

## PENDAMPINGAN PSIKOLOGIS ORANG TUA PADA ANAK USIA SEKOLAH SELAMA PEMBELAJARAN DARING

Gardha Rias Arsy<sup>1</sup>, Anita Dyah Listyarini<sup>2</sup>, Sri Nyumirah<sup>3</sup>

<sup>1-2</sup>STIKES Cendekia Utama Kudus

<sup>3</sup>AKPER Pasar Rebo Jakarta

Email: [gardarias051@gmail.com](mailto:gardarias051@gmail.com)

### ABSTRAK

Seorang anak tidak hanya membutuhkan pemenuhan fasilitas saja, melainkan adanya perhatian dan pendampingan baik fisik maupun psikologis dari orang tua. Semenjak diberlakukannya pembelajaran daring dirumah selama masa pandemi menjadikan anak membutuhkan pendampingan ekstra oleh orang tua. Hal tersebut menjadi tantangan baru orang tua dalam memberikan pengasuhan dan pendidikan anak dirumah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi apa saja yang sudah diberikan orang tua selama mendampingi anak selama pembelajaran daring. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif, metode pengumpulan data melalui *in-depth interview*, observasi dan dokumentasi. Dalam penelitian ini terdapat 10 partisipan. Selama berlangsungnya penelitian di dapatkan hasil penelitian yaitu (1) Anak membutuhkan pendampingan orang tua. Orang tua harus bisa meluangkan waktu untuk mendampingi anak menyelesaikan tugas-tugas sekolahnya. (2) Anak yang mengalami kecemasan dan insomnia. Selain bosan dan bermalas-malasan, terdapat permasalahan psikologis lainnya yang dialami anak. Seperti halnya cemas, insomnia, respon stress yang berlebihan. Banyaknya tugas yang menumpuk, kurangnya pendampingan orang tua akibat tuntutan ekonomi dimana orang tua juga harus bekerja. (3) Menciptakan suasana nyaman agar anak fokus mengikuti daring. Suasana dan lingkungan yang nyaman dapat meningkatkan mood belajar anak. Penelitian ini bertujuan untuk menggali mengenai pengalaman orang tua saat mendampingi anak usia sekolah selama pembelajaran daring.

**Kata Kunci:** Parenting, Anak Usia Sekolah, Daring

### ABSTRACT

*A child does not only need the fulfillment of facilities, but also cares for and psychological assistance from parents.. Since the implementation of bold learning at home during the pandemic period, children need assistance from their parents. This is a new challenge for parents in providing care and education for their children at home. This study aims to see what contributions parents have given while accompanying children during courageous learning. The research method uses a qualitative approach, data research methods through in-depth interviews, observation and documentation. During the course of the research, the results of the research are (1) Children need parental assistance. Parents must be able to take the time to assist children in completing school assignments. (2) Children experiencing crisis and insomnia. Apart from being bored and lazy, there are other psychological problems that serve children. Like anxiety, insomnia, excessive stress response. Many of the tasks are piling up, or parental assistance is carrying out economic orders where parents also have to work. (3) Creating a comfortable atmosphere so that the children will focus on following the bravely. A comfortable atmosphere and environment can improve children's learning mood.*

**Keywords:** Parenting Implementation , primary school children, Daring (e-learning)

## LATAR BELAKANG

Saat ini seluruh dunia sedang mengalami dampak yang luar biasa dengan adanya virus corona atau yang sekarang kita sebut dengan Covid 19 (*Coronavirus Disease*). Virus ini pertama kali tersebar dan menjangkit masyarakat pada bulan desember 2019 yang dimulai dari dataran China (Lee, 2020). Saat ini, virus corona tersebut sudah menyebar keseluruh penjuru dunia dengan sangat cepat. *World Healt Organization* menetapkan tanggal 11 Maret 2020 bahwa adanya virus corona ini sebagai pandemi Covid 19. Sudah dilaporkan bahwa terdapat 693.224 kasus covid 19 dan yang disertai laporan kematian pasien Covid 19 sebanyak 333. 106 jiwa di seluruh dunia (WHO, 2020).

