan pendidikan karakter dan penanaman nilai budi pekerti pada anak. Kewajiban ini diemban orang tua hingga anak berumur 18 tahun. (*Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2014 Tentang Perubahan Atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak, 2014*)

Si, Ma dan Zhang dalam sebuah penelitian menemukan bahwa orang tua (di Tiongkok) yang tidak bekerja—dalam hal ini mereka yang mengasuh anak (dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD))—cenderung lebih banyak mengalami stres bila dibandingkan dengan mereka yang bekerja. (Si et al., 2020).

Mengingat pandemi ini, tanggung jawab mengurus anak bagi para orang tua akan cenderung bertambah. Hal ini karena orang tua berada bersama anak setiap hari, setiap waktu.

2.2. Penelitian Relevan

Penelitian yang dilakukan ini mendapat dukungan, sumbangsih pemikiran dari penelitian yang sebelumnya dilakukan Ellya Susilowati dan Mira Azzasyofia di tahun 2020 yang merupakan salah satu komponen dari *International Journal of Science and Society* dan berjudul *The Parents Stres Level in Facing Children Study From Home in the Early of Covid-19 Pandemic in Indonesia*.

Ditinjau dari judulnya saja, penelitian ini memiliki arah yang sangat mirip, paralel dengan penelitian yang peneliti lakukan. Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 223 responden penelitian, 10,31% mengalami stres dalam level yang cukup tinggi. Dibutuhkan bantuan dari pekerja sosial dalam rangka membantu orang tua mengatasi stres yang mereka alami ini.

Di samping mengamati stres yang dialami orang tua sebagai dampak dari pembelajaran jarak jauh, penelitian ini juga menganalisis faktor-faktor yang menyebabkan stres tersebut. Terlihat juga keprihatinan orang tua terhadap berbagai

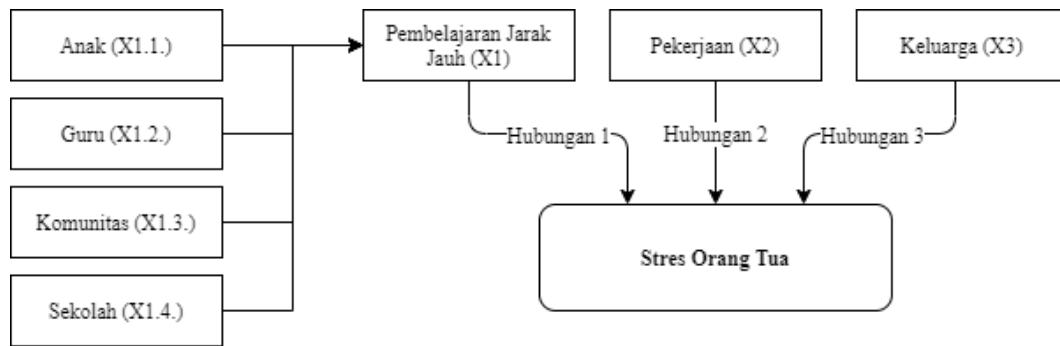
kondisi yang berbeda di masa pandemi ini. Misalnya, media pembelajaran anaknya, banyaknya tugas yang diberikan guru pada anaknya, dan lainnya.

Namun, terdapat beberapa perbedaan antara penelitian relevan ini dengan penelitian yang dilakukan. Penelitian relevan ini mengambil sampel random dari segala jenjang pendidikan. Dalam hal ini: taman kanak-kanak (TK), sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP), sekolah menengah atas (SMA) dan perguruan tinggi (PT) atau universitas. Sedangkan penelitian yang dilakukan berfokus kepada orang tua murid sekolah menengah pertama (SMP), khususnya orang tua murid SMP Kolese Kanisius Jakarta Tahun Ajaran 2020/2021. (Susilowati & Azzasyofia, 2020).

Penelitian yang hendak dilakukan juga mendalami lebih lanjut perbedaan intensitas stres yang dialami ayah dan ibu, berbagai kelompok usia serta berbagai jenjang pendidikan anak. Selain itu, faktor-faktor penyebab stres dari anak, guru, pihak sekolah, komunitas orang tua murid, serta pekerjaan dan keluarga juga turut dibandingkan, sehingga dapat ditentukan pihak mana yang menjadi sumber stres yang dominan.

2.3. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir penelitian kami adalah sebagai berikut:



Gambar 2.2. Kerangka Berpikir

Dapat dilihat bahwa penelitian kami mencari hubungan antara anak, guru, komunitas orang tua murid, pihak sekolah, pekerjaan, dan keluarga terhadap stres yang dialami orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun 2020/2021.

2.4. Hipotesis

- 2.4.1. Pembelajaran Jarak Jauh berdampak negatif pada stres yang dialami orang tua murid SMP Kolese Kanisius.
- 2.4.2. Stres yang disebabkan oleh Pembelajaran Jarak Jauh, dalam hal ini: anak, guru, pihak sekolah dan komunitas orang tua murid SMP Kolese Kanisius serta masalah internal keluarga.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Creswell mengungkapkan bahwa pendekatan penelitian (research approach) adalah rencana dan prosedur penelitian yang meliputi asumsi-asumsi luas hingga metode-metode terperinci dalam tahap pengumpulan, analisis dan interpretasi data. Pemilihan rancangan penelitian ini perlu didasarkan pada masalah penelitian yang ingin diteliti, pengalaman pribadi dan target pembacanya. Terdapat tiga jenis penelitian yang dibahas Creswell dalam bukunya, yakni penelitian kualitatif, kuantitatif, dan metode campuran. (Creswell, 2016).

Dalam melaksanakan penelitian ini, peneliti akan menggunakan rancangan penelitian kuantitatif. Creswell mengatakan bahwa penelitian kuantitatif adalah metode untuk menguji teori dengan cara mengamati hubungan antarvariabel. Variabel-variabel ini diukur—biasanya dengan instrumen penelitian—sehingga data yang terdiri dari angka-angka dapat diolah dan dianalisis secara statistik. (Creswell, 2016).

Dalam rangka memenuhi kebutuhan penelitian kuantitatif tersebut (adanya data kuantitatif dalam bentuk angka), kami memutuskan untuk menggunakan metode survei untuk mengumpulkan data. Sugiyono mengartikan metode survei sebagai metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mengambil data tentang keyakinan, pendapat, karakteristik, perilaku, hubungan variabel dan untuk menguji hipotesis variabel sosiologis dan psikologis dari sampel yang diambil dari populasi tertentu pada waktu tertentu dengan wawancara atau kuesioner yang tidak

mendalam, dan hasil penelitiannya cenderung digeneralisasikan. Penelitian survei ini bisa bersifat deskriptif, komparatif, asosiatif, dan hubungan struktural. (Sugiyono, 2013).

3.2. Waktu dan Tempat Penelitian

Kami memutuskan untuk melakukan penelitian ini di rumah masing-masing. Disamping mempertimbangkan protokol kesehatan, penelitian ini juga sangat memungkinkan untuk dilakukan dari rumah. Pengumpulan data untuk penelitian ini akan dilakukan dengan cara menyebarluaskan survei daring kepada orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 melalui media yang ada, yakni Google Forms.

3.3. Instrumen Penelitian

Instrumen yang akan kami gunakan dalam penelitian ini adalah survei daring yang dilakukan melalui Google Forms. Penggunaan media ini bertujuan agar penyebarluasan kuesioner dan pengumpulan data menjadi lebih mudah dalam prakteknya. Data primer dari penelitian ini diperoleh dari kuesioner yang disebarluaskan sampel penelitian. Data sekunder kami peroleh dari

Instrumen yang kami gunakan terbagi ke dalam dua kelompok besar. Bagian pertama bertujuan untuk melakukan asesmen terhadap stres yang dialami orang tua. Dalam rangka melakukan asesmen, peneliti akan menggunakan kuesioner Perceived Stress Scale (PSS) yang dirancang Cohen. Reliabilitas dari kuesioner ini bisa dikatakan tinggi karena berbagai penelitian yang masuk dalam jurnal berskala internasional menggunakan kuesioner ini sebagai asesmen untuk stres. (Cohen et al., 1983).

Bagian kedua bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan stres tersebut. Bagian kedua dari kuesioner ini akan dirancang oleh peneliti sendiri dengan memperhatikan kerangka berpikir penelitian. Pembelajaran Jarak Jauh (X1), Pekerjaan (X2) dan Keluarga (X3) akan dikembangkan ke dalam item-item pertanyaan yang lebih spesifik untuk mendapatkan data yang rinci mengenai faktor penyebab stres orang tua. Reliabilitas dari data yang akan didapatkan dirasa cukup tinggi, karena data yang didapatkan adalah data yang mendasar, tidak kompleks, dan tidak dibutuhkan penghitungan khusus untuk mengolah datanya seperti bagian pertama.

Reliabilitas data yang kami peroleh dari survei tersebut memang bisa dikatakan tinggi. Namun, validitas data yang diperoleh dari instrumen tersebut tidak lepas dari kejujuran, keseriusan, dan kesungguhan hati masing-masing responden.

3.4. Populasi dan Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono, populasi adalah wilayah generelasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudia ditarik kesimpulannya. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan diberlakukan untuk populasi. Maka dari itu, sampel yang diambil harus representatif, mewakili keseluruhan populasi penelitian. (Sugiyono, 2013).

Populasi penelitian harus terdiri atas obyek atau subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik yang sama. Populasi dari penelitian ini adalah orang tua murid kelas VII, VIII dan IX SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021.

Orang tua murid kelas VII berasal dari 182 murid, kelas VIII dari 170 murid, dan kelas IX dari 168 murid.

Sampel yang peneliti harapkan adalah 75 orang tua dari masing-masing angkatan, sehingga bila di akumulasi, akan diambil 225 orang tua sebagai sampel penelitian. Metode yang digunakan peneliti untuk menentukan sampel tersebut adalah simple random sampling. Sugiyono berpendapat bahwa simple random sampling merupakan salah satu cara untuk menentukan sampel penelitian dengan memilihnya secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut. (Sugiyono, 2013). Peneliti berasumsi bahwa populasi penelitian ini bersifat homogen. Hal ini dikarenakan semua responden adalah orang tua yang memiliki anak yang sedang mengembangkan pendidikan di SMP Kolese Kanisius.

3.5. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data yang dibutuhkan, peneliti menyebarkan survei secara daring kepada orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021. Survei daring tersebut disajikan dalam bentuk Google Forms, dan akan digunakan untuk menyampaikan jawaban terhadap pertanyaan yang diajukan peneliti sebagaimana diuraikan dalam subbab 3.3.

Setelah kuesioner tersebut di-*submit* oleh responden, peneliti akan mengumpulkan data dalam sebuah *spreadsheet* untuk kemudian disederhanakan ke dalam bentuk tabel dan diagram sehingga dapat dianalisis dengan lebih mudah dalam rangka menarik kesimpulan.

3.6. Teknik Analisis Data

Analisis data bertujuan untuk menjawab rumusan masalah dan membuktikan hipotesis penelitian. Penelitian kuantitatif akan menggunakan analisis data dengan pendekatan statistik. Karena sampel yang diambil adalah sampel acak, maka Creswell menilai bahwa metode analisis data yang paling tepat adalah statistik inferensial atau induktif. Statistik inferensial sendiri merupakan teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis data dari sampel dimana hasilnya akan diberlakukan untuk populasi. (Creswell, 2016; Sugiyono, 2013).

Metode statistik inferensial menggunakan *random sampling* untuk mengambil sebagian dari keseluruhan data dimana data sampel tersebut digunakan untuk melakukan generalisasi atas keseluruhan data yang ada. Representasi data tersebut dapat disajikan dalam berbagai bentuk seperti tabel, tabel distribusi frekuensi, grafik garis, grafik batang, diagram lingkaran, dan pictogram. Hasil penelitian akan ditemukan dari penjelasan yang rasional dan mendalam, serta dari interpretasi data yang dijasikan dengan referensi dan penelitian yang relevan.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang disajikan dalam bagian ini didasarkan pada hasil pengisian *Google Forms* Survei Penelitian: Studi Stres Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang disebar pada Selasa, 12 Januari 2021 dan ditutup pada Rabu, 27 Januari 2021. Survei tersebut terdiri atas 52 butir pertanyaan dengan penjabaran sebagai berikut. 4 butir pertanyaan terkait identitas; 10 butir pertanyaan asesmen stres (*Perceived Stress Scale*, Sheldon Cohen); 33 butir pertanyaan terkait identifikasi faktor dan 5 pertanyaan esai.

4.1. Demografi Responden

Demografi responden penelitian ini dijabarkan sebagai berikut:

Tabel 4.1. Demografi Responden

Keterangan	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	69	29,10
Perempuan	168	70,90
Rentang Usia		
31-40	41	17,30
41-50	172	72,60
51-60	22	9,30
>60	2	0,80

Status Pekerjaan		
Bekerja di luar rumah	51	21,50
Bekerja bergantian (antara di dalam dan di luar rumah)	77	32,50
Bekerja di rumah	58	24,50
Tidak bekerja	51	21,50

Kelas Anak		
Kelas 7	78	32,91
Kelas 8	84	35,44
Kelas 9	75	31,65

4.2. Indeks Stres Orang Tua Murid

Indeks stres dihitung menggunakan data yang diperoleh pada bagian asesmen stres dari survei yang telah kami rancang. Bagian asesmen stres mengandung 10 butir pertanyaan yang telah dirancang Cohen pada instrumennya untuk menghitung tingkatan stres: *Perceived Stress Scale* (PSS).

PSS berisi sejumlah pertanyaan terkait gejala stres yang dapat diidentifikasi responden secara mandiri. Responden kemudian akan menjawab berdasarkan frekuensi munculnya gejala ini dengan skala 0-4. Angka yang diberikan responden akan dijumlahkan dan kami rata-rata untuk mendapatkan nilai normal/*mean* indeks stres orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran

2020/2021, sebagaimana dilakukan L. Harris Poll pada 2.387 responden di Amerika Serikat untuk membuat *Norm Table for the PSS 10 item inventory*.

Setelah memproses data yang kami peroleh, terbentuk diagram persentase orang tua murid yang mengalami stres sebagai berikut:

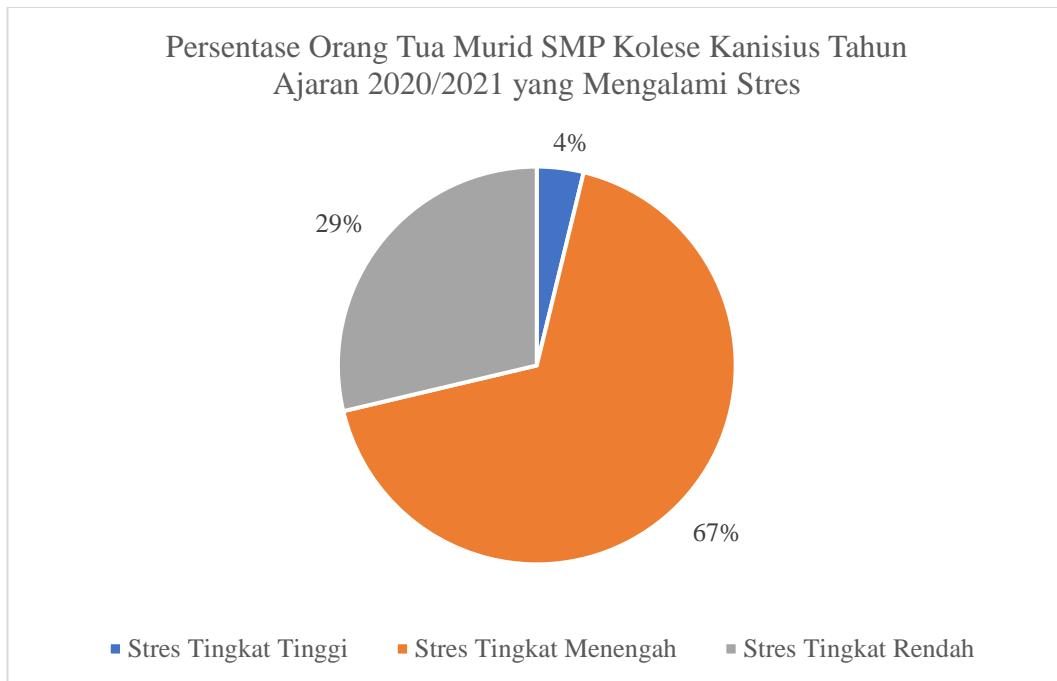


Diagram 4.1. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres

Pada diagram diatas dapat dilihat bahwa mayoritas mengalami Stres Tingkat Menengah yang berwarna jingga. Ada sebanyak 67% atau 160 orang orang tua murid SMP Kolese Kanisius tahun ajaran 2021/2021 yang mengalami stres tingkat menengah. Sedangkan ada sebanyak 29% atau 68 orang tua murid SMP Kolese Kanisius tahun ajaran 2021/2021 yang mengalami stres tingkat rendah. Dan sebanyak 4% atau 9 orang tua murid SMP Kolese Kanisius tahun ajaran 2021/2021 yang mengalami stres tingkat tinggi.

Bila dihitung, nilai normal atau rata-rata indeks stres orang tua murid SMP Kolese Kanisius di masa pandemi COVID-19 ini bisa dinilai cukup tinggi dibandingkan nilai normal yang disediakan pada panduan penggunaan PSS. Pada panduan tersebut, L. Harris Poll menetapkan 13,1 sebagai nilai normal atau rata-rata indeks stres bagi perempuan, dan 12,1 sebagai nilai normal atau rata-rata indeks stres bagi laki-laki. Namun, stres yang dialami orang tua murid SMP Kolese Kanisius, bila dilihat dari rata-ratanya bisa dibilang cukup jauh dari nilai normal PSS yang ditetapkan.

Setelah data survei diproses, kami mendapatkan bahwa nilai normal atau rata-rata indeks stres orang tua murid SMP Kolese Kanisius di masa pandemic COVID-19 ini adalah 16,92 secara keseluruhan. Secara lebih spesifik, 16,02 adalah nilai normal atau rata-rata indeks stres laki-laki, dan 17,30 adalah nilai normal atau rata-rata indeks stres perempuan. Satu hal yang masih cukup relevan dengan panduan PSS adalah bahwa para perempuan memiliki nilai normal indeks stres yang lebih tinggi. Hal ini membuktikan bahwa kenyataan tersebut berlaku pada segala kondisi, tidak hanya pada saat tertentu.

