



Article

Gambaran Kecemasan Orang Tua dalam Proses Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19

Citra Ayu Kumala Sari¹, Ali Syahidin Mubarok², Umarok Fatul Isa³,
Safitri Dwi Rinjani⁴, & Ma'ri Fatunnafisah⁵
¹²³⁴⁵Institut Agama Islam Negeri Tulungagung, Indonesia

Article Info

Article History:

Received: 04 03, 2021

Revised: 23 06, 2021

Accepted: 15 07, 2021

Keywords:

Anxiety;
Distance Learning;
Covid-19 Pandemic;
Learning Process;
Learning Outcomes

ABSTRACT

Distance learning is a step taken by education providers as an alternative so that the teaching and learning process continues. This alternative in its implementation encountered various kinds of obstacles, one of which was the unpreparedness of parents to accompany their children to study. This incident has an impact on the emergence of a variety of parental anxiety, especially for housewives when their children carry out distance learning. This research is descriptive qualitative research with a case study approach. The subjects of this study were three women who had children of primary school age with an age range of 30-40 years. The data collection uses observation and interviews. Data analysis used thematic analysis with Theory Driven approach. The findings of this study are the anxiety of parents who are not ready to accompany the child's learning process, the level of concentration decreases when the child learns, the learning outcomes and achievement of children's understanding of the material that is less than optimal, and the enthusiasm of children in learning which tends to decrease. This research is expected to be one way to evaluate distance learning that is carried out during the pandemic.

Informasi Artikel


Kata Kunci:

Kecemasan;
Pembelajaran Jarak
Jauh;
Pandemi Covid-19;
Proses Belajar;
Hasil Belajar

ABSTRAK

Pembelajaran jarak jauh merupakan langkah yang diambil oleh penyelenggara pendidikan sebagai salah satu alternatif agar proses belajar mengajar tetap berjalan. Alternatif ini dalam pelaksanaannya mendapati berbagai macam kendala, salah satunya adalah ketidaksiapan orang tua untuk mendampingi anak-anaknya belajar. Kejadian ini berdampak pada munculnya beragam kecemasan orang tua, khususnya bagi ibu rumah tangga pada saat anak-anak melaksanakan pembelajaran jarak jauh. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian ini adalah tiga orang perempuan yang memiliki anak usia sekolah dasar dengan rentang usia 30-40 tahun. Adapun pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara. Analisis data menggunakan analisis tematik dengan pendekatan Theory Driven. Temuan dari penelitian ini adalah kecemasan orang tua yang tidak siap mendampingi proses belajar anak, tingkat konsentrasi yang menurun saat anak belajar, hasil belajar dan capaian pemahaman anak terhadap materi yang kurang maksimal, serta antusias anak dalam belajar yang cenderung menurun. Penelitian ini diharapkan mampu menjadi salah satu cara mengevaluasi pembelajaran jarak jauh yang terlaksana selama pandemi.

Publishing Info

Copyright © 2021 The Author(s). Published by Universitas Indraprasta PGRI, Jakarta, Indonesia.  This is an open access article licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Pendahuluan

Dampak pandemi Covid-19 pada proses belajar-mengajar di Indonesia sangat terasa. Menjelang satu tahun penyebaran Covid-19 di Indonesia, beragam cara dilakukan agar proses pembelajaran jarak jauh dapat terlaksana dengan baik. Nadiem Makarim (Sandi, 2020) menjelaskan beberapa kendala selama proses pembelajaran jarak jauh berlangsung, diantaranya adalah kesulitan guru dalam mengelola pembelajaran jarak jauh dan menuntaskan kurikulum yang tengah berjalan, pendampingan oleh orang tua yang kurang maksimal, kurangnya konsentrasi siswa saat belajar dari rumah, serta rasa bosan yang cenderung meningkat yang memiliki potensi menyebabkan gangguan kesehatan mental pada siswa.

Hasil survei yang dilakukan oleh Saiful Mujani Research and Consulting (SMRC) menjelaskan sebesar 92% siswa dan mahasiswa di Indonesia kesulitan menjalani pembelajaran daring/jarak jauh selama pandemi (Iswinaro & Aranditio, 2020). Kendala yang dialami berupa keterbatasan akses internet, interaksi antara pengajar dan pelajar yang minim, hingga kesulitan memahami materi pelajaran yang disampaikan. Selain hal tersebut, pembiayaan juga menjadi keluhan pada pandemi.