Pada awal bulan Februari 2020 di Indonesia ditemukan kasus pasien Covid sebanyak 1.223.930 kasus dengan angka kejadian meninggal sebesar 33.367 jiwa (Satgas Covid 19). Sesuai laporan Satgas Covid Provinsi Jawa Tengah yang terbaru, terkonfirmasi terdapat 141.000 kasus pasien Covid 19 dengan angka kematian 5.924 Jiwa (WHO, 2021). Saat ini kabupaten Kudus menjadi peringkat ke 2 kasus Covid 19 sebanyak 5215 pasien terkonfirmasi positif, dan dilaporkan 478 yang meninggal dunia. Adanya pandemi Covid 19 ini memberikan dampak yang luar biasa di segala aspek kehidupan masyarakat. Seperti halnya berimbas kepada pendidikan dan pelayanan (Satgas COVID-19, 2021).

Pada bidang pendidikan sudah hampir satu tahun melaksanakan kegiatan pembelajaran *daring*, semua dianjurkan untuk belajar dirumah. Kegiatan pembelajaran daring ini memiliki dampak yang positif maupun negatif, dampak yang dirasakan oleh anak- anak usia Sekolah Dasar dengan adanya sistem pembelajaran daring yaitu mereka sudah mulai jenuh dengan sitem pembelajaran *daring* (Suhandi, dkk, 2020). Kelebihan yang dirasakan saat pelaksanaan pembelajaran *daring* yaitu membuat kegiatan belajar mengajar menjadi dapat dijangkau dari berbagai waktu dan tempat (Shukla, et.al. 2020). Penggunaan media *daring* juga memungkinkan siswa untuk mendapatkan informasi yang lebih luas melalui fasilitas internet (Morgan, 2020). Pemanfaatan teknologi ini dianggap sangat membantu dalam melangsungkan pembelajaran selama pembatasan sosial di masa pandemi covid-19 (Prianto, 2020).

Terdapat banyak permasalahan psikososial yang dialami anak usia sekolah. Adanya tekanan dari tugas sekolah dan ditambah tuntutan dari orang tua yang menginginkan anaknya cepat faham tanpa adanya pendampingan dari mereka. hal tersebut menyebabkan banyak anak-anak yang menjadi stres, terkadang menangis diam-diam dan murung. Fenomena yang ada banyak orang tua yang tidak sabar dalam mendampingi buah hatinya untuk belajar dan saat pelaksanaan sekolah *daring* karena tidak semua orang tua memiliki waktu luang dan dasar pendidikan atau cara mendidik yang baik (Kandedes, 2020). Bahkan terdapat pula berita fenomena ibu melakukan kekerasan terhadap anak kandungnya sendiri yang akibat perasaan jengkel karena sang anak tidak mampu menguasai pembelajaran online dan di anggap bodoh (Kandedes, 2020).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi interpretasi. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Daerah. Dr. Loekmonohadi, Kudus, dari Oktober - November 2020. Partisipan dalam penelitian ini adalah para orang tua siswa SD N 04 Gondoharum Kudus. Peneliti mengambil data dan informasi tentang peserta dengan mengunjungi sd n 04 Gondoharum Kudus terlebih dahulu. Hingga mendapatkan alamat para siswa. Setelah mendapatkan informasi studi pendahuluan kepada guru dan orang tua siswa

dilanjutkan berkunjung secara *door to door* ke rumah orang tua siswa yang mengalami gangguan psikososial (cemas, insomnia, mudah rewel, dan susah fokus) (Cresswell, 2014).

Pemilihan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria yang diterapkan oleh peneliti. Kriteria tersebut terdiri dari:

1. Orang tua murid SD N 04 Gondogarum Kudus
2. Anak mengalami permasalahan psikososial
3. Orang Indonesia
4. Secara sukarela bersedia menjadi peserta
5. Bersedia diwawancara selama proses penelitian.