Dampak yang dibawa pembelajaran jarak jauh terhadap stres yang dialami orang tua tentunya berbeda. Salah seorang akan menerima dampak yang berbeda dari orang yang lain, mulai dari faktor penyebab stres tersebut, hingga indeks stresnya. Dalam hal ini, peneliti ingin mengetahui jumlah orang tua yang mengalami stres yang diatas nilai normal atau rata-rata indeks stres orang tua murid SMP Kolese Kanisius. Setelah data diproses, diperoleh diagram sebagai berikut.

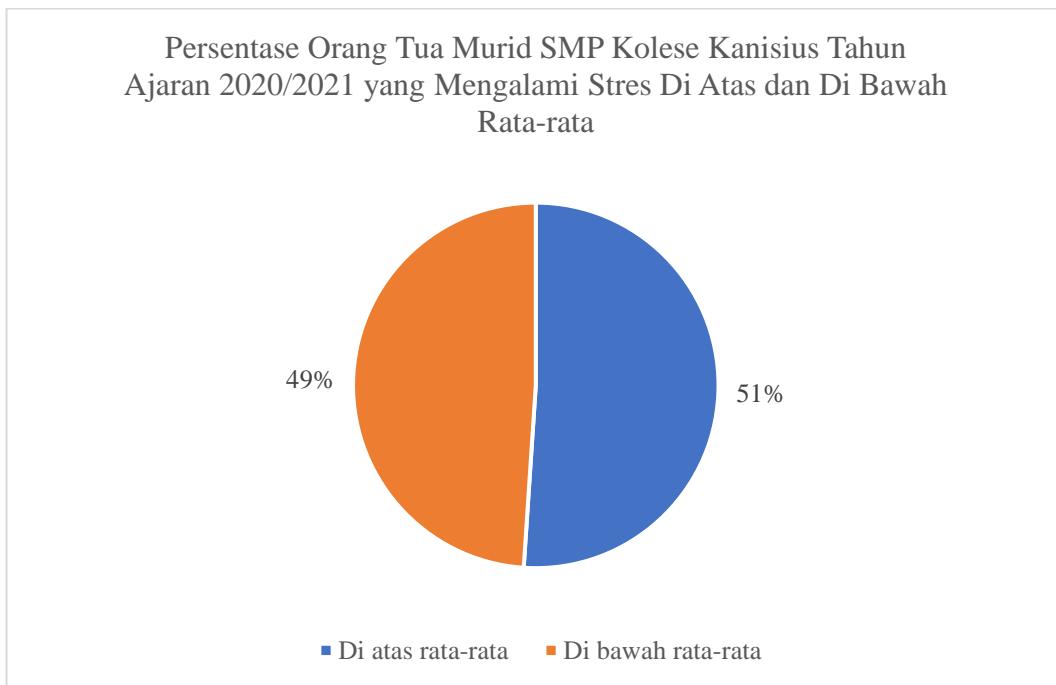


Diagram 4.2. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata

Dari diagram diatas, peneliti bertujuan untuk mengetahui persentase orang tua murid SMP Kolese Kanisius tahun ajaran 2021/2021 yang mengalami tingkat stres diatas rata rata atau dibawah rata rata. Dari hasil data yang diambil, kami mendapatkan hasil sebesar 51% atau sebanyak 121 orang tua murid SMP Kolese Kanisius tahun ajaran 2021/2021 yang mengalami stres dibawah rata rata dan sebesar 49% atau sebanyak 116 orang tua murid SMP Kolese Kanisius tahun ajaran 2021/2021 yang mengalami stres diatas rata rata. Peneliti menggunakan indeks untuk mengetahui nilai normal tingkatan stres, sehingga peneliti mampu mengetahui rata rata orang tua murid SMP Kolese Kanisius tahun ajaran 2021/2021 yang mengalami stres diatas rata rata dan dibawah rata rata.

4.3. Diferensiasi Ayah dan Ibu

Diferensiasi Ayah dan Ibu dilakukan sebagai upaya untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan intensitas stres yang dialami para ayah dengan yang dialami para ibu. Hal ini Peneliti lakukan karena adanya kemungkinan perbedaan pola interaksi para ayah dan para ibu dalam proses pembelajaran jarak jauh. Hal ini dibuktikan dengan sangat jelas oleh grafik status pekerjaan orang tua murid SMP Kolese Kanisius di masa pandemic COVID-19 berikut.

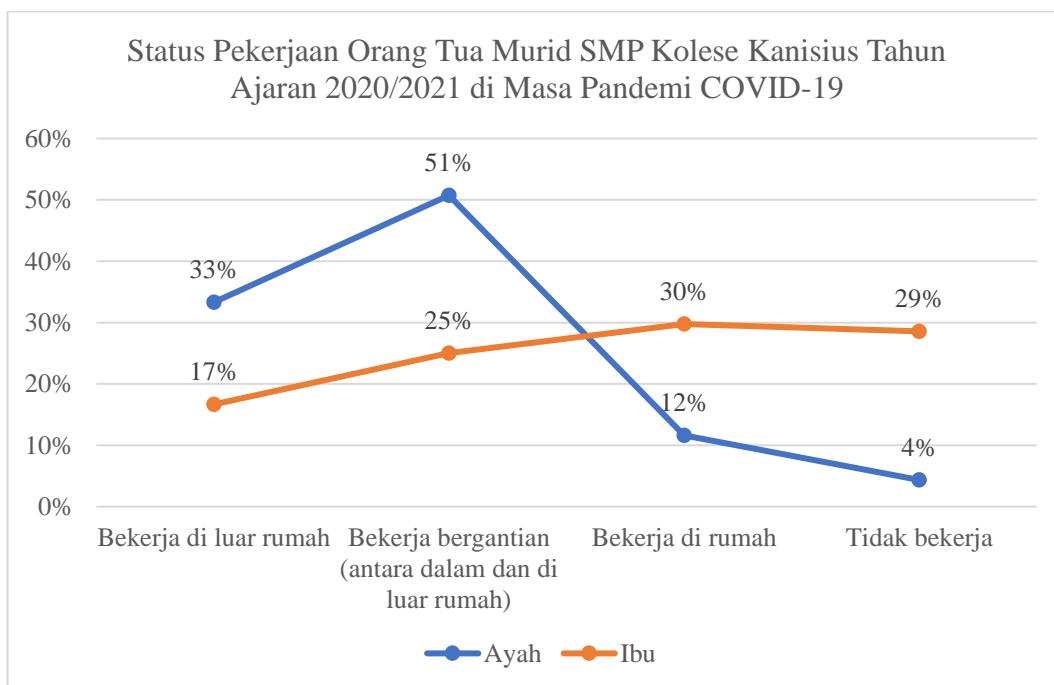


Diagram 4.3. Status Pekerjaan Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 di Masa Pandemi COVID-19

Bila dicermati, terlihat bahwa mayoritas ayah masih harus bekerja, baik itu di dalam rumah (12%), di luar rumah (33%), atau bergantian antara di dalam dan di luar rumah (51%). Hal ini memang sesuai dengan apa yang dipahami selama ini, bahwa pada dasarnya ayah adalah tulang punggung keluarga. Pada grafik di atas

juga terlihat bahwa jumlah ayah yang setiap hari berada di rumah dan tidak bekerja sama sekali sangatlah rendah, yaitu (4%).

Berbeda dengan para ayah, mayoritas para ibu justru berada di rumah, baik itu bekerja di rumah (30%) atau tidak bekerja (29%). Hal ini memungkinkan para ibu untuk lebih terlibat dalam pembelajaran jarak jauh yang dilakukan anaknya. Keterlibatan para Ibu tidak harus berupa keterlibatan aktif, tetapi setidaknya para ibu bisa memantau selama anaknya mengikuti pembelajaran jarak jauh.

Mengutip dari demografi responden, ada beberapa hal terkait jenis kelamin responden yang dapat kita ambil sebagai kesimpulan. Hal tersebut dicerminkan dengan grafik di bawah:

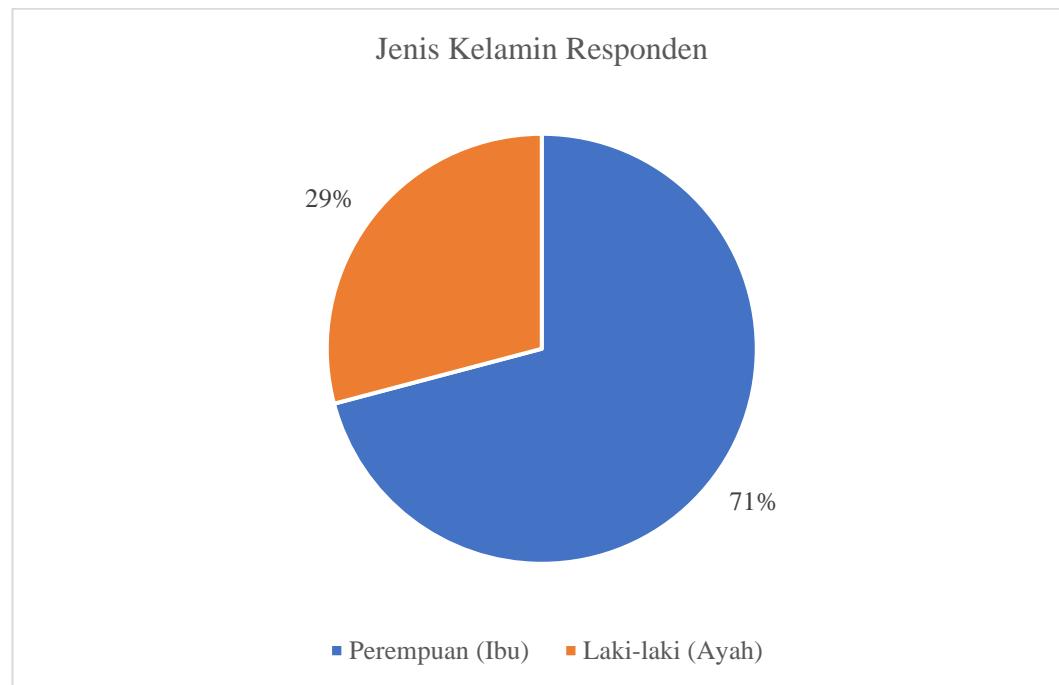


Diagram 4.4. Jenis Kelamin Responden

Diagram di atas memberi gambaran yang cukup baik akan perbedaan pola interaksi—dalam hal ini keterlibatan—ayah dan ibu dalam pembelajaran jarak jauh yang dilakukan anaknya. Terlihat bahwa sebesar 71% atau sebanyak 168 orang tua

yang mengisi survei adalah ibu, sedangkan sebesar 29% atau sebanyak 69 orang tua lainnya adalah ayah. Hasil di atas mengarah kepada berbagai kemungkinan para ayah tidak ikut serta dalam mengisi survei yang kami sebarluaskan. Salah satu kemungkinan terbesarnya adalah karena beban pekerjaan yang memakan waktu dan tidak memungkinkan para ayah untuk mengisi survei yang kami sebarkan.

4.3.1. Ayah

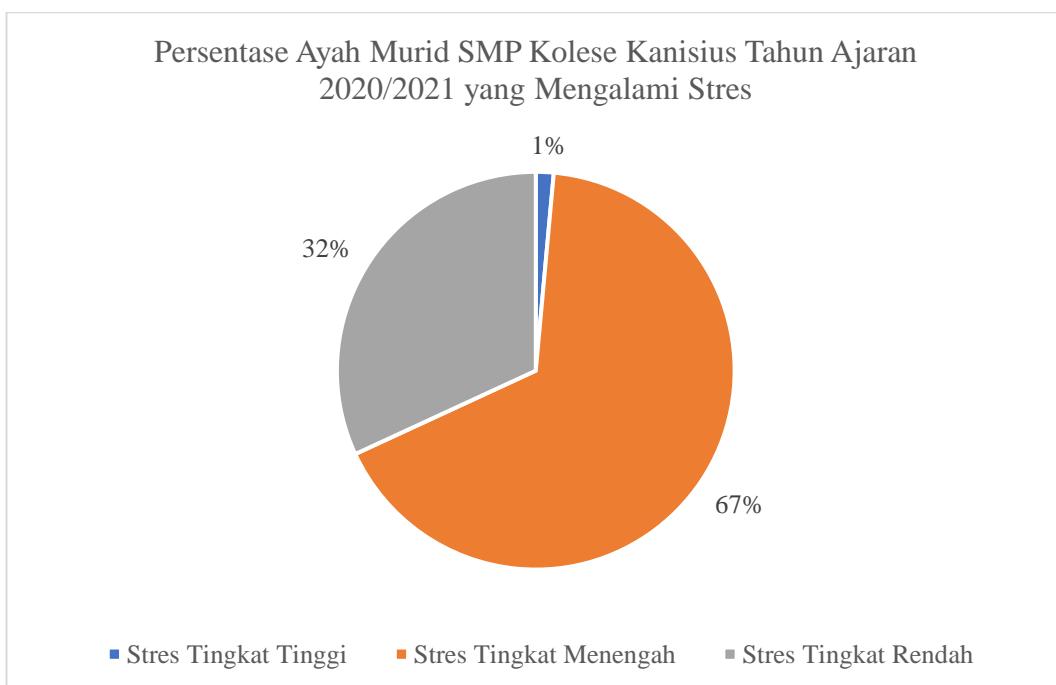


Diagram 4.5. Persentase Ayah Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres

Diagram diatas menunjukkan persentase ayah murid SMP Kolese Kanisius berdasarkan PSS. Dari diagram diatas yang didapatkan dari data yang telah peneliti kumpulkan, ada sebesar 67% atau 46 ayah murid SMP Kolese Kanisius berdasarkan PSS yang mengalami stres tingkat menengah yang juga merupakan persentase terbesar dari data yang kami ambil. Lalu ada sebesar 32% atau 22 ayah murid SMP Kolese Kanisius berdasarkan

PSS yang mengalami stres tingkat rendah dan 1% atau 1 ayah murid SMP Kolese Kanisius berdasarkan PSS yang mengalami stres tingkat tinggi.

Berdasarkan data yang didapatkan, hasil perhitungannya adalah 16,02. Terlihat bahwa rata-rata indeks stres para ayah berada di bawah rata-rata indeks stres orang tua murid SMP Kolese Kanisius secara umum, yakni: 16,92. Bila penentuan stres atau tidaknya seseorang didasarkan pada rata-rata indeks stres orang tua murid SMP Kolese Kanisius secara umum, akan diperoleh sebuah diagram yang memiliki perbedaan yang cukup besar dengan diagram sebelumnya. Diagram tersebut adalah sebagai berikut.

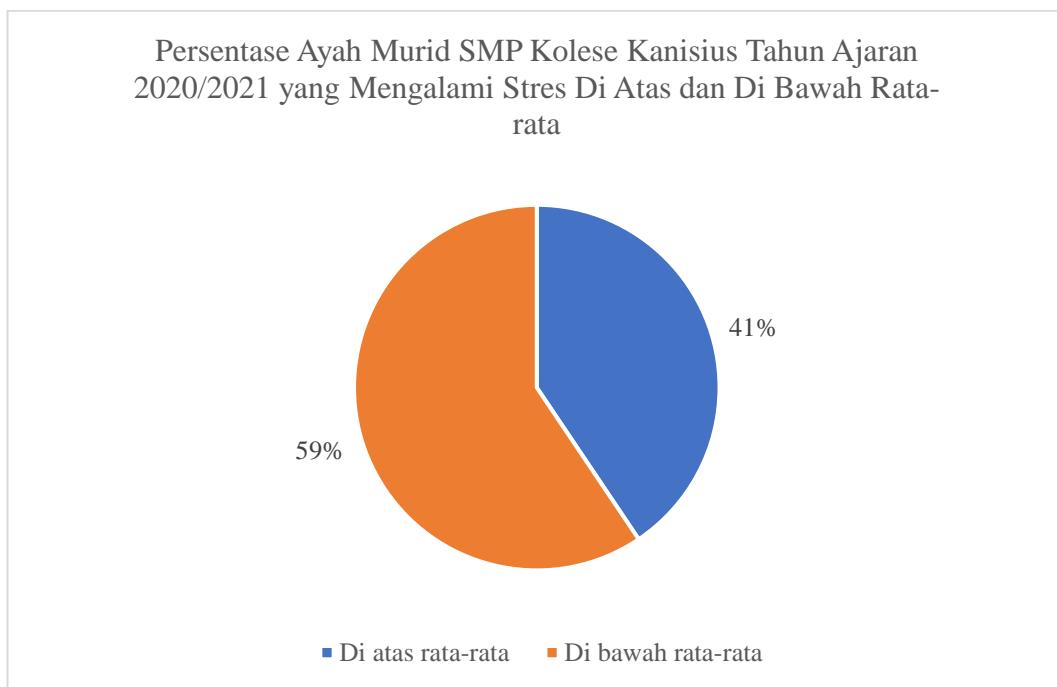


Diagram 4.6. Persentase Ayah Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata

4.3.2. Ibu

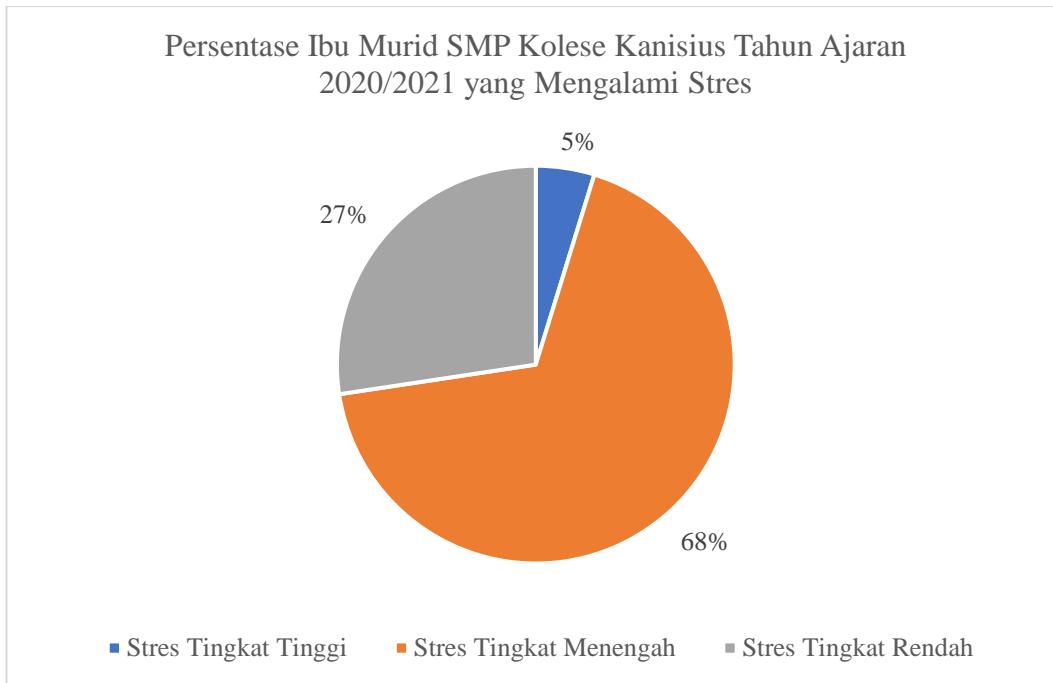


Diagram 4.7. Persentase Ibu Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021

yang Mengalami Stres

Diagram di atas menunjukkan persentase stres dari responden perempuan atau ibu siswa SMP Kolese Kanisius berdasarkan PSS. Dari diagram di atas yang didapatkan dari data yang telah peneliti kumpulkan, ada sebesar 68% atau sebanyak 114 ibu siswa SMP Kolese Kanisius berdasarkan PSS yang mengalami stres tingkat menengah yang juga merupakan persentase terbesar dari data yang kami ambil. Lalu ada sebesar 27% atau sebanyak 46 ibu siswa SMP Kolese Kanisius berdasarkan PSS yang mengalami stres tingkat rendah, dan juga sebesar 5% atau sebanyak 8 ibu siswa SMP Kolese Kanisius yang mengalami stres tingkat tinggi.