UNICEF juga melakukan survei khusus pada siswa berbagai jenjang yang menyatakan 66% siswa tidak nyaman belajar dari rumah (Kasih, 2020). Mayoritas para siswa ingin segera kembali belajar di sekolah dan siap mematuhi protokol kesehatan, meskipun mereka sadar menunggu kondisi yang lebih baik adalah hal yang utama, menunggu penyebaran Covid-19 melandai atau hilang. Catatan UNICEF tidak jauh berbeda dengan yang dilakukan oleh SMRC, bahwa kurangnya bimbingan dari guru, keterbatasan akses internet, serta fokus orang tua yang harus terbagi antara membimbing dan mencari nafkah menjadi beberapa faktor kurang maksimalnya pelaksanaan pembelajaran jarak jauh. Survei ini juga diperkuat dengan hasil penelitian Megawanti dkk (2020) yang mendapati hasil ketidaksetujuan peserta didik untuk melanjutkan model sekolah jarak jauh.

Salah satu bukti penguat kurang efektifnya pembelajaran jarak jauh adalah nilai hasil belajar. Jumeri, Direktur Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Kemendikbud mengatakan adanya penurunan hasil belajar siswa. Penyebabnya antara lain keterbatasan materi yang disampaikan oleh guru karena waktu yang berbeda dengan tatap muka. Penyebab lainnya adalah keterlibatan orang tua dan keluarga yang terbatas sehingga tidak mampu menemani ataupun membimbing anaknya saat sedang mengikuti kelas jarak jauh (Ramadhan & Egidius, 2021).

Survei Tanoto Foundation (Adit, 2020) pada responden orang tua yang memiliki anak usia SD/MI dan SLTP/MTs menjelaskan tiga masalah utama terkait pembelajaran jarak jauh selama pandemi. Pertama, kurang sabarnya orang tua ketika mendampingi anak-anak belajar. Kedua, orang tua mengalami kesulitan dalam menjelaskan materi pelajaran kepada anak. Ketiga, kesulitan memahami materi yang diberikan oleh guru ke anak. Kesulitan-kesulitan tersebut nyatanya berdampak fatal, sebagai salah satu contoh peristiwa seorang ibu yang menganiaya anaknya hingga tewas karena kesal kepada anaknya karena tidak mengindahkan saat dijelaskan tentang materi pelajaran (Wiryo & Gatra, 2020).

Kejadian tersebut tentu menjadi preseden buruk terhadap pelaksanaan pembelajaran jarak jauh. Sempat diumumkan pembelajaran semester genap awal tahun 2021 akan dilaksanakan tatap muka di sekolah, namun urung dilaksanakan secara menyeluruh karena kurva penyebaran Covid-19 yang kian meningkat tinggi dan hanya 14% sekolah yang siap melaksanakan sekolah dengan tatap muka (Tribunnews.com, 2021). Tentunya kondisi ini bisa menjadi salah satu pemicu stres, kekhawatiran maupun kecemasan bagi orang tua dalam menghadapi proses pembelajaran jarak jauh.

Nevid dkk (2005) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan kondisi emosional yang berisi perasaan tidak menyenangkan serta ketegangan dan perasaan akan terjadinya peristiwa yang buruk. Stuart (2006) menjelaskan kecemasan sebagai kekhawatiran yang tidak jelas yang terkait dengan ketidakberdayaan dan ketidakpastian perasaan. Kartono (1989) menjelaskan kecemasan adalah ketidakberanian ditambah perasaan risau akan sesuatu yang tidak jelas. Sarwono (2012) menjelaskan kecemasan sebagai bentuk ketakutan yang objek dan alasannya tidak jelas.

Kecemasan memiliki beberapa ciri, diantaranya gejala fisik, emosional serta mental dan kognitif. Spielberger (1972) membagi kecemasan dalam dua bentuk; *trait anxiety* yakni kecemasan mendasar yang memang dimiliki oleh seseorang tersebut dan *state anxiety* yakni kecemasan sesaat yang dimiliki oleh seseorang karena berada pada kondisi yang membahayakan dirinya. Kecemasan merupakan sebuah rangkaian proses kognitif, afektif, fisiologis dan sikap akibat stimulus eksternal ataupun internal yang menjadi sebuah persepsi akan hal-hal yang berbahaya atau mengancam.