Prosedur pengumpulan data merupakan metode yang digunakan peneliti dalam proses pengumpulan data penelitian (Anggraeni, 2010). Prosedur ini dilakukan dengan menggunakan teknik wawancara mendalam dengan menggunakan pedoman pertanyaan semi terstruktur, catatan lapangan dengan tujuan untuk melihat respon non verbal peserta dan situasi selama proses wawancara (Moleong, 2012).

Analisis data bertujuan untuk dapat memahami suatu peristiwa dari sudut pandang pesertanya. Pengertian dalam keadaan ini memiliki dua arti, yaitu pengertian tafsir dalam empati dan pengenal, serta pengertian kedua yaitu pengertian dalam proses penafsiran. Analisis Fenomenologi Interpretatif menekankan pada bentuk makna baik bagi peneliti maupun partisipan sehingga pemikiran mereka dapat digunakan sebagai pusat analisis (Polit & Beck, 2014).

Proses analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan secara terus menerus dan interaktif hingga selesai, dan mencapai data yang jenuh. Penelitian kualitatif ini menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Tahapan implementasi dalam Analisis Fenomenologi Interpretatif meliputi: 1) *Reading and re-reading*; 2) *Initial noting*; 3) *Developing Emergent themes*; 4) *Searching for connections across emergent themes*; 5) *Moving the next cases*; 6) *Looking for patterns across cases*; 7) *Taking Interpretations to deeper levels* (Smith et al., 2009).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Tema utama yang ditemukan dalam penelitian ini yaitu Pentingnya pendampingan orang tua terhadap anak yang mengalami gangguan psikososial selama mengikuti pembelajaran *daring*. Tema ini terdiri dari tiga sub tema : Berusaha mendampingi anak pembelajaran *daring*, Memberikan edukasi pada anak yang mengalami kecemasan dan insomnia, Menciptakan suasana nyaman agar anak fokus mengikuti *daring*. Berikut penjelasan dari sub-tema tersebut:

### **Anak Membutuhkan Pendampingan Orang Tua Selama “Daring”**

Tema ini merupakan sub tema dari tema besar yaitu pendampingan orang tua pada anak yang mengalami permasalahan psikososial selama menjalani pembelajaran *daring*.

*Mbaakkk...mbak... saya itu yang kerjaan banyak, tapi gimana-gimana tetep saya damping saat ngerjain tugas. (p3)*

*...anak saya kalau tidak ditunggu saat belajar, pasti malah maen game. Besok paginya baru dia bingung sama tugas sekolah. Gitu terus mbak....(p7)*

*Tugas sekolah anak saya banyak mbak, kalau ndak saya dampingi pasti kebingungan... (p6)*

Pernyataan tersebut menunjukkan dimana anak tetap membutuhkan pendampingan orang tua selama mengerjakan tugas dari pembelajaran *daring*.

### **Anak mengalami kecemasan dan insomnia**

Sub tema berikutnya yaitu Memberikan edukasi pada anak yang mengalami kecemasan dan insomnia.

*Dia kalau tugasnya numpuk sering susah tidur, nanti ujung-ujungnya nangis mbak (p2)*

*...anak saya cengeng mbak, sedikit-sedikit nangis kalau tugasnya susah terus gelisah ndak mau diem (p3)*

*...ini ni, anak-anak malah sekarang pada tidur malam, susah tidur, kadang-kadang nangis (p4)*

*Dia itu mbak, sekarang jadi susah tidur, hanya miring kanan, miring kiri ndak tidur-tidur. Nanti dipagi hari baru lah ngantuk, keteteran ikut sekolah daringnya (p5)*

Pernyataan tersebut menunjukkan dimana banyak anak yang mengalami permasalahan psikologis seperti halnya, kecemasan, stress, dan insomnia.

### **Menciptakan suasana nyaman agar anak fokus mengikuti “Daring”**

Merupakan sub tema dari tema besar yaitu menciptakan suasana nyaman agar anak fokus mengikuti *daring*.