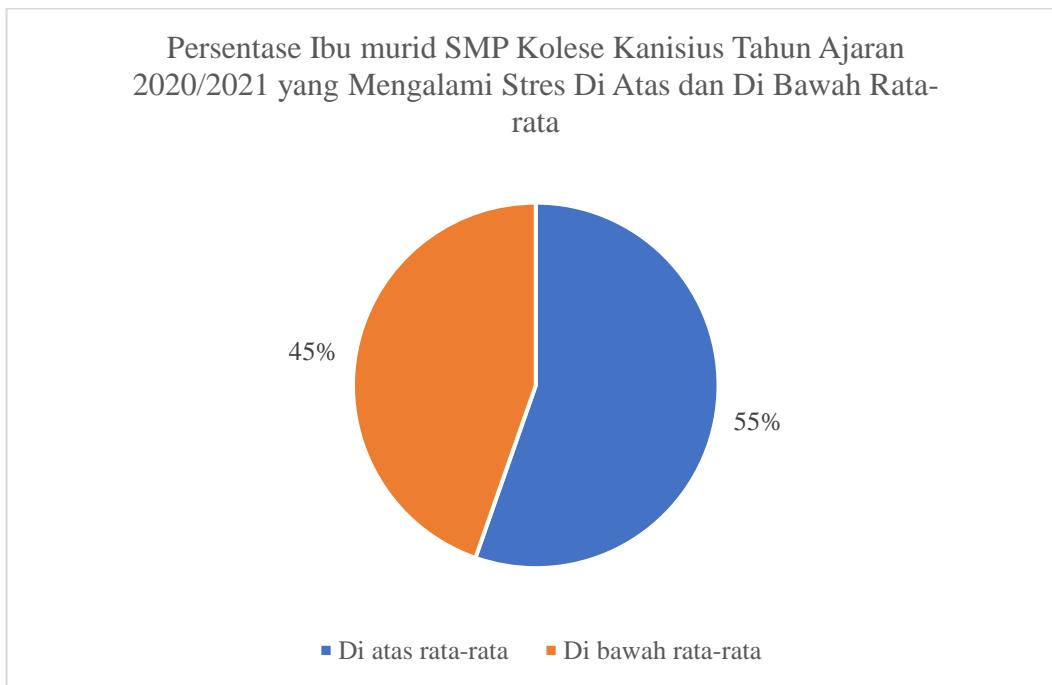


Diagram 4.8. Persentase Ibu murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata

Diagram diatas menunjukkan Persentase Ibu murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata. Dapat dilihat dari data yang diambil ada sebesar 55% atau 93 Ibu Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres Di bawah rata rata dan juga sebagai dominan atau mayoritas hasil dari data yang telah didapatkan. Sedangkan ada 45% atau 75 Ibu Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres Di atas rata rata.

Hal yang menyebabkan perbedaan ini tentu sama seperti pada pembahasan sebelumnya. Bahwa pada dasarnya, nilai normal atau rata-rata stres orang tua SMP Kolese Kanisius secara umum di masa pandemi COVID-19 mengalami peningkatan.

4.4. Diferensiasi Kelompok Usia

Diferensiasi kelompok usia digunakan sebagai eksplorasi untuk membedakan tingkatan stres yang dialami keempat kelompok usia yang kami bedakan. Peneliti ingin mendalami perbedaan tingkatan stres yang dialami oleh para responden pada kelompok usia yang berbeda. Lantas, dibuat diferensiasi kelompok usia dengan rincian data sebagai berikut.

4.4.1. Kelompok Usia 31-40 Tahun

Jika jawaban semua responden yang berada pada kelompok usia 31-40 tahun dikumpulkan, akan nampak diagram sebagai berikut.

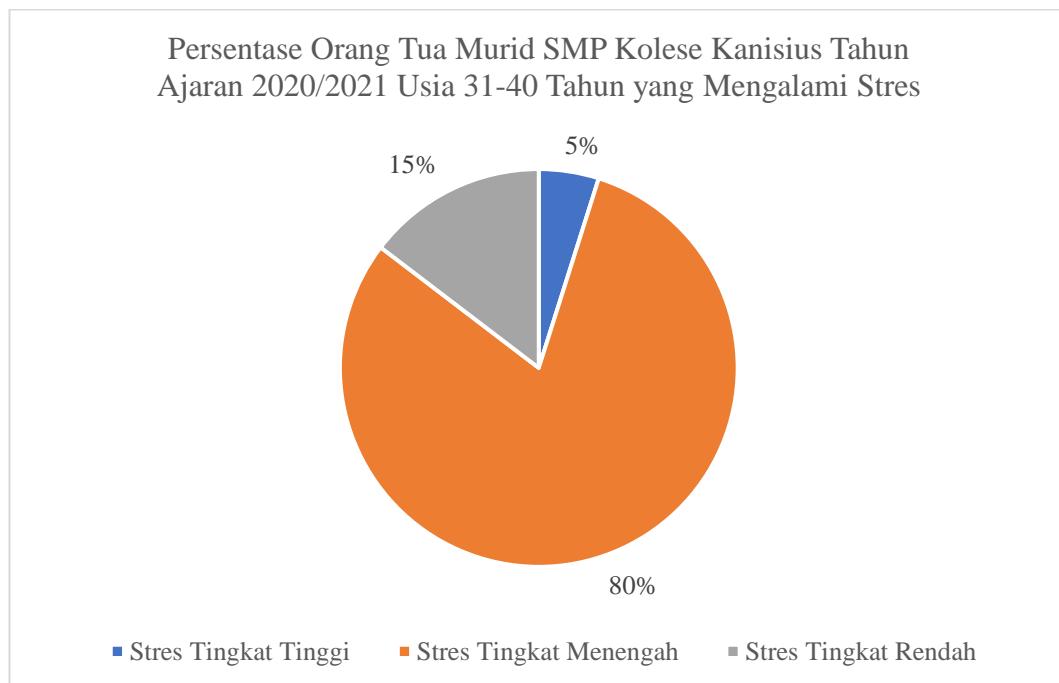


Diagram 4.9. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia 31-40 Tahun yang Mengalami Stres

Dapat dilihat dari data di atas bahwa lebih dari $\frac{3}{4}$ orang tua SMP Kolese Kanisius yang berada pada kelompok usia 31-40 tahun mengalami

stres. Stres. Sebesar 85% atau sebanyak 35 orang tua berumur 31-40 tahun mengalami stres, sedangkan dengan besaran 15% atau sebanyak 6 orang tua yang berada pada kelompok usia 31-40 tahun tidak mengalami stres. Stres. Bila nilai normal orang tua SMP Kolese Kanisius dijadikan dasar penentuan stres seseorang, akan nampak grafik yang berbeda dari segi persentasenya. Grafik tersebut adalah sebagai berikut.

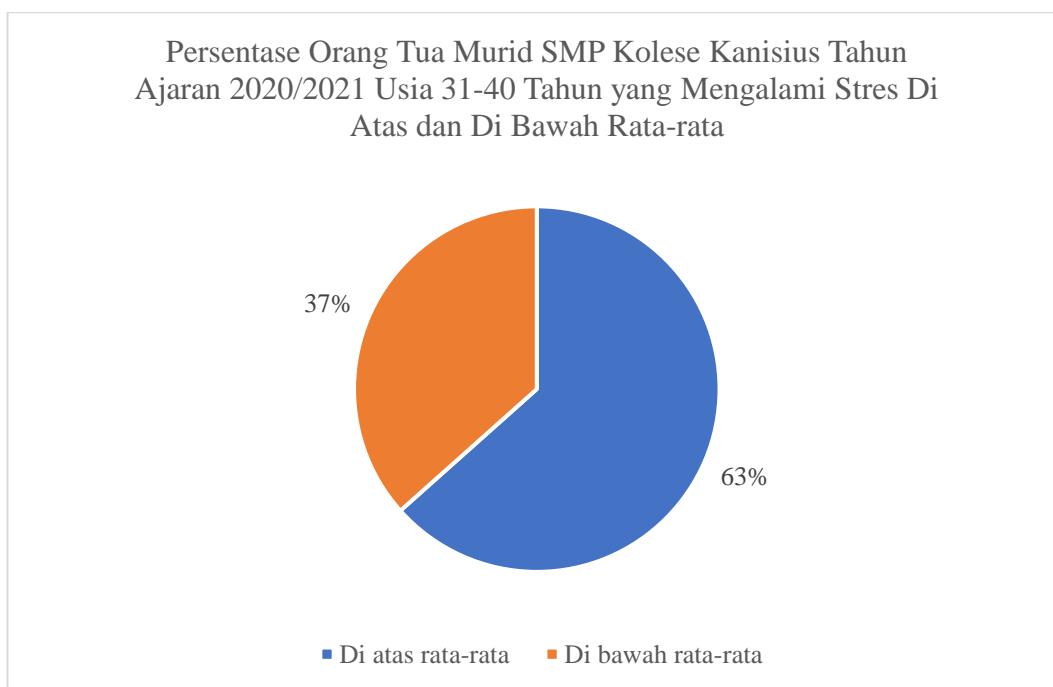


Diagram 4.10. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia 31-40 Tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata

Diagram diatas menunjukkan Persentase orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 dengan usia 31-40 tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata. Dapat dilihat dari data yang diambil ada sebesar 37% atau 15 orang tua urid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 dengan usia 31-40 yang mengalami Stres Di bawah rata rata. Sedangkan ada 63% atau 26 orang tua murid SMP Kolese

Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 dengan usia 31-40 yang mengalami Stres Di atas rata rata, dan juga sebagai dominan atau mayoritas hasil dari data yang telah didapatkan

Hal yang menyebabkan perbedaan ini tentu sama seperti pada pembahasan sebelumnya. Bahwa pada dasarnya, nilai normal atau rata-rata stres orang tua SMP Kolese Kanisius secara umum di masa pandemi COVID-19 mengalami peningkatan.

4.4.2. Kelompok Usia 41-50 Tahun

Jika jawaban semua responden yang berada pada kelompok usia 31-40 tahun dikumpulkan, akan nampak diagram sebagai berikut.

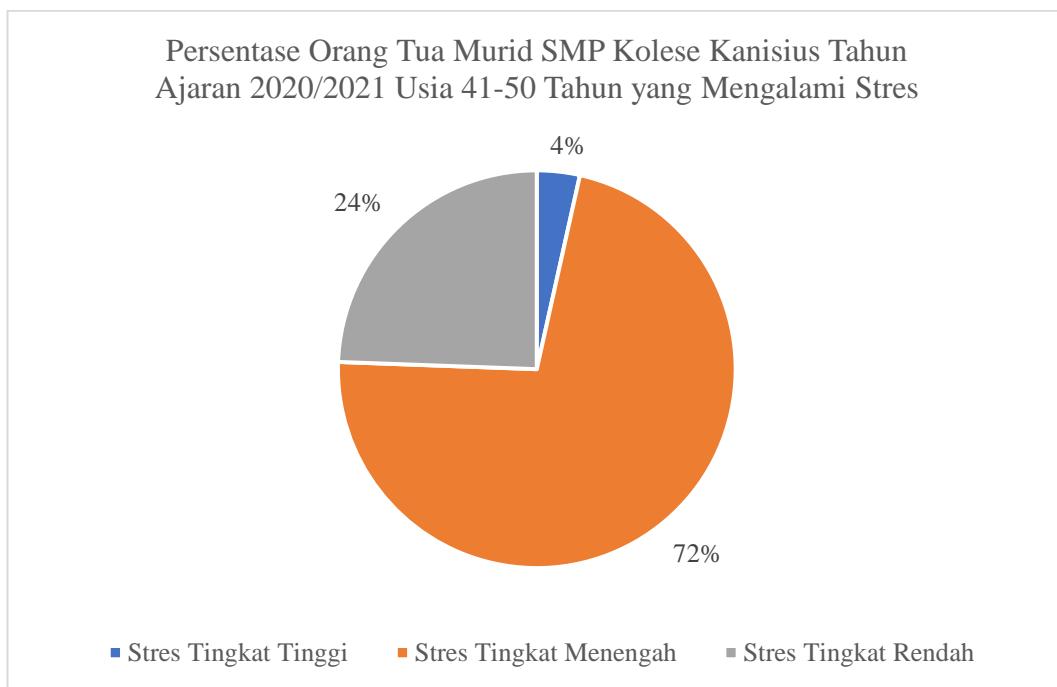


Diagram 4.11. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia 41-50 Tahun yang Mengalami Stres

Diagram di atas menunjukkan persentase orang tua murid SMP Kolese Kanisius tahun ajaran 2020/2021 usia 41-50 tahun yang mengalami

stres berdasarkan PSS. Sebesar 72% atau sebanyak 124 orang tua murid SMP Kolese Kanisius tahun ajaran 2020/2021 umur 41-50 tahun mengalami stres tingkat menengah, sedangkan sebesar 24% atau sebanyak 42 orang tua murid SMP Kolese Kanisius umur 41-50 tahun mengalami stres tingkat rendah, dan Sebesar 4% atau sebanyak 6 orang tua murid SMP Kolese Kanisius mengalami stres tingkat tinggi.

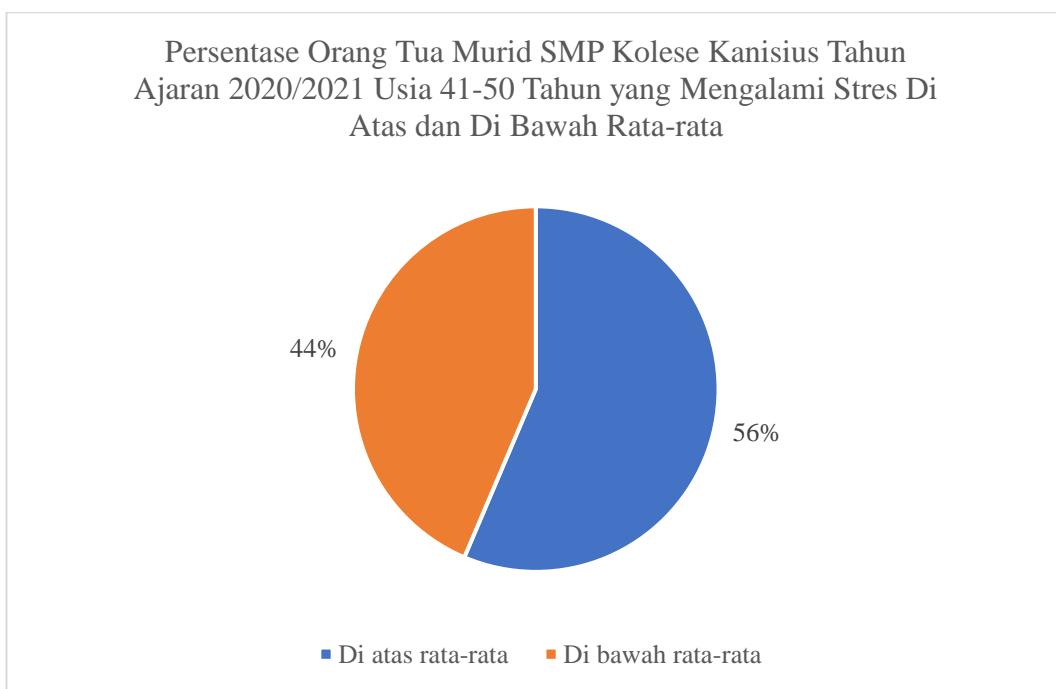


Diagram 4.12. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia 41-50 Tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata

Pada diagram diatas, dapat dilihat Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius (T.A. 2020/2021) Usia 41-50 Tahun yang mengalami stres diatas rata rata dan dibawah rata rata. Terdapat 56% atau 97 orang tua murid berusia 41-50 tahun yang mengalami stres diatas rata rata, dan sisanya 44% atau sebanyak 75 orang tua murid berusia 41-50 tahun mengalami stres dibawah rata rata.