Scully (2001) menjelaskan lebih detail mengenai ciri-ciri yang terjadi pada seseorang yang tengah mengalami kecemasan, yakni gejala psikis berupa keprihatinan, keragu-raguan, ketakutan, mudah panik, mudah marah, mudah lelah, kesulitan tidur, berisiko mengalami kecelakaan, serta mudah tegang. Adapun pada sisi somatis, ciri-cirinya adalah mudah sakit kepala, mudah berkunang-kunang, mengalami diare dan gangguan perut lainnya, intensitas membuang air kecil yang tinggi, serta tarikan dan hembusan nafas yang cenderung pendek. Terakhir, aspek fisik berupa keluarnya keringat dingin, wajah memerah dan pucat, *hyperreflexia*, mudah menggigil, mudah terkejut dan gelisah.

Penelitian Ekayanti dan Puspawati (2020) menjelaskan bagaimana peran orang tua, khususnya ibu dalam proses pembelajaran jarak jauh yang harus terdistorsi dengan peran sebagai guru dan juga peran sebagai orang tua. Kondisi anak yang cenderung menjadi lebih manja karena belajar ditemani langsung oleh orang tuanya juga memberi sedikit kekhawatiran, meskipun pembelajaran jarak jauh dapat mempererat hubungan antara orang tua dengan anak. Penelitian ini juga memiliki kesamaan hasil dengan penelitian Simanjuntak dkk (2020) yang menyatakan permasalahan yang terjadi ketika pembelajaran jarak jauh adalah anak cenderung lebih jenuh, pembagian tugas pada orang tua yang sibuk bekerja serta kurangnya pemahaman orang tua tentang cara mengajar/membimbing anak saat proses pembelajaran jarak jauh berlangsung.

Efendi (2020) dan Putra (2020) menjelaskan tentang repotnya orang tua saat mendampingi anak ketika melaksanakan pembelajaran jarak jauh. Orang tua merupakan salah satu faktor eksternal dalam keberhasilan belajar, terlebih ketika pembelajaran jarak jauh ini diberlakukan. Peran orang tua dalam pembelajaran jarak jauh menjadi seorang pendidik, motivator, fasilitator, dan inspirator. Sayangnya, peran orang tua yang demikian mengalami permasalahan terkait dengan membengkaknya pembiayaan, keterbatasan waktu karena harus bekerja, minimnya literasi teknologi, kesabaran yang ekstra, serta pengkondisian ketika mereka harus bekerja disaat bersamaan anak butuh pendampingan saat pembelajaran jarak jauh.

Senada dengan Efendi, Mukaromah (2020) mendapati orang tua yang kurang setuju dengan pola pembelajaran jarak jauh. Anak usia sekolah dasar belum cocok menjalani sekolah dengan cara daring. Fakta lainnya, anak menganggap sekolah libur ketika diberlakukan sekolah dari rumah, juga keterbatasan orang tua dalam mengoperasikan ponsel pintar ataupun tidak memiliki ponsel pintar. Hasil penelitiannya juga menunjukkan orang tua yang mudah marah, anak yang acuh saat diberikan tugas, dan menganggap pembelajaran jarak jauh tidak efektif untuk anak.

Lase dkk (2020) mendapati hasil bahwa pembelajaran jarak jauh telah menyumbang tambahan beban terhadap orang tua siswa, berupa aspek ekonomi, psikis dan sosial. Orang tua terlibat dalam proses pembelajaran jarak jauh dalam lingkup yang sangat kecil, sebab keterbatasan waktu dan kemampuan mereka. Temuan lain dari penelitian ini adalah berkurangnya kemampuan kognitif belajar anak serta motivasi belajar yang cenderung menurun.

Temuan-temuan penelitian diatas secara tidak langsung menyiratkan sebuah problem tentang orang tua yang tidak bisa mendampingi proses pembelajaran jarak jauh secara maksimal. Orang tua yang terbatas waktunya, terbatas pengetahuan dan kemampuan dalam pendidikan formal maupun operasional ponsel pintar, serta keterbatasan ekonomi menjadi salah satu pemicu kecemasan terhadap perkembangan dan prestasi belajar anak. Menghadapi semester genap yang tengah dimulai, ditengah ketidakjelasan proses belajar mengajar tatap muka, tentu orang tua akan kembali menghadapi dinamika kecemasan dalam proses pendampingan pembelajaran jarak jauh.