*Saya berusaha membuat nyaman keadaan rumah, ..(p1)*

*...kalau dirumah baru rame orang, anak saya malah ndak mau belajar. Malah suka main-main sampai lupa tugas-tugasnya (p3)*

*Setelah ada peraturan baru itu mbak, saya bikin ruangan khusus anak untuk belajar dan sekolah daring ...(p7)*

Pernyataan diatas menunjukkan bahwa anak memerlukan suasana rumah dan lingkungan yang nyaman dan aman. Apabila rame orang, dapat dipastikan anak menjadi tidak fokus dalam belajar.

## **Pembahasan**

### **Anak Membutuhkan Pendampingan Orang Tua Selama “Daring”**

Terjadinya peristiwa *pandemic covid-19* yang menjadi permasalahan *global*. Keadaan *pandemic* yang berlangsung saat ini banyak menimbulkan permasalahan. Terdapat beberapa sektor yang terkena dampak dari keadaan tersebut diantaranya pada bidang kehatan, ekonomi dan pendidikan. Sejak adanya *pandemic covid 19* semua sekolah dirumah sistem pembelajarannya (Prianto, 2020). Anak-anak diminta untuk melakukan pembelajaran secara jarak jauh. Proses pelaksanaan pembelajaran jarak jauh dilakukan dengan memanfaatkan teknologi yang ada. Keadaan tersebut menuntut anak dan orang tua untuk dapat tetap mengikuti pembelajaran atau proses sekolah dengan jarak jauh itu sering disebut “*daring*”.

Namun dalam implementasinya pelaksanaan pendidikan secara “*daring*” tidak selalu berjalan dengan baik dan lancar. Kenyataannya, masih banyak keluhan dari guru mengenai kesulitan dalam mengoperasikan komputer, mengakses jaringan internet, internet tidak stabil, kesulitan mengkomunikasikan pesan ke orangtua, kesulitan menyusun perencanaan pembelajaran yang sederhana dan sesuai untuk diterapkan anak di rumah melalui orangtua, dan juga kesulitan guru dalam melakukan penilaian terhadap hasil belajar anak di rumah

(Trisnadewi, 2020). Di sisi lain, terdapat beberapa keluhan yang juga datang dari orangtua murid seperti halnya kesulitan mendampingi anak belajar karena belum paham caranya, tidak biasa menggunakan teknologi digital untuk pembelajaran anak, dan tidak memahami maksud pesan yang disampaikan oleh guru.

Selama pelaksanaan sekolah *daring* dari rumah, terasa betul bagaimana orang tua diuntut memiliki tanggung jawab baru selain mencari nafkah. Melainkan harus dapat membagi waktunya atau menyisihkan waktu untuk mendampingi anak belajar di rumah (Prianto, 2020). Keadaan tersebut menjadikan kesadaran mengenai pentingnya peran keluarga dalam mengasuh, mendidik dan merawat anak. Mempersiapkan diri dalam menjalani dan menghadapi segala permasalahan di masa *pandemic* saat ini. Adanya *pandemic* ini menjadikan kembalinya fungsi utama sebuah keluarga dan tugas pokok orang tua yaitu sebagai pusat pendidikan pertama dan yang utama untuk anak-anaknya (Ahmad, 2020).

Mengatur waktu dan mendampingi anak belajar di rumah bagi orang tua merupakan hal yang penting (Iriani, 2014). Sebagaimana diketahui bahwa sebegini besar anak-anak saat ini setiap harinya ada di rumah. Perlunya pemantauan ekstra dalam proses belajar anak selama mengikuti *daring* selama *pandemic* ini. Selain pemantauan dari orang tua, anak-anak juga membutuhkan fasilitas, serta pendampingan oleh orang tua atau wali mereka di rumah. Hal tersebut dipandang penting, karena di dalam belajar anak membutuhkan waktu yang tepat dan cukup untuk konsentrasi pada belajarnya. Untuk itu perlu adanya jadwal waktu belajar bagi anak yang didampingi orang tua demi mencapai keberhasilan yang optimal (Pebria, 2019).