4.4.3. Kelompok Usia 51-60 Tahun

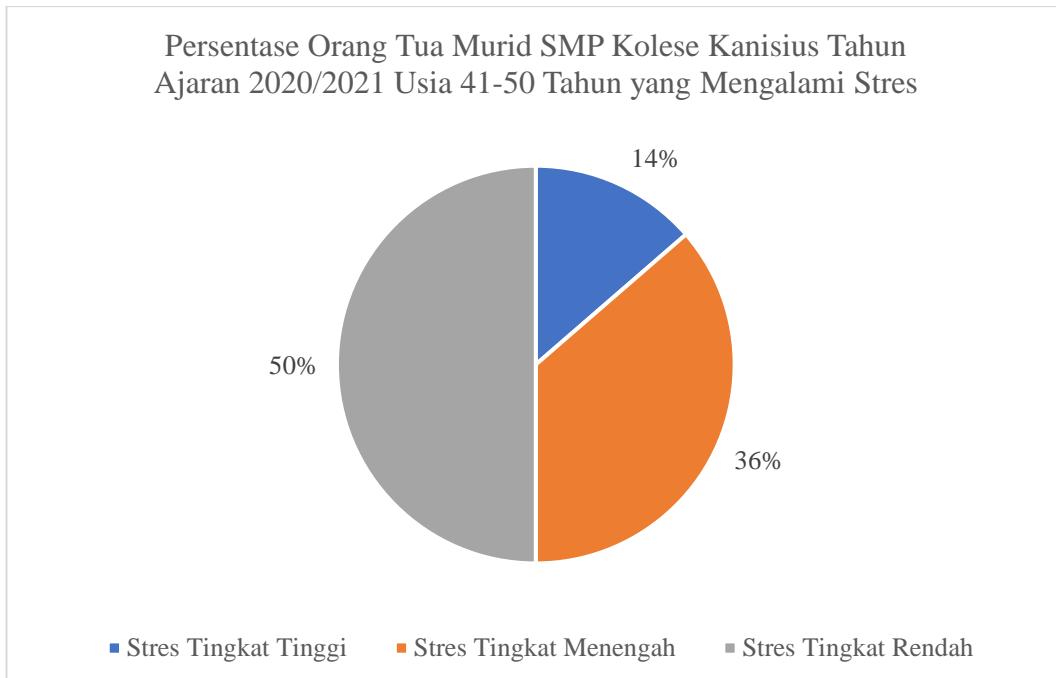


Diagram 4.13. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia 41-50 Tahun yang Mengalami Stres

Diagram di atas menunjukkan persentase stres orang tua murid SMP Kolese Kanisius (T.A. 2020/2021) yang berumur 51-60 tahun berdasarkan PSS. Sebesar 50% atau sebanyak 11 orang tua teridentifikasi mengalami stres tingkat rendah. Sedangkan 36% atau sebanyak 8 orang tua berumur 51-60 tahun lainnya teridentifikasi mengalami stres tingkat menengah. Sedangkan 14% sisanya yaituo sebanyak 3 orang tua berumur 51-60 tahun mengalami stres tingkat tinggi. Dalam pengolahan data ini, kami menggunakan standard PSS untuk mengetahui tingkat stres orang tua.

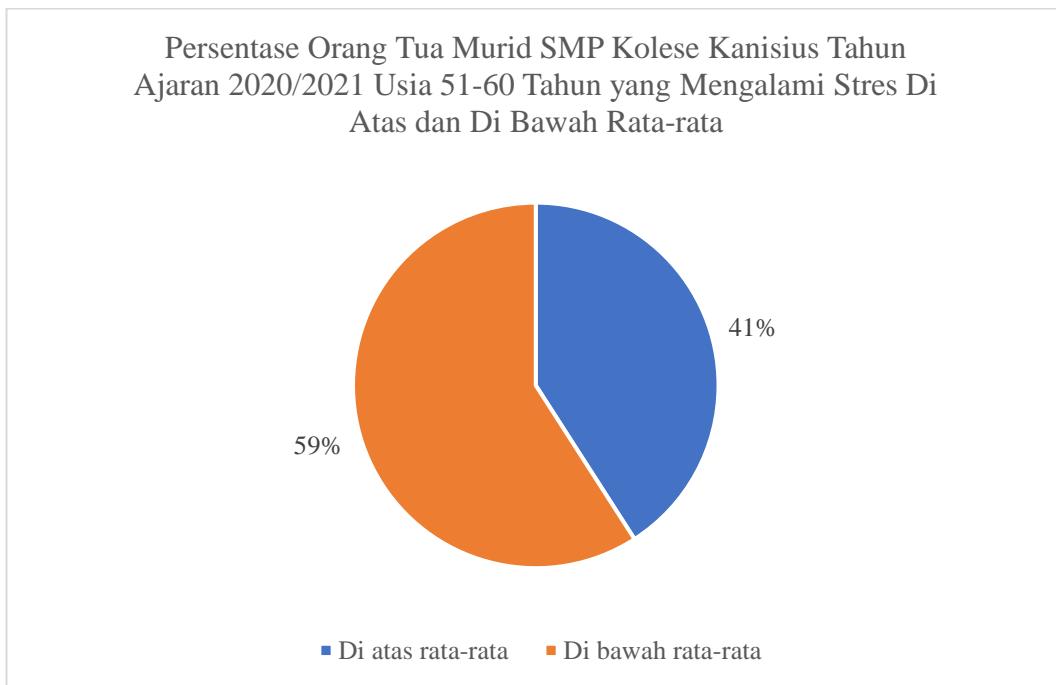


Diagram 4.14. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia 51-60 Tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata

Diagram diatas menunjukkan Persentase orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 dengan usia 51-60 tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata. Dapat dilihat dari data yang diambil ada sebesar 59% atau 13 orang tua urid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 dengan usia 31-40 yang mengalami Stres Di bawah rata rata. Sedangkan ada 41% atau 9 orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 dengan usia 51-60 yang mengalami Stres Di atas rata rata, dan juga sebagai dominan atau mayoritas hasil dari data yang telah didapatkan

Hal yang menyebabkan perbedaan ini tentu sama seperti pada pembahasan sebelumnya. Bahwa pada dasarnya, nilai normal atau rata-

rata stres orang tua SMP Kolese Kanisius secara umum di masa pandemi COVID-19 mengalami peningkatan.

4.4.4. Kelompok Usia Lebih dari 60 Tahun

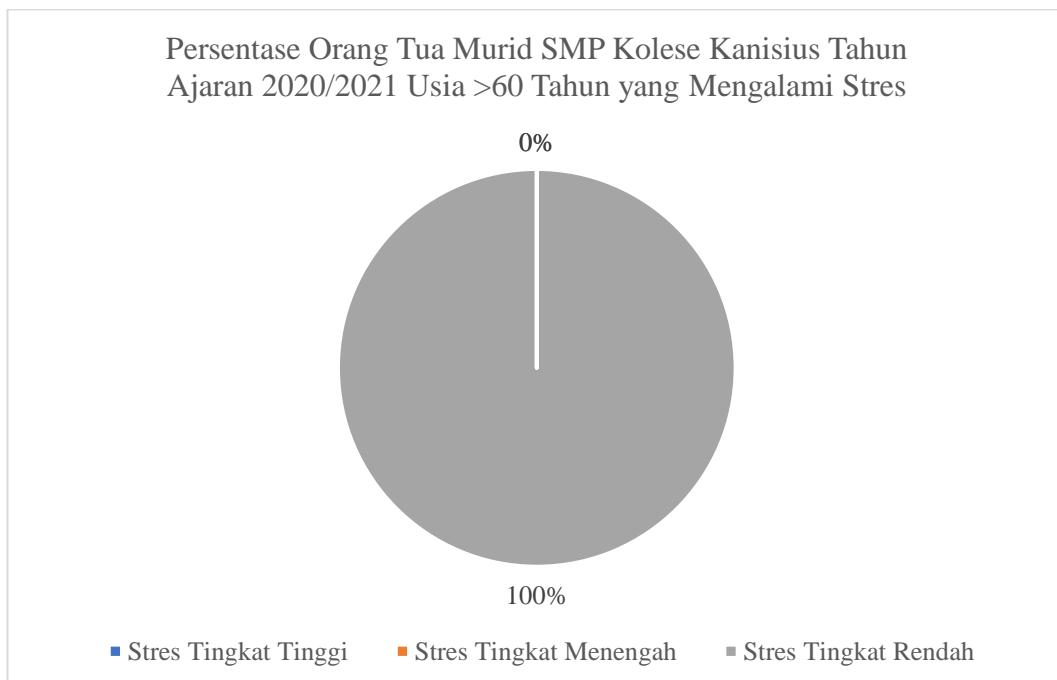


Diagram 4.15. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia >60 Tahun yang Mengalami Stres

Pada diagram diatas ditunjukan bahwa persentase orang tua murid smp Kolese Kanisius (T.A 2020/2021) Usia > 60Tahun, tidak ada yang mengalami stres.Stres. Terdapat 2 orang tua murid SMP Kolese Kanisius yang menjadi responden ini. Mereka tidak mengalami stres dikarenakan sangat berpengalaman dalam mengatasi masalah serta lebih dewasa dan lebih bijak dalam mengambil keputusan serta menyelesaikan masalah.

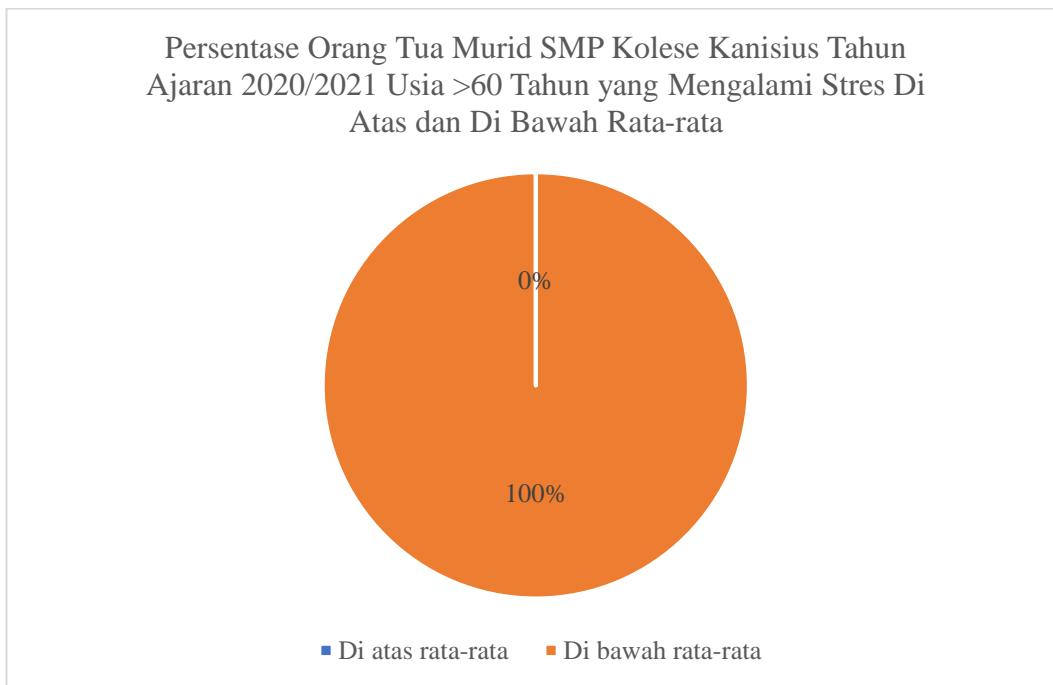


Diagram 4.16. Persentase Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia >60 Tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata

Grafik Diagram di atas menunjukkan persentase orang tua murid SMP Kolese Kanisius tahun ajaran 2020/2021 usia lebih dari 60 tahun yang mengalami stres. Sebesar 100% atau sebanyak 2 orang tua murid SMP Kolese Kanisius yang berusia lebih dari 60 tahun mengalami stres di bawah rata-rata, sedangkan sebesar 0% atau 0 orang tua murid SMP Kolese Kanisius yang berusia lebih dari 60 tahun mengalami stres di atas rata-rata. Grafik

Responden orang tua murid SMP Kolese Kanisius tahun ajaran 2020/2021 yang berusia diatas 60 tahun hanya ada 2 orang, sehingga data di atas belum mewakilkan seluruh orang tua yang berumur di atas 60 tahun.

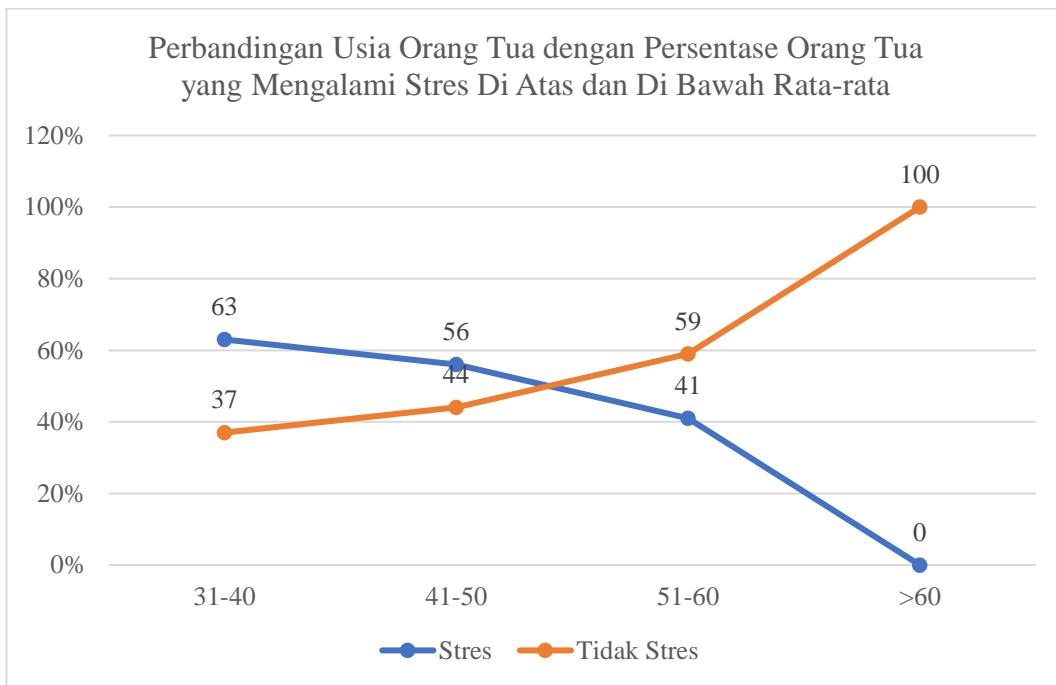


Diagram 4.17. Perbandingan Usia Orang Tua dengan Persentase Orang Tua yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata

Terlihat jelas bahwa garis biru (stres) makin menurun ketika usia bertambah, sedangkan garis jingga (tidak stres) semakin naik ketika usia bertambah. Dari sini kita dapat mengatakan bahwa semakin tua seseorang, maka rasa stresnya semakin berkurang. Hal ini dapat dipengaruhi dengan beberapa faktor. Terlihat di grafik, titik stres tertinggi berada di umur 31-40 tahun dengan persentase stres sebesar 63%, hal ini dapat terjadi karena 31-40 tahun masih tergolong muda, sehingga mereka masih perlu beradaptasi di dunia dewasa yang dapat menimbulkan stres. Lalu pada umur 41-50 tahun, terlihat bahwa persentase stres menurun menjadi 56%, hal ini kemungkinan terjadi karena responden/orang tua sudah cukup beradaptasi di dunia dewasanya.

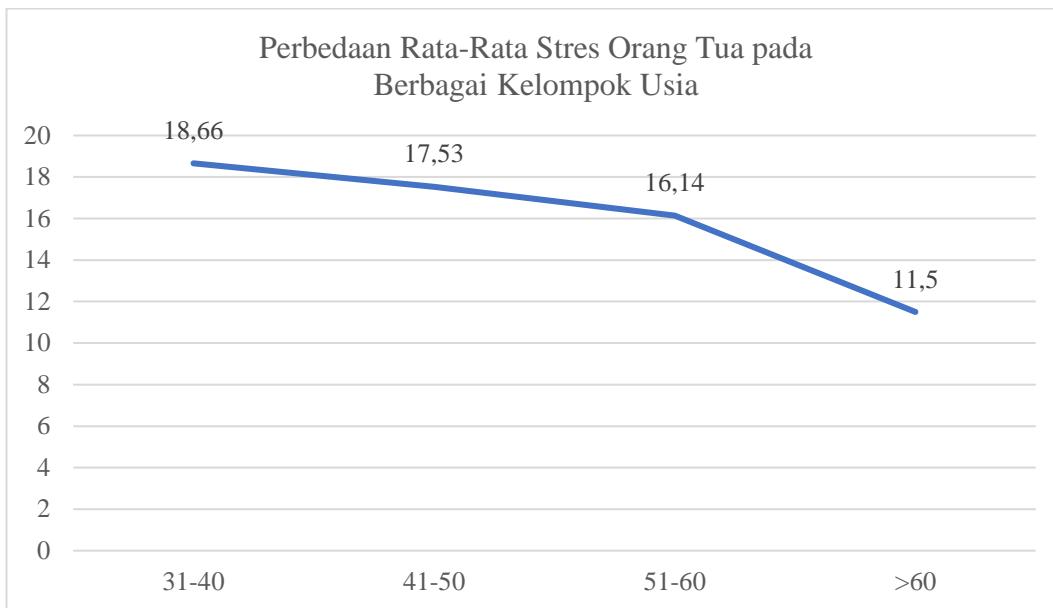


Diagram 4.18. Perbedaan Rata-Rata Stres Orang Tua pada Berbagai Kelompok Usia

Grafik ini lebih memperjelas gagasan diatas tadi, terlihat di grafik rata-rata stres orang tua relatif menurun ketika bertambah usia. Orang tua siswa SMP Kolese Kanisius dengan umur 31-40 tahun memiliki rata-rata stres tertinggi, yaitu sebesar 18,66. Sedangkan dengan orang tua siswa SMP Kolese Kanisius dengan umur 41-50 tahun memiliki rata-rata tertinggi kedua setelah orang tua siswa umur 31-40, yaitu sebesar 17,53. Orang tua siswa SMP Kolese Kanisius yang berumur 51-60 tahun memiliki rata-rata yang lebih rendah yaitu sebesar 16,14. Dan orang tua siswa SMP Kanisius yang berumur 60 tahun keatas memiliki rata-rata stres terendah dari keempat kelompok usia, yaitu sebesar 11,5.

4.5. Diferensiasi Jenjang Pendidikan Anak

Diferensiasi jenjang pendidikan anak dilakukan sebagai eksplorasi perbedaan stres yang dialami orang tua sebagai dampak dari jenjang pendidikan anaknya.

4.5.1. Kelas VII

Stres orang tua murid kelas VII dijabarkan sebagai berikut.

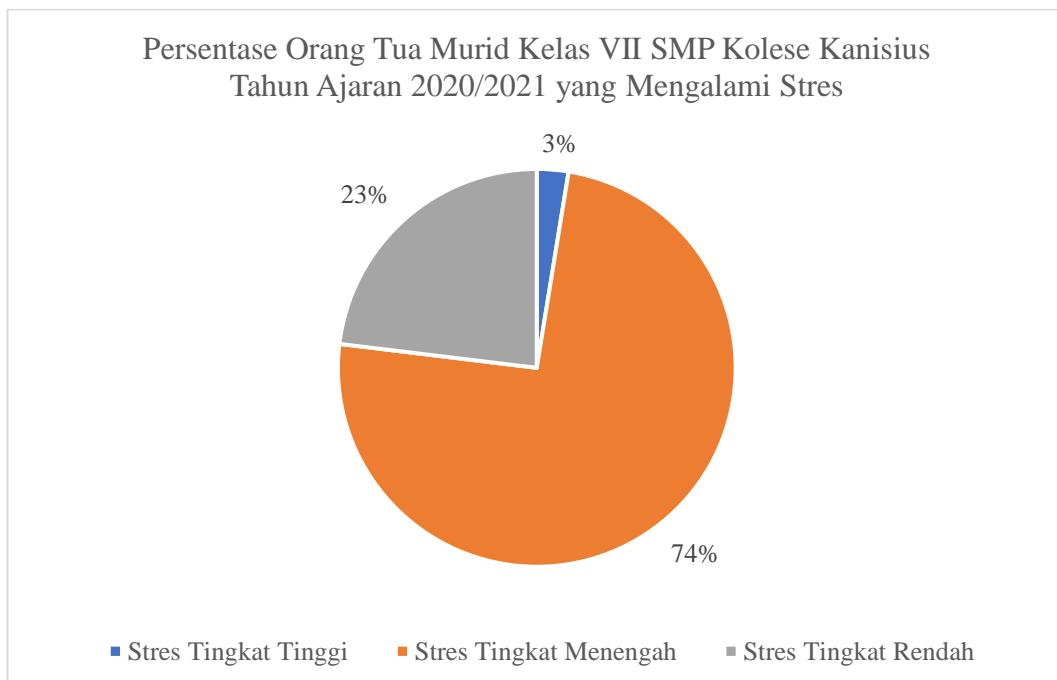


Diagram 4.19. Persentase Orang Tua Murid Kelas VII SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres

Diagram di atas menunjukkan persentase Orang Tua Murid Kelas 7 SMP Kolese Kanisius yang mengalami stres. Stres. Menurut data, sebesar 74% atau sebanyak 58 orang tua siswa kelas 7 teridentifikasi mengalami stres tingkat menengah, sedangkan sebesar 23% atau sebanyak 18 orang tua siswa kelas 7 teridentifikasi mengalami stres tingkat rendah, sedangkan sebesar 3% atau sebanyak 2 orang tua siswa kelas 7 teridentifikasi mengalami stres tingkat tinggi.

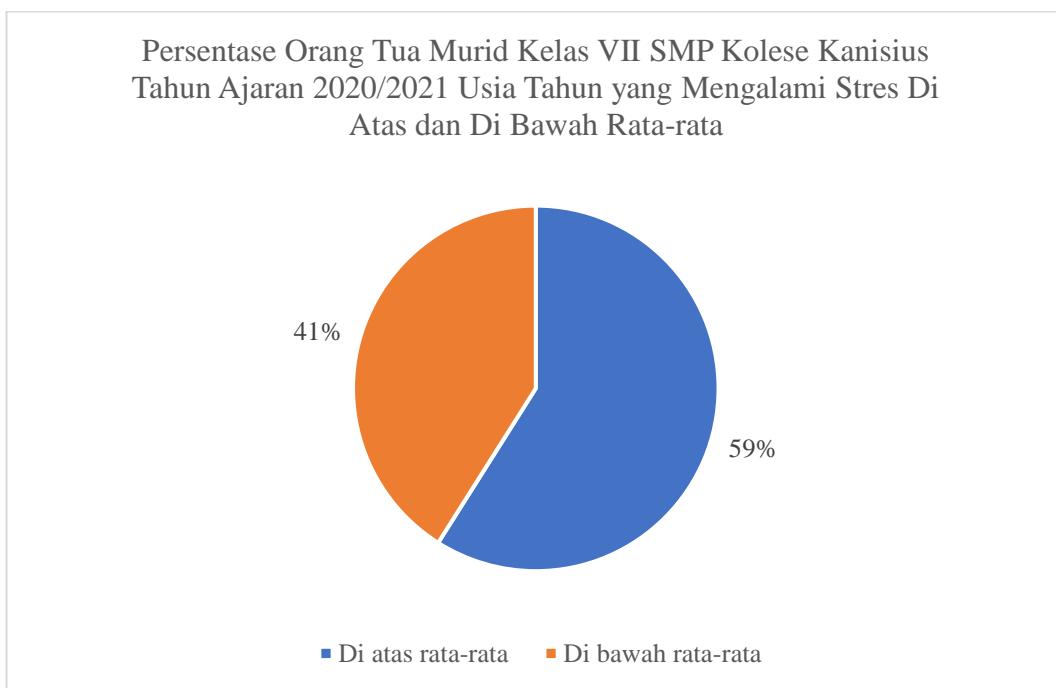


Diagram 4.20. Persentase Orang Tua Murid Kelas VII SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 Usia Tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata

Pada Diagram di atas dapat dilihat bahwa lebih dari setengah orang tua murid kelas 7 tahun ajaran 2020/2021 terkena pengaruh stres, teridentifikasi sekitar 59% orang tua murid siswa Kelas 7 tahun ajaran 2020/2021 atau sekitar 46 orang tua murid kelas 7 dan juga dapat kita lihat , teridentifikasi bahwa sekitar 41% orang tua murid kelas 7 tahun ajaran 2020/2021 atau sekitar 32 orang tua murid kelas 7 memiliki tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan.

4.5.2. Kelas VIII

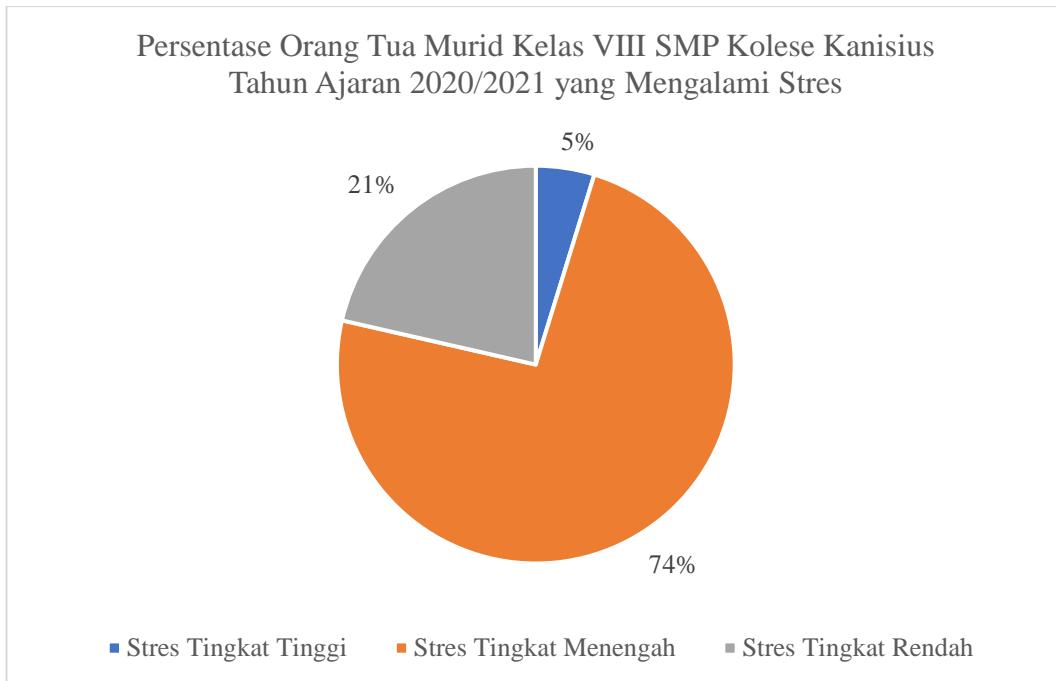


Diagram 4.21. Persentase Orang Tua Murid Kelas VIII SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran

2020/2021 yang Mengalami Stres

Diagram di atas menunjukkan Persentase Orang Tua Murid Kelas 8 SMP Kolese kanisius yang mengalami stres. Sebesar 74% atau sebanyak 62 orang tua Murid kelas 8 SMP Kolese Kanisius teridentifikasi mengalami stres tingkat menengah. Sedangkan sebesar 21% atau sebanyak 18 orang tua Murid Kelas 8 SMP Kolese Kanisius teridentifikasi mengalami stres tingkat rendah. Sedangkan sebesar 5% atau 4 orang tua Murid Kelas 8 SMP Kolese Kanisius teridentifikasi mengalami stres tingkat tinggi

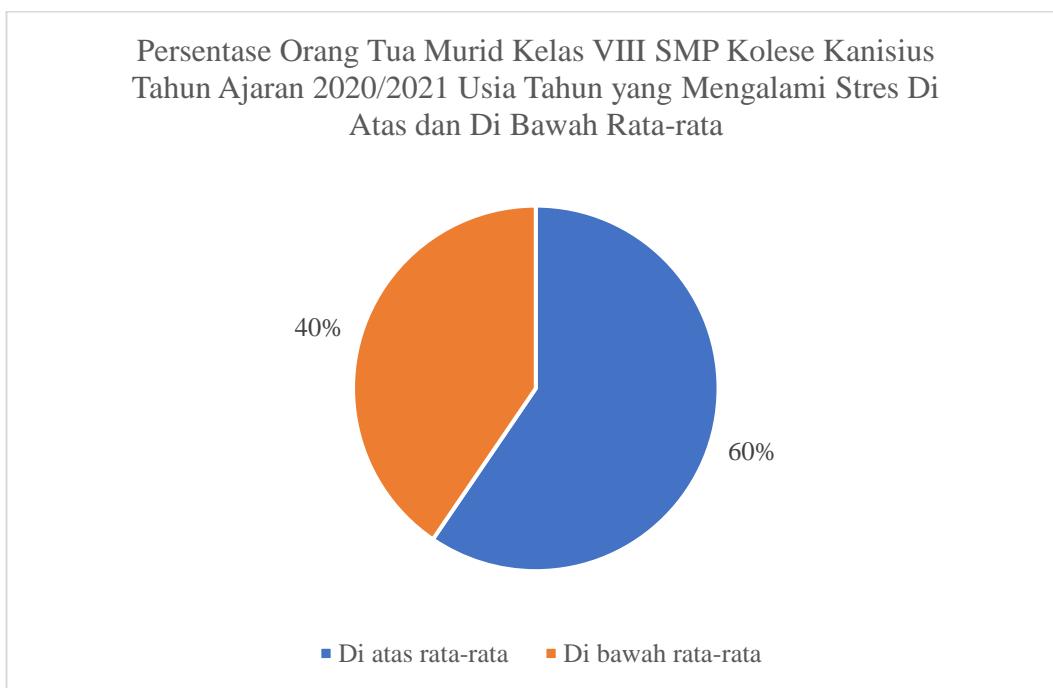


Diagram 4.22. Persentase Orang Tua Murid Kelas VIII SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran

2020/2021 Usia Tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata

Diagram diatas menunjukkan Persentase orang tua murid SMP

Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 kelas 8 yang Mengalami Stres
Di Atas dan Di Bawah Rata-rata. Dapat dilihat dari data yang diambil ada
sebesar 40% atau 34 orang tua urid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran
2020/2021 kelas 8 yang mengalami Stres Di bawah rata rata. Sedangkan
ada 60% atau 50 orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran
2020/2021 kelas 8 yang mengalami Stres Di atas rata rata, dan juga sebagai
dominan atau mayoritas hasil dari data yang telah didapatkan

4.5.3. Kelas IX

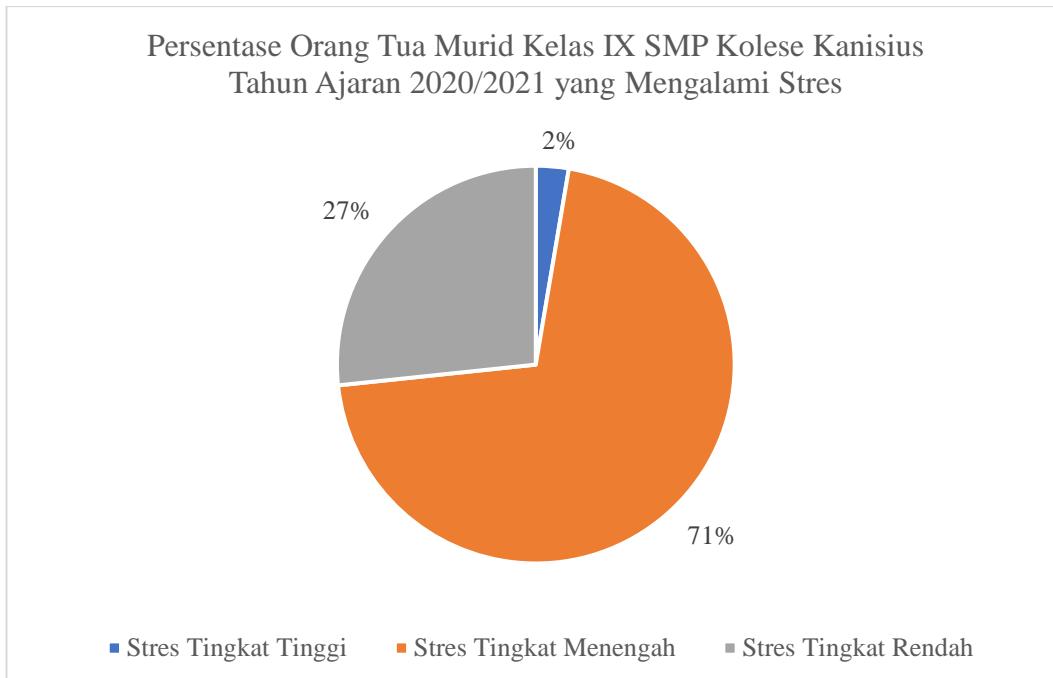


Diagram 4.23. Persentase Orang Tua Murid Kelas IX SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 yang Mengalami Stres

Diagram di atas menunjukkan persentase orang tua Murid Kelas 9 tahun ajaran 2020/2021 yang mengalami stres. Menurut data, sebesar 71% atau sebanyak 53 orang tua murid kelas 9 SMP Kolese Kanisius teridentifikasi mengalami stres tingkat menengah. Sedangkan sebesar 27% atau sebanyak 20 orang tua murid kelas 9 SMP Kolese Kanisius teridentifikasi mengalami stres tingkat rendah, sedangkan sebesar 3% atau sebanyak 2 orang tua murid kelas 9 SMP Kolese Kanisius teridentifikasi mengalami stres tingkat tinggi.

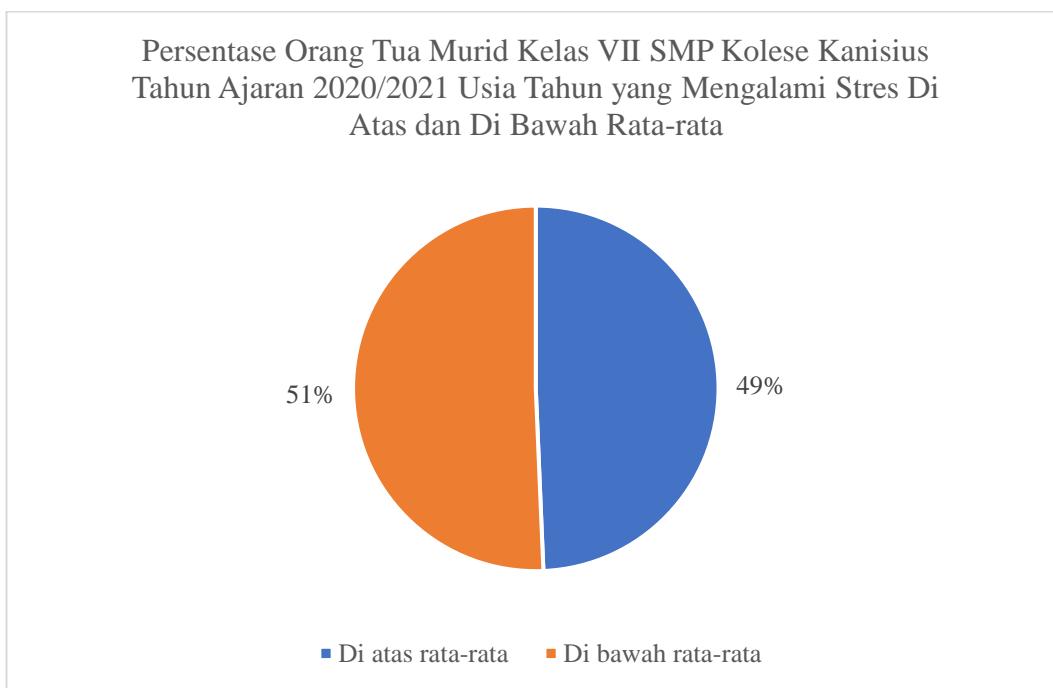


Diagram 4.24. Persentase Orang Tua Murid Kelas VII SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran

2020/2021 Usia Tahun yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata

Diagram diatas menunjukkan Persentase orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 kelas 9 yang Mengalami Stres Di Atas dan Di Bawah Rata-rata. Dapat dilihat dari data yang diambil ada sebesar 51% atau 38 orang tua urid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 kelas 9 yang mengalami Stres Di bawah rata rata. Sedangkan ada 49% atau 37 orang tua murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021 kelas 9 yang mengalami Stres Di atas rata rata, dan juga sebagai dominan atau mayoritas hasil dari data yang telah didapatkan.