Pemerintah juga telah menetapkan kebijakan tentang pembelajaran secara *daring*. Selama pelaksanaan *daring* sejauh ini menjadi tantangan bagi orang tua maupun anak. Orang tua dituntut siap dan sigap atas semua pertanyaan tugas sekolah anak dari semua mata pelajaran. Terdapat beberapa kendala yang dialami orang tua terkait proses pembelajaran *daring* dari rumah yaitu ketidaksiapan orang tua dalam memberikan pendampingan saat pembelajaran *daring*, sikap anak-anak yang mudah berubah-ubah suasana hatinya, malas mengerjakan tugas dan diam-diam main *game online*, dan keterbatasan anak saat mengakses dan mencari penjelasan mengenai tugas sekolah.

### **Anak mengalami kecemasan dan insomnia**

Penerapan kebijakan belajar di rumah membuat sebagian siswa merasa cemas dan tertekan. Banyaknya tugas yang diberikan oleh guru membuat banyak siswa merasa stress dalam menjalani pembelajaran *daring* (Chatherine, 2020). Tidak hanya banyak, tugas yang diberikan oleh guru juga dianggap memberatkan dan memiliki waktu pengerjaan yang sangat singkat sehingga membuat siswa kebingungan dalam menyelesaikan tugas-tugasnya (Lativa, 2017). Dengan banyaknya tugas yang diberikan siswa bisa menghabiskan waktu dari pagi hingga malam hari hanya untuk menyelesaikan berbagai tugas *daringnya*. Kondisi tersebut sebelumnya tidak terjadi ketika kegiatan belajar mengajar masih dilakukan di sekolah.

Pemahaman yang kurang terhadap materi serta waktu pengerjaan tugas yang singkat membuat siswa merasa tertekan. Kurangnya penguasaan materi membuat siswa kesulitan dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan (Chalim, 2018). Hal tersebut memunculkan kecemasan bagi siswa mengenai potensi penurunan nilai ujian hingga ketidaksiapannya dalam menghadapi tingkat berikutnya. Siswa khawatir apabila ketika pembelajaran sudah kembali normal mereka tidak bisa mempelajari materi baru dengan baik karena tidak paham dengan materi sebelumnya. Kondisi tersebut juga dikhawatirkan dapat mempengaruhi kemampuannya setelah lulus dari sekolah, baik itu melanjutkan perkuliahan maupun bekerja.

Tidak semua guru dan siswa siap dalam menghadapi perubahan sistem pembelajaran di masa pandemic ini (Morgan, 2020). Kondisi ini menuntut guru perlu terampil dalam menerapkan berbagai cara untuk melakukan pembelajaran daring dengan efektif (Kaufmann & Vallade, 2020). Guru yang tidak pernah menggunakan media daring harus berusaha lebih keras untuk menyesuaikan kemampuannya dengan tuntutan saat ini. Begitu pula siswa perlu lebih mandiri dalam mempelajari materi sehingga lebih mudah dalam mengikuti proses pembelajaran daring yang sedang berlangsung (Rusdiana & Nugroho, 2020).

Sebagai upaya mengatasi kecemasan yang dialami, siswa berusaha untuk belajar secara mandiri agar dapat memahami materi dengan baik. Tugas-tugas yang diberikan juga segera dikerjakan sesuai kemampuan agar tidak semakin menumpuk. Selain itu siswa juga melakukan diskusi dengan guru dan teman-temannya untuk mengerjakan tugas maupun mempelajari materi yang sulit. Kemandirian siswa memang berperan dalam terciptanya keberhasilan pembelajaran daring (Rusdiana & Nugroho, 2020). Komunikasi yang baik antara pengajar dengan siswa juga menjadi hal yang penting dalam mewujudkan pembelajaran daring yang efektif.