4.6. Identifikasi Faktor

Diagram dari pertanyaan identifikasi faktor (sebanyak 33 butir) adalah sebagai berikut:

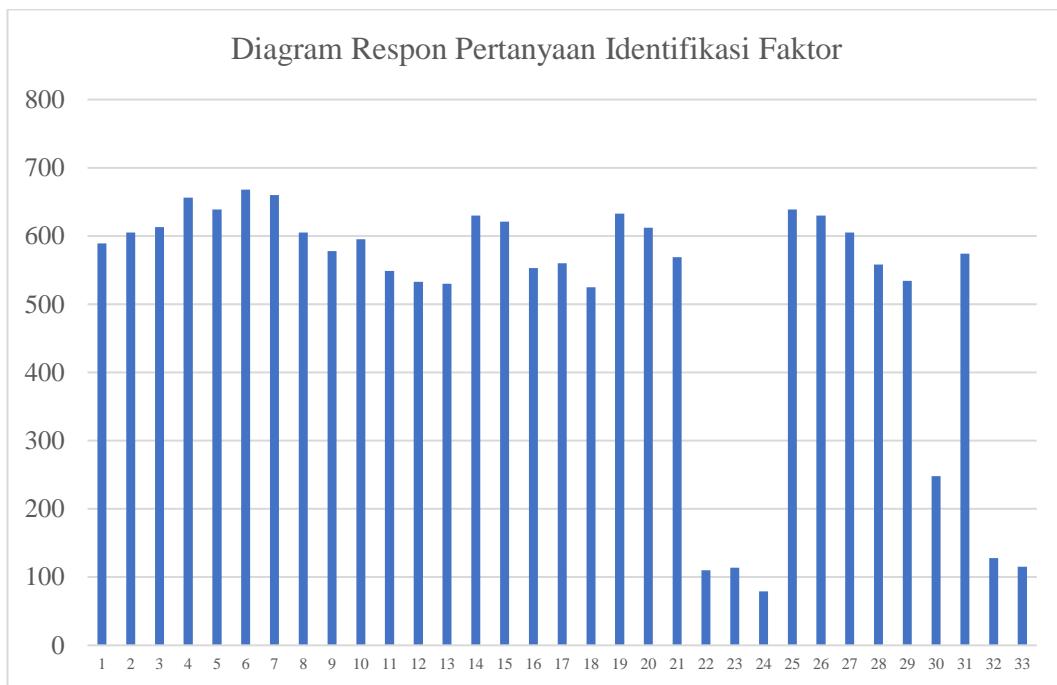


Diagram 4.25. Diagram Respon Pertanyaan Identifikasi Faktor

Rincian jawaban dari masing-masing pertanyaan yang dikembalikan responden melalui survei yang kami sebarluaskan adalah sebagai berikut:

4.6.1. Butir Pertanyaan 1

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 1, yang berbunyi: "Apakah anak saya sudah mampu beradaptasi dengan sekolah yang baru?" adalah 589 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 9,28% atau sebanyak 22 orang menjawab sangat jarang, sebesar 7,59% atau sebanyak 18 orang menjawab jarang, sebesar 25,75% atau sebanyak 61 orang menjawab

pernah, sebesar 40,08% atau sebanyak 95 orang menjawab sering, sebesar 17,30% atau sebanyak 41 orang menjawab sangat sering.

4.6.2. Butir Pertanyaan 2

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 2, yang berbunyi: "Apakah anak saya mampu memenuhi standar kemampuan akademis sesuai ekspektasi sekolah?" adalah 605 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 7,17% atau sebanyak 17 orang menjawab sangat jarang, sebesar 7,17% atau sebanyak 17 orang menjawab jarang, sebesar 24,89% atau sebanyak 59 orang menjawab pernah, sebesar 44,73% atau sebanyak 106 orang menjawab sering, sebesar 16,03% atau sebanyak 38 orang menjawab sangat sering.

4.6.3. Butir Pertanyaan 3

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 3, yang berbunyi: "Apakah anak saya masuk ke dalam pergaulan yang sehat?" adalah 613 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 7,17% atau sebanyak 17 orang menjawab sangat jarang, sebesar 6,75% atau sebanyak 16 orang menjawab jarang, sebesar 28,69% atau sebanyak 68 orang menjawab pernah, sebesar 35,02% atau sebanyak 83 orang menjawab sering, sebesar 22,46% atau sebanyak 53 orang menjawab sangat sering.

4.6.4. Butir Pertanyaan 4

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 4, yang berbunyi: " Apakah anak saya sehat secara fisik dan mental?" adalah 656 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 6,75% atau sebanyak 16 orang menjawab sangat jarang, sebesar 6,75% atau sebanyak 16 orang menjawab jarang, sebesar 21,52% atau sebanyak 51 orang menjawab pernah, sebesar 32,91% atau sebanyak 78 orang menjawab sering, sebesar 32,07% atau sebanyak 76 orang menjawab sangat sering.

4.6.5. Butir Pertanyaan 5

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 5, yang berbunyi: " Apakah anak saya cukup mandiri, proaktif dan perhatian terhadap segala urusan sekolahnya?" adalah 639 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 5,06% atau sebanyak 12 orang menjawab sangat jarang, sebesar 9,28% atau sebanyak 22 orang menjawab jarang, sebesar 19,83% atau sebanyak 47 orang menjawab pernah, sebesar 42,62% atau sebanyak 101 orang menjawab sering, sebesar 23,21% atau sebanyak 55 orang menjawab sangat sering.

4.6.6. Butir Pertanyaan 6

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 6, yang berbunyi: "Apakah anak saya menjadi terobsesi/kecanduan gadget?" adalah 668 dengan rincian sebagai

berikut. Dari 237 responden, sebesar 2,95% atau sebanyak 7 orang menjawab sangat jarang, sebesar 9,70% atau sebanyak 23 orang menjawab jarang, sebesar 22,36% atau sebanyak 53 orang menjawab pernah, sebesar 32,49% atau sebanyak 77 orang menjawab sering, sebesar 32,49% atau sebanyak 77 orang menjawab sangat sering.

4.6.7. Butir Pertanyaan 7

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 7, yang berbunyi: "Apakah anak saya kekurangan aktivitas fisik?" adalah 660 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 6,75% atau sebanyak 16 orang menjawab sangat jarang, sebesar 6,33% atau sebanyak 15 orang menjawab jarang, sebesar 21,94% atau sebanyak 52 orang menjawab pernah, sebesar 31,65% atau sebanyak 75 orang menjawab sering, sebesar 33,33% atau sebanyak 79 orang menjawab sangat sering.

4.6.8. Butir Pertanyaan 8

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 8, yang berbunyi: "Apakah anak saya siap untuk menghadapi segala proses tahap akhir untuk kelulusan?" adalah 605 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 5,06% atau sebanyak 12 orang menjawab sangat jarang, sebesar 10,13% atau sebanyak 24 orang menjawab jarang, sebesar 27,00% atau sebanyak 64 orang menjawab pernah, sebesar 40,08% atau sebanyak 95 orang

menjawab sering, sebesar 17,72% atau sebanyak 42 orang menjawab sangat sering.

4.6.9. Butir Pertanyaan 9

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 9, yang berbunyi: "Apakah guru-guru cukup kreatif dalam menyampaikan materi, sehingga anak tidak bosan dan mudah memahami materi pembelajaran?" adalah 578 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 5,06% atau sebanyak 12 orang menjawab sangat jarang, sebesar 9,28% atau sebanyak 22 orang menjawab jarang, sebesar 35,44% atau sebanyak 84 orang menjawab pernah, sebesar 37,13% atau sebanyak 88 orang menjawab sering, sebesar 13,08% atau sebanyak 31 orang menjawab sangat sering.

4.6.10. Butir Pertanyaan 10

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 10, yang berbunyi: " Apakah pesan moral, pelajaran tentang kehidupan masih bisa disampaikan guru-guru melalui pembelajaran online?" adalah 595 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 5,49% atau sebanyak 13 orang menjawab sangat jarang, sebesar 10,55% atau sebanyak 25 orang menjawab jarang, sebesar 28,27% atau sebanyak 67 orang menjawab pernah, sebesar 38,82% atau sebanyak 92 orang menjawab sering, sebesar 16,88% atau sebanyak 40 orang menjawab sangat sering.

4.6.11. Butir Pertanyaan 11

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 11, yang berbunyi: " Apakah guru-guru mampu mengawasi gerak-gerik anak secara online?" adalah 549 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 5,91% atau sebanyak 14 orang menjawab sangat jarang, sebesar 16,46% atau sebanyak 39 orang menjawab jarang, sebesar 32,91% atau sebanyak 78 orang menjawab pernah, sebesar 29,54% atau sebanyak 70 orang menjawab sering, sebesar 15,19% atau sebanyak 36 orang menjawab sangat sering.

4.6.12. Butir Pertanyaan 12

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 12, yang berbunyi: Apakah guru masih mampu mengamati perilaku sehari-hari guna mengembangkan moral anak?" adalah 533 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 6,33% atau sebanyak 15 orang menjawab sangat jarang, sebesar 20,25% atau sebanyak 48 orang menjawab jarang, sebesar 32,49% atau sebanyak 77 orang menjawab pernah, sebesar 24,05% atau sebanyak 57 orang menjawab sering, sebesar 16,88% atau sebanyak 40 orang menjawab sangat sering.

4.6.13. Butir Pertanyaan 13

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 13, yang berbunyi: "Apakah pembelajaran online menghalangi guru-guru untuk memiliki hubungan

"yang erat dengan anak?" adalah 530 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 7,59% atau sebanyak 18 orang menjawab sangat jarang, sebesar 16,03% atau sebanyak 38 orang menjawab jarang, sebesar 35,44% atau sebanyak 84 orang menjawab pernah, sebesar 27,00% atau sebanyak 64 orang menjawab sering, sebesar 13,92% atau sebanyak 33 orang menjawab sangat sering.

4.6.14. Butir Pertanyaan 14

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 14, yang berbunyi: "Apakah sekolah mampu menyediakan sarana pembelajaran online yang memadai dan mudah bagi semua pihak?" adalah 630 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 6,75% atau sebanyak 16 orang menjawab sangat jarang, sebesar 8,02% atau sebanyak 19 orang menjawab jarang, sebesar 20,25% atau sebanyak 48 orang menjawab pernah, sebesar 42,62% atau sebanyak 101 orang menjawab sering, sebesar 22,36% atau sebanyak 53 orang menjawab sangat sering.

4.6.15. Butir Pertanyaan 15

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 15, yang berbunyi: "Apakah sekolah membekali guru-guru untuk mengajar dengan metode yang baru (pembelajaran online)??" adalah 621 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 4,64% atau sebanyak 11 orang menjawab sangat jarang, sebesar 8,02% atau sebanyak 19 orang menjawab jarang, sebesar

26,58% atau sebanyak 63 orang menjawab pernah, sebesar 42,19% atau sebanyak 100 orang menjawab sering, sebesar 18,57% atau sebanyak 44 orang menjawab sangat sering.

4.6.16. Butir Pertanyaan 16

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 16, yang berbunyi: "Apakah sekolah tetap bisa menjalankan ekskul dengan baik dan efektif?" adalah 553 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 8,44% atau sebanyak 20 orang menjawab sangat jarang, sebesar 14,35% atau sebanyak 34 orang menjawab jarang, sebesar 28,27% atau sebanyak 67 orang menjawab pernah, sebesar 33,33% atau sebanyak 79 orang menjawab sering, sebesar 15,61% atau sebanyak 37 orang menjawab sangat sering.

4.6.17. Butir Pertanyaan 17

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 17, yang berbunyi: "Apakah sekolah menyediakan informasi secara detil dan jauh-jauh hari sehingga mempermudah preparasi?" adalah 560 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 7,17% atau sebanyak 17 orang menjawab sangat jarang, sebesar 13,08% atau sebanyak 31 orang menjawab jarang, sebesar 31,22% atau sebanyak 74 orang menjawab pernah, sebesar 33,33% atau sebanyak 79 orang menjawab sering, sebesar 15,19% atau sebanyak 36 orang menjawab sangat sering.

4.6.18. Butir Pertanyaan 18

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 18, yang berbunyi: "Apakah sekolah sudah memiliki keputusan terkait pembelajaran tatap muka?" adalah 525 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 10,13% atau sebanyak 24 orang menjawab sangat jarang, sebesar 10,97% atau sebanyak 26 orang menjawab jarang, sebesar 40,93% atau sebanyak 97 orang menjawab pernah, sebesar 23,21% atau sebanyak 55 orang menjawab sering, sebesar 14,77% atau sebanyak 35 orang menjawab sangat sering.

4.6.19. Butir Pertanyaan 19

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 19, yang berbunyi: "Apakah anak saya tersentuh adat kebiasaan kanisian?" adalah 633 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 5,06% atau sebanyak 12 orang menjawab sangat jarang, sebesar 5,49% atau sebanyak 13 orang menjawab jarang, sebesar 30,38% atau sebanyak 72 orang menjawab pernah, sebesar 35,44% atau sebanyak 84 orang menjawab sering, sebesar 23,63% atau sebanyak 56 orang menjawab sangat sering.

4.6.20. Butir Pertanyaan 20

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 20, yang berbunyi: "Apakah anak saya tetap memiliki kesempatan untuk mendapatkan pengalaman berharga sebagai anggota Keluarga Besar SMP Kolese Kanisius? (Panitia POR CC,

Compassion Week, Live In, dll)." adalah 612 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 6,33% atau sebanyak 15 orang menjawab sangat jarang, sebesar 8,44% atau sebanyak 20 orang menjawab jarang, sebesar 29,96% atau sebanyak 71 orang menjawab pernah, sebesar 31,22% atau sebanyak 74 orang menjawab sering, sebesar 24,05% atau sebanyak 57 orang menjawab sangat sering.

4.6.21. Butir Pertanyaan 21

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 21, yang berbunyi: " Apakah waktu dimana acara sekolah dilaksanakan sesuai harapan saya? (Tidak mengganggu rutinitas keluarga, kegiatan anak, dll)." adalah 569 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 6,33% atau sebanyak 15 orang menjawab sangat jarang, sebesar 12,66% atau sebanyak 30 orang menjawab jarang, sebesar 34,18% atau sebanyak 81 orang menjawab pernah, sebesar 28,27% atau sebanyak 67 orang menjawab sering, sebesar 18,57% atau sebanyak 44 orang menjawab sangat sering.

4.6.22. Butir Pertanyaan 22

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 22, yang berbunyi: "Apakah saya diperlakukan orang tua murid lain secara semena-mena/merasa dirinya paling benar?" adalah 110 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 70,89% atau sebanyak 168 orang menjawab sangat jarang, sebesar 16,46% atau sebanyak 39 orang menjawab jarang, sebesar

10,13% atau sebanyak 24 orang menjawab pernah, sebesar 0,42% atau sebanyak 1 orang menjawab sering, sebesar 2,11% atau sebanyak 5 orang menjawab sangat sering.

4.6.23. Butir Pertanyaan 23

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 23, yang berbunyi: "Apakah ada orang tua murid lain yang menyudutkan saya dengan menyombongkan prestasi anaknya?" adalah 114 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 70,89% atau sebanyak 168 orang menjawab sangat jarang, sebesar 16,46% atau sebanyak 39 orang menjawab jarang, sebesar 7,59% atau sebanyak 18 orang menjawab pernah, sebesar 3,80% atau sebanyak 9 orang menjawab sering, sebesar 1,27% atau sebanyak 3 orang menjawab sangat sering.

4.6.24. Butir Pertanyaan 24

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 24, yang berbunyi: "Apakah saya dikritik orang tua lain yang merasa bahwa metode parenting saya salah?" adalah 79 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 76,37% atau sebanyak 181 orang menjawab sangat jarang, sebesar 15,19% atau sebanyak 36 orang menjawab jarang, sebesar 7,59% atau sebanyak 18 orang menjawab pernah, sebesar 0,42% atau sebanyak 1 orang menjawab sering, sebesar 0,42% atau sebanyak 1 orang menjawab sangat sering.

4.6.25. Butir Pertanyaan 25

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 25, yang berbunyi: "Apakah infrastruktur komunikasi (jaringan internet) memadai untuk bekerja dan belajar dari rumah?" adalah 639 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 8,02% atau sebanyak 19 orang menjawab sangat jarang, sebesar 7,17% atau sebanyak 17 orang menjawab jarang, sebesar 21,52% atau sebanyak 51 orang menjawab pernah, sebesar 33,76% atau sebanyak 80 orang menjawab sering, sebesar 29,54% atau sebanyak 70 orang menjawab sangat sering.

4.6.26. Butir Pertanyaan 26

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 26, yang berbunyi: "Apakah device yang dimiliki cukup untuk mengakomodir kegiatan semua orang dalam rumah tangga?" adalah 630 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 9,28% atau sebanyak 22 orang menjawab sangat jarang, sebesar 8,02% atau sebanyak 19 orang menjawab jarang, sebesar 20,68% atau sebanyak 49 orang menjawab pernah, sebesar 31,65% atau sebanyak 75 orang menjawab sering, sebesar 30,38% atau sebanyak 72 orang menjawab sangat sering.

4.6.27. Butir Pertanyaan 27

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 27, yang berbunyi: "Apakah kondisi

ruang belajar anak nyaman dan kondusif?" adalah 605 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 10,55% atau sebanyak 25 orang menjawab sangat jarang, sebesar 5,91% atau sebanyak 14 orang menjawab jarang, sebesar 24,47% atau sebanyak 58 orang menjawab pernah, sebesar 35,86% atau sebanyak 85 orang menjawab sering, sebesar 23,21% atau sebanyak 55 orang menjawab sangat sering.

4.6.28. Butir Pertanyaan 28

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 28, yang berbunyi: "Apakah rumah terhindar dari kebisingan dan suara-suara sehingga mendukung proses pembelajaran?" adalah 558 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 13,92% atau sebanyak 33 orang menjawab sangat jarang, sebesar 10,55% atau sebanyak 25 orang menjawab jarang, sebesar 23,63% atau sebanyak 56 orang menjawab pernah, sebesar 29,96% atau sebanyak 71 orang menjawab sering, sebesar 21,94% atau sebanyak 52 orang menjawab sangat sering.

4.6.29. Butir Pertanyaan 29

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 29, yang berbunyi: "Apakah ada penurunan penghasilan orang tua?" adalah 534 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 14,35% atau sebanyak 34 orang menjawab sangat jarang, sebesar 12,24% atau sebanyak 29 orang menjawab jarang, sebesar 27,85% atau sebanyak 66 orang menjawab

pernah, sebesar 24,89% atau sebanyak 59 orang menjawab sering, sebesar 20,68% atau sebanyak 49 orang menjawab sangat sering.

4.6.30. Butir Pertanyaan 30

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 30, yang berbunyi: "Apakah ada konflik/ketegangan dalam keluarga (antar suami-istri, antar orang tua-anak, antar anak)?" adalah 248 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 42,62% atau sebanyak 101 orang menjawab sangat jarang, sebesar 25,32% atau sebanyak 60 orang menjawab jarang, sebesar 20,25% atau sebanyak 48 orang menjawab pernah, sebesar 8,44% atau sebanyak 20 orang menjawab sering, sebesar 3,38% atau sebanyak 8 orang menjawab sangat sering.

4.6.31. Butir Pertanyaan 31

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 31, yang berbunyi: "Apakah keluarga hidup secara teratur? (jam tidur, pola makan, aktivitas fisik)" adalah 574 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 9,70% atau sebanyak 23 orang menjawab sangat jarang, sebesar 10,55% atau sebanyak 25 orang menjawab jarang, sebesar 28,69% atau sebanyak 68 orang menjawab pernah, sebesar 29,96% atau sebanyak 71 orang menjawab sering, sebesar 21,10% atau sebanyak 50 orang menjawab sangat sering.

4.6.32. Butir Pertanyaan 32

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 32, yang berbunyi: "Apakah anggota keluarga/seluruh keluarga terinfeksi COVID-19?" adalah 128 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 75,53% atau sebanyak 179 orang menjawab sangat jarang, sebesar 7,17% atau sebanyak 17 orang menjawab jarang, sebesar 9,28% atau sebanyak 22 orang menjawab pernah, sebesar 3,80% atau sebanyak 9 orang menjawab sering, sebesar 4,22% atau sebanyak 10 orang menjawab sangat sering.

4.6.33. Butir Pertanyaan 33

Akumulasi dari skor yang diberikan responden terhadap pertanyaan identifikasi faktor nomor 33, yang berbunyi: "Apakah ada kehilangan anggota keluarga di masa pandemi?" adalah 115 dengan rincian sebagai berikut. Dari 237 responden, sebesar 80,17% atau sebanyak 190 orang menjawab sangat jarang, sebesar 4,22% atau sebanyak 10 orang menjawab jarang, sebesar 7,59% atau sebanyak 18 orang menjawab pernah, sebesar 2,95% atau sebanyak 7 orang menjawab sering, sebesar 5,06% atau sebanyak 12 orang menjawab sangat sering.

4.7. Pertanyaan Terbuka

4.7.1. Pertanyaan 1

Pertanyaan kedua yang berbunyi: “Terkait anak anda, apakah ada hal-hal lain yang kiranya rentan menjadi beban pikiran (dapat menyebabkan stres)?” mendapat respon dari orang tua dengan penjabaran sebagai berikut:

Tabel 4.2. Respon Pertanyaan Terbuka 1

Hal yang menjadi beban pikiran	Jumlah
Interaksi sosial	26
Screen time	18
Jumlah tugas	12
Aktivitas fisik	9
Pengaturan waktu	7
Tidak paham materi pembelajaran	6
Perubahan sikap	4
Kesehatan mata	4
Rekreasi	2
Adaptasi	2

Kondisi mental	2
Jadwal pelajaran	1
PJJ tidak efektif/tidak maksimal	1
Guru kurang komunikatif	1
Kondisi lingkungan	1
Sifat teman yang mencari untung	1
Persyaratan Naik Kelas	1
Kepanikan	1
Jaringan Internet	1
Kebosanan	1

4.7.2. Pertanyaan 2

Pertanyaan kedua yang berbunyi: “Terkait guru anak anda, apakah ada hal-hal lain yang kiranya rentan menjadi beban pikiran (dapat menyebabkan stres)?” mendapat respon dari orang tua dengan penjabaran sebagai berikut:

Tabel 4.3. Respon Pertanyaan Terbuka 2

Hal yang menjadi beban pikiran	Jumlah
Guru (secara umum)	14
Jumlah tugas yang diberikan guru	10
Perhatian guru kepada siswa	6
Tidak paham materi	4
Adaptasi	4
Interaksi sosial	3
Interaksi antar guru dan anak	2
Kejelasan penjelasan guru	2
Komunikasi	2
Persiapan/pengaturan waktu	2
Komunikasi	2
Standar nilai	1

4.7.3. Pertanyaan 3

Pertanyaan kedua yang berbunyi: “Terkait sekolah anak anda, apakah ada hal-hal lain yang kiranya rentan menjadi beban pikiran (dapat menyebabkan stres)?” mendapat respon dari orang tua dengan penjabaran sebagai berikut:

Tabel 4.4. Respon Pertanyaan Terbuka 3

Hal yang menjadi beban pikiran	Jumlah
Sekolah (secara umum)	12
Uang Sekolah	9
Interaksi sosial	7
Persiapan	3
Tugas/Penilaian ketika sekolah	2
Kegiatan-kegiatan sekolah	2

4.7.4. Pertanyaan 4

Pertanyaan kedua yang berbunyi: “Terkait orang tua murid lain yang berada di komunitas sekolah anak anda, apakah ada hal-hal lain yang kiranya rentan menjadi beban pikiran (dapat menyebabkan stres)?” mendapat respon dari orang tua dengan penjabaran sebagai berikut:

Tabel 4.5. Respon Pertanyaan Terbuka 4

Hal yang menjadi beban pikiran	Jumlah
Orang Tua lain (secara umum)	6
Minim interaksi	2
Anak	2
Para ibu yang terlalu aktif di grup WhatsApp	1

4.7.5. Pertanyaan 5

Pertanyaan kedua yang berbunyi: “Terkait keluarga anda, apakah ada hal-hal lain yang kiranya rentan menjadi beban pikiran (dapat menyebabkan stres)?” mendapat respon dari orang tua dengan penjabaran sebagai berikut:

Tabel 4.6. Respon Pertanyaan Terbuka 5

Hal yang menjadi beban pikiran	Jumlah
Penghasilan	22
Kesehatan	16
Anak	5
Kekurangan rekreasi	5
Keluarga	3

Ketentraman keluarga	3
Kebosanan	2
Kebutuhan keluarga	1
Interaksi sosial	1
Strategi bisnis baru	1
Miskomunikasi	1
Komunikasi	1

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

- 5.1.1. Mayoritas orang tua yang mengisi survei penelitian adalah perempuan yaitu ibu dari murid, sedangkan dengan laki-laki atau ayah lebih sedikit berada di rumah karena mayoritas ayah fokus untuk bekerja.
- 5.1.2. Mayoritas orang tua yang mengisi berada pada kelompok usia 41-50 tahun. Mengamati perbedaan kelompok usia, peneliti mendapati bahwa semakin tua usia seseorang, stres dialami umur orang tua, stres akan semakin menurun, sedangkan jika semakin muda stres akan semakin meningkat.
- 5.1.3. Peneliti mendapati bahwa orang tua murid kelas 8 SMP Kolese Kanisius tahun ajaran 2020/2021 terkena pengaruh stres paling banyak dibandingkan kelas 7 atau kelas 9, terutama stres karena pembelajaran daring.
- 5.1.4. Hal yang menjadi beban pikiran bagi orang tua murid SMP Kolese Kanisius yang rentan menyebabkan stres—dimana hal ini dihitung berdasarkan frekuensi suatu topik dibicarakan/dipikirkan sehingga menjadi beban pikiran yang terus-menerus dipikirkan orang tua murid—adalah terkait anaknya, tepatnya masalah kecanduan penggunaan gadget,

terlebih karena banyak hal di masa pandemi ini sangat mengandalkan perangkat elektronik sejenis. Kesimpulan dari data-data yang peneliti rangkum di bab 4, sesuai dengan yang kami4.1 perkirakan pada hipotesis peneliti di bab 2 mengenai pengaruh pembelajaran jarak jauh terhadap intensitas stres orang tua murid SMP Kolese Kanisius tahun ajaran 2020/2021.

5.2. Saran

5.2.1. Bagi Pembaca

5.2.1.1. Anak

Anak-anak perlu untuk memahami apa yang sedang dirasakan oleh orang tuanya. Hal ini dikarenakan stres orang tua sangat mungkin terjadi karena anak. Anak-anak bisa membiasakan diri untuk bersosialisasi dengan teman-temannya secara daring. Mengenai penggunaan gadget, anak-anak harus mampu untuk membatasi diri dan mengurangi penggunaan gadget. Disamping itu, pengaturan waktu—khususnya dalam hal mengerjakan tugas—harus bisa dilakukan dengan baik, agar tidak ada tugas yang menumpuk dan memiliki waktu untuk melakukan hal-hal yang lain. Aktivitas fisik juga tidak kalah penting, sebab berolahraga juga merupakan aktivitas yang positif dan bermanfaat.

5.2.1.2. Guru

Guru-guru sebaiknya memperhatikan jumlah tugas yang diberikan kepada siswa, dan lebih memberikan perhatian kepada para siswa agar siswa bisa lebih memahami materi dan dapat beradaptasi dengan pelajaran dengan baik.

5.2.1.3. Sekolah

Pihak sekolah sebaiknya mempertimbangkan mereka yang mengalami kesulitan dalam hal finansial, dan memberitahukan acara-acara yang akan di adakan beberapa minggu sebelum di adakan, agar siswa dan orang tua dapat mempersiapkan diri untuk mengikuti acara-acara sekolah dengan baik dan lancar.

5.2.1.4. Orang Tua Murid Lain

Untuk orang tua yang mengikuti grup WhatsApp kelas/Angkatan, sebaiknya lebih mau berinteraksi dengan orang tua siswa lainnya, lalu orang tua sebaiknya tidak memamerkan hal-hal yang dapat menyinggung orang tua lainnya di grup WhatsApp.

5.2.2. Bagi Peneliti Selanjutnya

5.2.2.1. Ada baiknya apabila metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *cluster sampling*. Hal ini dikarenakan *cluster sampling* memastikan bahwa jumlah sampel

yang diambil sebagai representasi untuk setiap kelompok/cluster sama banyak. Memang, butuh usaha yang lebih besar dibandingkan simple random sampling, namun metode ini akan memastikan bahwa semua kelompok/cluster sampel penelitian memiliki representasi yang sama besarnya.

5.3. Tinjauan Kritis

5.3.1. Kekurangan

5.3.1.1. Penelitian ini menggunakan metode simple random sampling dalam proses penentuan sampel penelitiannya. Hal ini menyebabkan ketidakseimbangan data pada kelompok kelompok yang ada (ayah dan ibu, kelompok usia dan jenjang pendidikan anak). Untuk penelitian selanjutnya, peneliti menyarankan untuk menggunakan cluster sampling karena dengan metode ini, jumlah sampel yang diambil dari setiap kelompok akan sama, dan menghasilkan kesimpulan yang lebih baik dan akurat.

5.3.1.2. Jumlah responden yang berada pada kelompok usia >60 tahun sangat kurang dan tidak representatif atau mewakili populasi yang ada. Hal ini dapat terjadi karena banyak orang tua >60 tahun yang tidak merespon, banyak orang tua >60 tahun yang memiliki keterbatasan

dalam pengisian survei, atau memang orang tua >60 tahun di SMP Kolese Kanisius tidak sebanyak yang kami harapkan.

5.3.1.3. Dari data yang diperoleh ini, belum diperoleh apa yang sebenarnya diinginkan oleh orang tua sebagai sebuah solusi konkret untuk mengatasi stres yang selama ini dialami. Untuk mengetahui hal ini, dibutuhkan penelitian lebih lanjut. Peneliti menyarankan untuk menggunakan penelitian kualitatif dengan metode wawancara untuk mendalami bidang ini, sebab dengan demikian, orang tua memiliki keleluasaan untuk menyampaikan apa yang menjadi keluh-kesah mereka dan apa yang dapat dilakukan sebagai sebuah solusi.

5.3.2. Kelebihan

5.3.2.1. Penelitian ini membandingkan indeks stres orang tua murid dengan berbagai faktor yang ada, seperti jenis kelamin dan peran dalam rumah tangga (ayah atau ibu), usia, dan jenjang pendidikan anak.

5.3.2.2. Populasi dan sampel dari penelitian ini bersifat homogen. Semuanya adalah orang tua murid SMP Kolese Kanisius pada tahun ajaran 2020/2021 yang mengalami PJJ dari sekolah dan tahun ajaran yang sama. Dengan demikian, hasil dari penelitian ini sangat baik

untuk dipertimbangkan dan dipelajari lebih lanjut oleh
SMP Kolese Kanisius.

DAFTAR PUSTAKA

- BPS. (2020). *Persentase Tenaga Kerja Formal Menurut Jenis Kelamin (Persen), 2018-2020*. Survei Angkatan Kerja Nasional (Sakernas).
<https://www.bps.go.id/indicator/6/1170/1/persentase-tenaga-kerja-formal-menurut-jenis-kelamin.html>
- Butler, G., King, M., Wright, A., France, R., Young, E., Bostock, J., Porter, M., Wheatley, D., Heaney, D., Wilson, A., & Howie, J. (1993). *Stress Management in General Practice*.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2560941/pdf/occpaper00115-0005.pdf>
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385–396.
<https://doi.org/https://doi.org/10.2307/2136404>
- Creswell, J. W. (2016). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran* (4th ed.). Pustaka Pelajar.
- Dwiputra, K. O. (2020). *Stres Saat Temani Anak Sekolah Online, Apakah Wajar?* Klikdokter. <https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/3642268/stres-saat-temani-anak-sekolah-online-apa-wajar>
- Goliszek, A. (2005). *:60 Second Manajemen Stres: Cara Tercepat untuk Rileks dan Menghilangkan Rasa Cemas*. Bhuana Ilmu Populer.
- KBBI. (2020a). *Intensitas*. Kamus Besar Bahasa Indonesia.
<https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/intensitas>
- KBBI. (2020b). *Pengaruh*. Kamus Besar Bahasa Indonesia.
<https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/pengaruh>
- Kozusznik, M. W., Rodríguez, I., & Peiró, J. M. (2015). Eustress and Distress Climates in Teams: Patterns and Outcomes. *International Journal of Stress Management*, 22(1), 1–23. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1037/a0038581>
- Kurniawan, F. A. (2018). *Hubungan Self-Efficacy dengan Stres Menghadapi Masa Pensiun* [Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya].
<http://repository.unTAG-SBY.ac.id/id/eprint/1407>
- Merriam-Webster. (2020). *Intensity*. Dictionary by Merriam-Webster.
<https://www.merriam-webster.com/dictionary/intensity>

- Michie, S. (2002). Causes and Management of Stress at Work. *Occupational Environmental Medicine*, 59, 67–72.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1136/oem.59.1.67>
- Musick, K., Meier, A., & Flood, S. (2016). How Parents Fare: Mothers' and Fathers' Subjective Well-Being in Time with Children. *American Sociological Review*, 81(5), 1069–1095.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0003122416663917>
- Nelson, D., & Cooper, C. L. (2007). *Positive Organizational Behaviour*. Sage Publications Ltd.
- Oswald, A. J., & Blanchflower, D. G. (2008). Is well-being U-shaped over the life cycle? *Social Science & Medicine*, 66(8), 1733–1749.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2008.01.030>.
- Si, Y., Ma, J. L. C., & Zhang, J. (2020). Factors influencing parenting stress among Chinese families of children with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Children and Youth Services Review*, 116.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105148>
- Simonson, M., Smaldino, S., Albright, M., & Svacek, S. (2000). *Teaching and Learning at a Distance: Foundations of Distance Education* (4th ed.). Pearson Education.
https://www.academia.edu/2122481/Teaching_and_learning_at_a_distance
- Stokkebekk, J., Iversen, A. C., Hollekim, R., & Ness, O. (2019). “Keeping balance”, “Keeping distance” and “Keeping on with life”: Child positions in divorced families with prolonged conflicts. *Children and Youth Services Review*, 102, 108–119.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.04.021>.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Manajemen: Pendekatan: 1. Kuantitatif; 2. Kualitatif; 3. Kombinasi (Mixed Methods); 4. Penelitian Tindakan (Action Research); 5. Penelitian Evaluasi*. Alfabeta.
- Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Coronavirus Disease (Covid-19)*. (2020). Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
<https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendikbud-pelaksanaan-kebijakan-pendidikan-dalam-masa-darurat-penyebaran-covid19>

- Susilowati, E., & Azzasyofia, M. (2020). The Parents Stress Level in Facing Children Study From Home in the Early of Covid-19 Pandemic in Indonesia. *International Journal of Science and Society*, 2(3), 1–12.
https://www.researchgate.net/publication/342736950_The_Parents_Stress_Level_in_Facing_Children_Study_From_Home_in_the_Early_of_Covid-19_Pandemic_in_Indonesia
- UN. (1948). *Universal Declaration of Human Rights*. United Nations.
<https://www.un.org/en/universal-declaration-human-rights/>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2014 Tentang Perubahan Atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak.* (2014). Presiden Republik Indonesia.
- WHO. (2020). *COVID-19 disrupting mental health services in most countries, WHO survey*. World Health Organization.
<https://www.who.int/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>

LAMPIRAN

Lampiran 1

Survei Pendahuluan

Survei Pendahuluan: Pekerjaan Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021

Untuk menjaga kerahasiaan data, kami tidak akan meminta identitas dan tidak akan mengumpulkan email responden yang bersangkutan. Namun, tolong dipastikan bahwa:

- Responden adalah Kanisian SMP angkatan CC'21, CC'22 atau CC'23.
- Responden mengisi survei ini hanya satu kali.