Menerima kenyataan yang ada menjadi pilihan solusimbagi siswa untuk mengurangi kecemasan dalam menjalani pembelajaran daring. Siswa berusaha menguatkan diri sendiri agar tetap semangat melakukan aktivitas belajar di rumah. Siswa juga berdoa kepada Tuhan agar diberi kekuatan dan kelancaran dalam menghadapi berbagai tantangan selama melakukan kegiatan belajar daring. Kemampuan spiritual seperti menerima kondisi yang ada dan mencari makna dari sebuah masalah dapat mengurangi stres yang dialami oleh seseorang. Berdoa atau ibadah dianggap mejadi salah satu usaha yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan permasalahan fisik maupun psikis yang dialami (Saifuddin, 2019).

Aktivitas lain dilakukan oleh siswa untuk menghilangkan tekanan dan kecemasan yang dirasakan. Aktivitas yang dilakukan antara lain mendengarkan musik, menonton televisi atau film, makan, minum kopi, dan olahraga. Beberapa siswa juga memilih untuk tidur agar merasa lebih tenang dan terhindar dari kecemasan yang berlebihan. Mendengarkan musik dianggap mampu membuat suasana menjadi lebih tenang dan tidak bosan untuk belajar (Izzah, dkk, 2020). Aktivitas menghindar seperti menonton televisi, bermain game, dan tidur memang mampu membuat siswa terhindar dari perasaan cemas. Namun apabila dilakukan secara terus menerus juga dapat menimbulkan masalah yang lebih serius karena penyebab dari kecemasan yang dialami justru tidak ditangani (Lee, 2020).

### **Menciptakan suasana nyaman agar anak fokus mengikuti daring**

Pembelajaran *daring* adalah sebuah metode pembelajaran baru yang terhubung langsung menggunakan jaringan internet. Pembelajaran *daring* memberikan kemudahan akses, waktu yang fleksibel serta koneksi yang tergantung dengan sinyal di daerah tersebut. Sinyal internet tidak sama setiap daerah. Masih banyak daerah-daerah yang mengalami susah sinyal (Darmalaksana, 2020). Penelitian yang telah dikakukan oleh Zhang et al., (2004) menunjukkan bahwa penggunaan fasilitas internet dan teknologi multimedia dapat memberikan metode baru mengenai cara penyampaian pengetahuan serta dapat dijadikan alternatif pembelajaran. Proses pelaksanaan dari pembelajaran *daring* yaitu mampu mempertemukan guru dan siswa dalam melaksanakan interaksi pembelajaran yang menggunakan bantuan internet (Kuntarto, E. (2017).

Pembelajaran secara *daring* telah menjadi tuntutan dunia pendidikan sejak beberapa tahun terakhir. Apalagi saat ini sedang mengalami pandemi covid 19 dimana jalan satu-satunya yang dapat dilakukan untuk berlangsungnya pembelajaran yaitu menggunakan metode *daring* (Pangondian, et. al., 2020). Perkembangan teknologi memberikan dampak besar dalam

lembaga pendidikan saat ini dimana dalam pelaksanaannya melakukan pembelajaran secara jarak jauh. Berbagai media yang dapat digunakan dalam pembelajaran secara *daring* seperti halnya layanan Google Classroom, Zoom, Edmodo, Schoology dan aplikasi pesan instan seperti WhatsApp. Pembelajaran secara *daring* bahkan dapat dilakukan melalui media social seperti Facebook, Youtube serta Instagram (Kumar & Nanda, 2019).

Saat pelaksanaan belajar *daring* dirumah, orang tua perlu menyediakan fasilitas elektronik seperti laptop atau smartpone. Selain fasilitas tersebut perlu dukungan lingkungan belajar yang baik, suasana yang nyaman serta jaringan internet yang memadai. Seperti yang disampaikan oleh Santosa & Nugroho, (2019) bahwa penggunaan teknologi informasi dan komunikasi saat pembelajaran *daring* memberikan dampak yang positif yaitu dapat diakses secara fleksibel tidak terikat ruan dan waktu. Terdapat pula pembelajaran *daring* yang menggunakan zoom meeting, ataupun google meet mendukung siswa dan guru untuk melakukan interaksi langsung secara virtual.