* Required

Pekerjaan Orang Tua (Sebelum pandemi)		
1.	Ayah * SEBELUM PANDEMI <i>Mark only one option.</i>	
	<input type="radio"/>	Tidak bekerja
	<input type="radio"/>	Bekerja di rumah
	<input type="radio"/>	Bekerja di luar

	<input type="radio"/>	Bekerja bergantian (antara dalam atau luar rumah)
2.	<input type="radio"/>	Ibu * SEBELUM PANDEMI <i>Mark only one option.</i>
	<input type="radio"/>	Tidak bekerja
	<input type="radio"/>	Bekerja di rumah
	<input type="radio"/>	Bekerja di luar
	<input type="radio"/>	Bekerja bergantian (antara dalam atau luar rumah)

Pekerjaan Orang Tua (Di masa pandemi)		
1.	<input type="radio"/>	Ayah * DI MASA PANDEMI <i>Mark only one option.</i>
	<input type="radio"/>	Tidak bekerja
	<input type="radio"/>	Bekerja di rumah
	<input type="radio"/>	Bekerja di luar
	<input type="radio"/>	Bekerja bergantian (antara dalam atau luar rumah)
2.	<input type="radio"/>	Ibu * DI MASA PANDEMI <i>Mark only one option.</i>
	<input type="radio"/>	Tidak bekerja
	<input type="radio"/>	Bekerja di rumah
	<input type="radio"/>	Bekerja di luar
	<input type="radio"/>	Bekerja bergantian (antara dalam atau luar rumah)

Lampiran 2

Hasil Survei Pendahuluan

Sebelum pandemi COVID-19:

Ayah

64 responses



Ibu

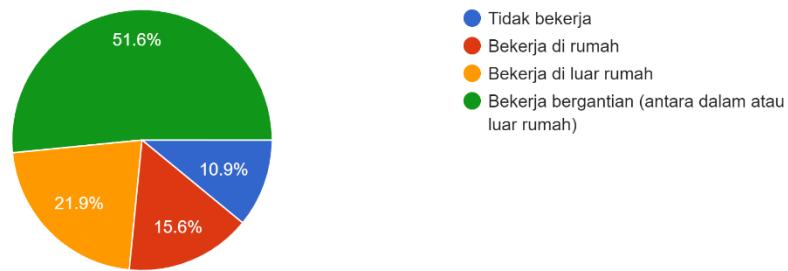
64 responses



Di masa pandemi COVID-19:

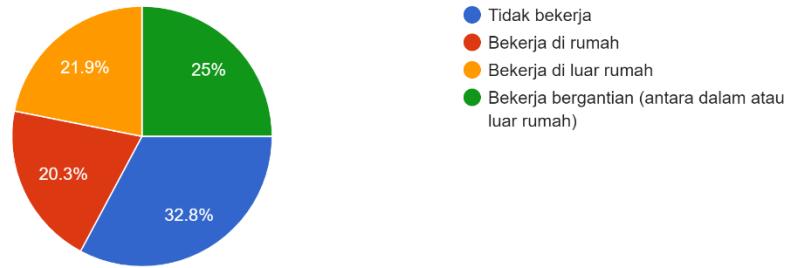
Ayah

64 responses



Ibu

64 responses



Lampiran 3

Survei Penelitian

Survei Penelitian: Studi Stres Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021

Pengaruh Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Intensitas Stres Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021.

* Required

Dari Peneliti

Orang Tua Kanisian yang kami hormati,

Sebagai salah satu syarat kelulusan, kami akan menulis sebuah Research Paper mengenai Pengaruh Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Intensitas Stres Orang Tua Murid SMP Kolese Kanisius Tahun Ajaran 2020/2021. Mengingat orang tua adalah satu-satunya sumber data penelitian kami, partisipasi Orang Tua Kanisian dalam mengisi Survei Penelitian terkait Research Paper yang akan kami tulis sangat diharapkan.

Tentang Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan eksplorasi atas pengaruh yang dibawa penerapan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ), perbedaan kelompok usia orang tua, jenis kelamin dan peran dalam rumah tangga (ayah atau ibu) dan jenjang pendidikan anak pada stres orang tua murid SMP Kolese Kanisius Jakarta Tahun Ajaran 2020/2021.

Kerahasiaan dari data yang dimasukkan orang tua murid SMP Kolese Kanisius Jakarta Tahun Ajaran 2020/2021 akan dijaga peneliti sebaik mungkin. Untuk mengetahui lebih lanjut mengenai alasan kami menanyakan pertanyaan-pertanyaan berikut, responden dapat mengakses <https://sites.google.com/smp.kanisius.edu/rpxh21/home>

Persetujuan

Dengan mengisi survei ini, anda mengerti bahwa:

1. Anda adalah orang tua dari seorang murid SMP Kolese Kanisius pada Tahun Ajaran 2020/2021.
2. Partisipasi anda sepenuhnya sukarela, tanpa ada paksaan dari pihak manapun.
3. Tidak ada identitas yang diminta di dalam survei ini, sehingga tidak ada pihak manapun yang dapat mengidentifikasi anda dalam segala bentuk lampiran data penelitian.

4. Survei yang hendak anda isi adalah untuk kebutuhan penelitian ilmiah, maka integritas dan kejujuran adalah elemen penting untuk menjamin hasil penelitian yang kredibel.

Dengan menekan tombol "Next", saya menyatakan diri bersedia, telah mengerti segala ketentuan pada bagian "Persetujuan" di atas dan akan mengisi survei ini dengan sejujur-jujurnya.

Identitas

Pertanyaan-pertanyaan berikut bertujuan untuk melakukan diferensiasi atas rentang usia, jenis kelamin dan peran dalam keluarga (ayah atau ibu) dan jenjang pendidikan anak. Mohon menjawab pertanyaan dengan jujur, sesuai dengan kenyataan yang berlaku di masa pandemi ini. Jawablah pertanyaan secara cepat, tanpa terlalu banyak berpikir.

Identitas Orang Tua		
1.	Rentang Usia *	
	<input type="radio"/>	<30
	<input type="radio"/>	31-40
	<input type="radio"/>	41-50

	<input type="radio"/>	51-60
	<input type="radio"/>	>60
2.	Status Pekerjaan * Mohon diisi sesuai status pekerjaan di masa pandemi COVID-19. <i>Mark only one option.</i>	
	<input type="radio"/>	Tidak bekerja
	<input type="radio"/>	Bekerja di rumah
	<input type="radio"/>	Bekerja di luar
	<input type="radio"/>	Bekerja bergantian (antara dalam atau luar rumah)
3.	Jenis Kelamin * <i>Mark only one option.</i>	
	<input type="radio"/>	Pria (Ayah)
	<input type="radio"/>	Wanita (Ibu)

Identitas Anak		
1.	Kelas * Mohon diisi sesuai kelas anak anda. <i>Mark only one option.</i>	
	<input type="radio"/>	Kelas VII
	<input type="radio"/>	Kelas VIII
	<input type="radio"/>	Kelas IX

Asesmen Stres

Pertanyaan-pertanyaan berikut bertujuan untuk mengidentifikasi adanya stres orang tua. Mohon menjawab pertanyaan dengan jujur, sesuai dengan kenyataan yang berlaku di masa pandemi ini. Jawablah pertanyaan secara cepat, tanpa terlalu banyak berpikir.

Keterangan:

1 — Sangat Jarang

2 — Jarang

3 — Pernah

4 — Sering

5 — Sangat Sering

No.	Pertanyaan	Frekuensi				
		0	1	2	3	4
1	Di masa pandemi ini, selama Pembelajaran Jarak Jauh diterapkan, seberapa sering anda merasa kesal karena sesuatu yang terjadi secara tidak terduga? <i>Mark only one option.</i>					
2	Di masa pandemi ini, selama Pembelajaran Jarak Jauh diterapkan, seberapa sering anda merasa tidak mampu mengontrol hal-hal penting dalam hidup anda? <i>Mark only one option.</i>					
3	Di masa pandemi ini, selama Pembelajaran Jarak Jauh diterapkan, seberapa sering anda merasa gugup dan "stres"? <i>Mark only one option.</i>					

4	Di masa pandemi ini, selama Pembelajaran Jarak Jauh diterapkan, seberapa sering anda merasa percaya diri akan kemampuan anda untuk menangani masalah pribadi anda? <i>Mark only one option.</i>				
5	Di masa pandemi ini, selama Pembelajaran Jarak Jauh diterapkan, seberapa sering anda merasa bahwa segala sesuatu berjalan lancar sesuai keinginan anda? <i>Mark only one option.</i>				
6	Di masa pandemi ini, selama Pembelajaran Jarak Jauh diterapkan, seberapa sering anda merasa bahwa anda tidak mampu untuk menghadapi segala sesuatu yang harus anda lakukan? <i>Mark only one option.</i>				
7	Di masa pandemi ini, selama Pembelajaran Jarak Jauh diterapkan, seberapa sering anda merasa bahwa anda mampu mengendalikan iritasi dalam hidup anda? <i>Mark only one option.</i>				
8	Di masa pandemi ini, selama Pembelajaran Jarak Jauh diterapkan, seberapa sering anda merasa bahwa anda berada di dalam titik puncak hidup anda? <i>Mark only one option.</i>				
9	Di masa pandemi ini, selama Pembelajaran Jarak Jauh diterapkan, seberapa sering anda marah/meluapkan emosi karena hal-hal yang berada di luar kendali anda? <i>Mark only one option.</i>				
10	Di masa pandemi ini, selama Pembelajaran Jarak Jauh diterapkan, seberapa sering anda merasa bahwa begitu banyak tantangan menumpuk sehingga anda tidak mampu mengatasinya? <i>Mark only one option.</i>				

Identifikasi Faktor

Pertanyaan-pertanyaan berikut bertujuan untuk mengidentifikasi faktor penyebab stres orang tua. Mohon menjawab pertanyaan dengan jujur, sesuai dengan

kenyataan yang berlaku di masa pandemi ini. Jawablah pertanyaan secara cepat, tanpa terlalu banyak berpikir.

Keterangan:

1 — Sangat Jarang Dibicarakan/Dipikirkan

2 — Jarang Dibicarakan/Dipikirkan

3 — Pernah Dibicarakan/Dipikirkan

4 — Sering Dibicarakan/Dipikirkan

5 — Sangat Sering Dibicarakan/Dipikirkan

Anak

Di bawah ini adalah beberapa topik terkait anak yang menurut kami mendapat perhatian besar dari orang tua di masa pandemi ini. Mohon menjawab sesuai seringnya topik tersebut dibicarakan/dipikirkan.

No.	Pertanyaan	Frekuensi				
		0	1	2	3	4
1	Apakah anak saya sudah mampu beradaptasi dengan sekolah yang baru? <i>Mark only one option.</i>					
2	Apakah anak saya mampu memenuhi standar kemampuan akademis sesuai ekspektasi sekolah? <i>Mark only one option.</i>					
3	Apakah anak saya masuk ke dalam pergaulan yang sehat? <i>Mark only one option.</i>					

4	Apakah anak saya sehat secara fisik dan mental? <i>Mark only one option.</i>				
5	Apakah anak saya cukup mandiri, proaktif dan perhatian terhadap segala urusan sekolahnya? <i>Mark only one option.</i>				
6	Apakah anak saya menjadi terobsesi/kecanduan gadget? <i>Mark only one option.</i>				
7	Apakah anak saya kekurangan aktivitas fisik? <i>Mark only one option.</i>				
8	Apakah anak saya siap untuk menghadapi segala proses tahap akhir untuk kelulusan? <i>Mark only one option.</i>				

Guru

Di bawah ini adalah beberapa topik terkait guru yang menurut kami mendapat perhatian besar dari orang tua di masa pandemi ini. Mohon menjawab sesuai seringnya topik tersebut dibicarakan/dipikirkan.

No.	Pertanyaan	Frekuensi				
		0	1	2	3	4
1	Apakah guru-guru cukup kreatif dalam menyampaikan materi, sehingga anak tidak bosan dan mudah memahami materi pembelajaran? <i>Mark only one option.</i>					
2	Apakah pesan moral, pelajaran tentang kehidupan masih bisa disampaikan guru melalui pembelajaran online? <i>Mark only one option.</i>					
3	Apakah guru-guru mampu mengawasi gerak-gerik anak secara online? <i>Mark only one option.</i>					
4	Apakah guru masih mampu mengamati perilaku sehari-hari guna mengembangkan moral anak? <i>Mark only one option.</i>					

5	Apakah pembelajaran online menghalangi guru-guru untuk memiliki hubungan yang erat dengan anak? <i>Mark only one option.</i>					
---	---	--	--	--	--	--

Sekolah

Di bawah ini adalah beberapa topik terkait sekolah yang menurut kami mendapat perhatian besar dari orang tua di masa pandemi ini. Mohon menjawab sesuai seringnya topik tersebut dibicarakan/dipikirkan.

No.	Pertanyaan	Frekuensi				
		0	1	2	3	4
1	Apakah sekolah mampu menyediakan sarana pembelajaran online yang memadai dan mudah bagi semua pihak? <i>Mark only one option.</i>					
2	Apakah sekolah membekali guru-guru untuk mengajar dengan metode yang baru (pembelajaran online)? <i>Mark only one option.</i>					
3	Apakah sekolah tetap bisa menjalankan ekskul dengan baik dan efektif? <i>Mark only one option.</i>					
4	Apakah sekolah menyediakan informasi secara detil dan jauh-jauh hari sehingga mempermudah preparasi? <i>Mark only one option.</i>					
5	Apakah sekolah sudah memiliki keputusan terkait pembelajaran tatap muka? <i>Mark only one option.</i>					
6	Apakah anak saya tersentuh adat kebiasaan kanisian? <i>Mark only one option.</i>					
7	Apakah anak saya tetap memiliki kesempatan untuk mendapatkan pengalaman berharga sebagai anggota Keluarga Besar SMP Kolese Kanisius? (Panitia POR CC, Compassion Week, Live In, dll.). <i>Mark only one option.</i>					

8	Apakah waktu dimana acara sekolah dilaksanakan sesuai harapan saya? (Tidak mengganggu rutinitas keluarga, kegiatan anak, dll.). <i>Mark only one option.</i>					
---	---	--	--	--	--	--

Orang Tua Murid Lain

Di bawah ini adalah beberapa topik terkait orang tua murid lain yang menurut kami mendapat perhatian besar dari orang tua di masa pandemi ini. Mohon menjawab sesuai seringnya topik tersebut dibicarakan/dipikirkan.

No.	Pertanyaan	Frekuensi				
		0	1	2	3	4
1	Apakah saya diperlakukan orang tua murid lain secara semena-mena/merasa dirinya paling benar? <i>Mark only one option.</i>					
2	Apakah ada orang tua murid lain yang menyudutkan saya dengan menyombongkan prestasi anaknya? <i>Mark only one option.</i>					
3	Apakah saya dikritik orang tua lain yang merasa bahwa metode parenting saya salah? <i>Mark only one option.</i>					

Internal Keluarga dan Pekerjaan

Di bawah ini adalah beberapa topik terkait keluarga dan pekerjaan yang menurut kami mendapat perhatian besar dari orang tua di masa pandemi ini. Mohon menjawab sesuai seringnya topik tersebut dibicarakan/dipikirkan.

No.	Pertanyaan	Frekuensi
-----	------------	-----------

		0	1	2	3	4
1	Apakah infrastruktur komunikasi (jaringan internet) memadai untuk bekerja dan belajar dari rumah? <i>Mark only one option.</i>					
2	Apakah device yang dimiliki cukup untuk mengakomodir kegiatan semua orang dalam rumah tangga? <i>Mark only one option.</i>					
3	Apakah kondisi ruang belajar anak nyaman dan kondusif? <i>Mark only one option.</i>					
4	Apakah rumah terhindar dari kebisingan dan suara-suara sehingga mendukung proses pembelajaran? <i>Mark only one option.</i>					
5	Apakah ada penurunan penghasilan orang tua? <i>Mark only one option.</i>					
6	Apakah ada konflik/ketegangan dalam keluarga (antar suami-istri, antar orang tua-anak, antar anak)? <i>Mark only one option.</i>					
7	Apakah keluarga hidup secara teratur? (jam tidur, pola makan, aktivitas fisik) <i>Mark only one option.</i>					
8	Apakah anggota keluarga/seluruh keluarga terinfeksi COVID-19? <i>Mark only one option.</i>					
9	Apakah ada kehilangan anggota keluarga di masa pandemi? <i>Mark only one option.</i>					

Identifikasi Faktor (Tambahkan)

No.	Pertanyaan
1.	Terkait anak anda, apakah ada hal-hal lain yang kiranya rentan menjadi beban pikiran (dapat menyebabkan stres)? Bila tidak ada, mohon mengisi dengan angka "0" _____ _____ _____ _____

2.	<p>Terkait guru anak anda, apakah ada hal-hal lain yang kiranya rentan menjadi beban pikiran (dapat menyebabkan stres)? Bila tidak ada, mohon mengisi dengan angka “0”</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
3.	<p>Terkait sekolah anak anda, apakah ada hal-hal lain yang kiranya rentan menjadi beban pikiran (dapat menyebabkan stres)? Bila tidak ada, mohon mengisi dengan angka “0”</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
4.	<p>Terkait orang tua murid lain yang berada di komunitas sekolah anak anda, apakah ada hal-hal lain yang kiranya rentan menjadi beban pikiran (dapat menyebabkan stres)? Bila tidak ada, mohon mengisi dengan angka “0”</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
5.	<p>Terkait keluarga anda, apakah ada hal-hal lain yang kiranya rentan menjadi beban pikiran (dapat menyebabkan stres)? Bila tidak ada, mohon mengisi dengan angka “0”</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