Terdapat terobosan baru dalam menciptakan pembelajaran *daring* yang menarik dan menyenangkan seperti yang dilakukan oleh Lestari, dkk (2021) yaitu menggunakan pembelajaran secara tematik. Pembelajaran tematik merupakan suatu proses pembelajaran yang dibuat dan dikemas ke dalam bentuk tema-tema menarik dan melibatkan beberapa pelajaran. Proses pembelajara tematik selama masa *daring* disajikan dalam satu media yang terpadu dengan tujuan untuk menarik perhatian siswa agar tidak bosan belajar. Dalam pelaksanaannya tidak menggunakan aplikasi khusus untuk membuat media agar dapat tampil menjadi sebuah ilusi yang menarik. Hanya terdapat gambar dan suara di dalam setiap tema-tema yang di sajikan. Pembelajaran secara tematik dapat membantu menarik perhatian siswa agar semangat dan tertarik saat belajar. Peran orang tua dalam mengawasi proses belajar anak dirumah pun sangat dibutuhkan. Maka dari itu komunikasi guru dan orang tua pun harus selalu berjalan selama kegiatan belajar mengajar (Astita, 2016).

Selain fasilitas-fasilitas tersebut, menciptakan suasana yang menyenangkan dan nyamanpun diperlukan. Hal tersebut tidak hanya menjadi tugas orang tua di rumah, melainkan harus adanya komunikasi yang baik antara orang tua dan guru pengajar. Perubahan suasana hati dan minat belajar anak yang terkadang tidak stabil membuat tantangan tersendiri bagi orang tua dan guru dalam memberikan pembelajaran secara *daring*. Apalagi saat ini anak-anak sudah mulai mengeluh lelah, kangen teman-teman dan banyak lagi faktor yang merusak semangat belajar dirumah.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Pembelajaran *daring* yang dilakukan selama masa pandemi covid-19 menimbulkan gangguan psikososial bagi anak seperti kecemasan, dan insomnia. Kecemasan tersebut muncul karena siswa kurang memahami materi, kesulitan mengerjakan tugas dengan baik sesuai batas waktu, memiliki keterbatasan dalam mengakses internet, menghadapi berbagai kendala teknis, dan merasa khawatir menghadapi materi di tingkat selanjutnya. Berbagai upaya dilakukan siswa untuk mengatasi kecemasan yang dialaminya. Akibat kecemasan yang berlebih mengakibatkan mereka susah tidur, teringat tugas yang menumpuk serta kurangnya pendampingan oleh orang tua. Pembelajaran *daring* menuntut siswa untuk dapat belajar secara mandiri, mengerjakan tugas semampunya, serta diskusi dengan teman dan guru agar mampu memahami materi dengan baik. Perlu adanya pendampingan dari orang tua saat anak melaksanakan sekolah *daring*. Memahami dan memeberikan solusi untuk kecemasan anak jauh

lebih baik dari pada hanya dapat menuntut mereka tanpa mempertimbangkan keadaan psikologis anak.

### Saran

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi salah satu referensi dalam menerapkan sistem pembelajaran secara *daring* yang menyenangkan dan tidak memberikan tekanan psikologis bagi siswa. Sehingga tercipta sistem pembelajaran *daring* yang lebih optimal. Untuk penelitian berikutnya dapat dilakukan dengan penggabungan antara kuantitatif dan kualitatif guna memperdalam gambaran kecemasan yang dialami oleh siswa selama pembelajaran *daring*. Efektivitas atau keberhasilan dari strategi siswa dalam mengatasi kecemasan juga dapat dikaji lebih lanjut untuk mendapatkan gambaran yang lebih menyeluruh.

### DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A. A. B., & Ambotang, A. S. B. (2020). Pengaruh kecerdasan emosi , kecerdasan spiritual dan persekitaran keluarga terhadap stres akademik murid sekolah menengah. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(5), 12–23.
- Anggraeni, Mekar Dewi dan Saryono. (2010). Metodologi Penelitian Kualitatif dalam bidang kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Anwar, S. (2017). Hubungan Pola Asuh Orang tua dengan Motivasi Belajar Anak (grand teori). *Indragiri*, 1(2), 58–65.
- Astita, Wida. 2016. Peran Orang Tua Dalam Mendidik Akhlak Anak Di Desa Bangun Jaya Kecamatan Sungkai Utara Lampung Utara. Lampung Jurusan Pendidikan Agama Islam IAIN Raden Intan
- Chalim, Saifuddin dkk. (2018). Peran Orang tua dan Guru dalam Membangun Internet sebagai Sumber Pembelajaran (*The Role of Parents and Teachers in Building the Internet as a Source of Learning*). *Jurnal Penyuluhan*, 14(1).
- Creswell, 2014. *Risearch Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Gadjah Mada University.
- Gusti, S., dkk. (2020). Belajar mandiri: Pembelajaran daring di tengah pademi covid-19. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Iriani, D. (2014). *Kesalahan dalam Mendidik Anak*. Jakarta: Gramedia
- Kaufmann, R., & Vallade, J. I. (2020). Exploring connections in the online learning environment : student perceptions of rapport, climate , and loneliness. *Interactive Learning Environments*, 1–15.
- Latifa, U. (2017). Aspek Perkembangan pada Anak Sekolah Dasar : Masalah dan Perkembangannya. *Journal of Multidisciplinary Studies*, 1(2), 185–196.
- Lee S.A. (2020). *Coronavirus Anxiety Scale: A brief mental health screener for Covid-19 related anxiety*. *Death Studies*, 44 (7), 393-401
- Lestari, Rizkia Dwi, dkk. (2021). Cara Menciptakan Gaya Belajar Yang Efektif Kepada Siswa SD Selama Daring. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*. Vol. 1 No. 2 (2021).
- Moleong, Lexy J. (2012). Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Morgan, H. (2020). *Best Practices for Implementing Remote Learning during a Pandemic. The Clearing House: A Journal of Educational Strategies, Issues and Ideas*, 93 (3), 134–140.
- Mutiah, D. (2012). Psikologi Bermain Anak Usia Sekolah. Jakarta: Kencana.
- Pebria, A. (2019). *How Maximizingchild Potential*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Polit & Beck. (2012). *Resource Manual for Nursing Research. Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice*. Ninth Edition. USA: Lippincott.

- Prianto, C. (2020). Pembelajaran Bermakna di Tengah Covid-19. Surabaya: Yayasan Kita Menulis.
- Rusdiana, E., & Nugroho, A. (2020). Respon pada Pembelajaran Daring bagi Mahasiswa Mata Kuliah Pengantar Hukum Indonesia. 31(1), 1–12.
- Shukla, T., et.al. (2020). *Factors extraction of effective teaching learning in online and conventional classrooms. International Journal of Information and Education Technology*, 10(6), 422–427.
- Smith, J.A., et al. (2009). *Interperetative Phenomenological analysis-theory, method, and research*. London, UK: Sage Publications.
- Tim Kemenristekdikti. 2017. Buku Panduan Pengisian Survei Pembelajaran dalam Jaringan. Jakarta.
- Trainingsih. (2018). Praktik Mendidik Anak Usia Sekolah Dasar. *Journal Al Ibtida* 3 (2): 197–211.
- Trisnadewi, K., dan Muliani, N. M. (2020). Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. Yayasan Kita Menulis.
- World Health Organization. *Laboratory testing for coronavirus disease 2019 (COVID-19) in suspected human cases*. Geneva: World Health Organization
- World Health Organization. *Infection prevention and control during health care when novel coronavirus (nCoV) infection is suspected*. Geneva: World Health Organization; 2020