Penelitian ini berupaya mendeskripsikan gambaran kecemasan orang tua selama proses pembelajaran jarak jauh yang telah berlangsung sebagai dampak adanya pandemi. Hasil penelitian juga akan menjelaskan faktor-faktor yang menimbulkan kecemasan pada orang tua saat proses pembelajaran jarak jauh berlangsung. Selain itu, akan dijelaskan pula langkah-langkah yang diambil oleh orang tua untuk mengatasi kecemasan yang mereka alami saat mendampingi anak dalam pembelajaran jarak jauh yang

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Studi kasus dipilih untuk menjelaskan bagaimana gambaran kecemasan yang dialami oleh orang tua selama menjalani proses pembelajaran jarak jauh. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah tiga orang dengan rentang usia 30-40 tahun. Kriteria partisipan adalah ibu-ibu yang memiliki anak usia sekolah dasar. Adapun lokasi penelitian ini berada di Jombang, Nganjuk, dan Blitar. Pemilihan lokasi disesuaikan dengan tempat tinggal peneliti. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik observasi dan wawancara semi terstruktur. Penelitian ini dilakukan selama dua bulan dengan frekuensi wawancara dengan narasumber masing-masing sebanyak tiga kali. Adapun analisis data menggunakan Analisis tematik dengan pendekatan Theory Driven (Boyatzis, 1998). Data hasil penelitian dilakukan dengan membuat kode-kode khusus serta dilakukan kategorisasi sesuai dengan tema-tema yang muncul dari hasil wawancara dan observasi. Data yang didapat kemudian dilakukan reduksi data untuk menyimpulkan tema-tema yang muncul terkait teori yang digunakan. Pemantapan data dalam penelitian ini menggunakan triangulasi data dengan cara melakukan cross check hasil wawancara dengan fakta-fakta yang ada di lapangan selama penelitian berlangsung.

Hasil

Sebagaimana dijelaskan sebelumnya, penelitian ini berupaya menjelaskan gambaran kecemasan yang terdapat pada orang tua saat pembelajaran jarak jauh berlangsung. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk melihat faktor-faktor penyebab terjadinya kecemasan serta langkah-langkah yang diambil oleh orang tua dalam menanggulangi kecemasan tersebut. Subjek pada penelitian ini adalah RK (31 tahun), SW (34 tahun), dan K (38 tahun). RK merupakan ibu rumah tangga yang berasal dari Blitar. SW juga merupakan ibu rumah tangga yang berasal dari Nganjuk, serta K seorang ibu rumah tangga yang berasal dari Jombang.

Tabel 1. Aspek Kecemasan Orangtua Saat Pembelajaran Jarak jauh

No	Subjek	Aspek Kecemasan
1	RK, 31 Tahun	Khawatir anak tidak konsentrasi dalam belajar Minta bantuan orang lain Panik saat anak kesulitan mengerjakan tugas Mudah marah saat anak kesulitan belajar Mudah lelah, susah tidur Tegang karena anak tidak belajar sungguh-sungguh Mudah pusing dan berkunang-kunang Gelisah saat anak akan mengirimkan tugas sekolah
2	SW, 34 Tahun	Khawatir anak kurang fokus belajar Mudah lelah saat menemani anak belajar Khawatir anak mencari/mendapatkan hal-hal yang kurang sesuai saat mencari jawaban di internet Sedikit gelisah saat anak akan mengirimkan tugas sekolah
3	K, 38 Tahun	Khawatir karena anak agak malas belajar Khawatir anak tidak bisa memahami pelajaran saat Pembelajaran Jarak Jauh Meminta bantuan keponakan untuk menemani anak belajar Panik saat anak akan mengerjakan tugas sekolah Mudah marah saat anak memiliki banyak alasan karena tidak mau belajar Mudah marah karena saat belajar, anak justru bermain game online di gawai Sulit tidur karena memikirkan anak yang tidak kunjung paham saat belajar jarak jauh Mudah sakit kepala saat mendampingi

RK merasa khawatir selama proses pembelajaran jarak jauh karena anaknya tidak bisa berkonsentrasi dengan baik. Tindakan spontan yang dilakukan oleh RK adalah memarahi anaknya. RK menyadari bahwa memarahi anaknya tidak menyelesaikan masalah konsentrasi belajar anaknya. RK meminta bantuan orang lain untuk menemani anaknya agar bisa konsentrasi dalam belajar. RK juga rela menunggu orang tersebut selesai dari aktivitasnya untuk menemani anaknya belajar.

RK mengalami kepanikan ketika tahu anaknya mengalami kesulitan saat mengerjakan tugas. Kondisi tersebut secara langsung membuat RK marah. Marah yang timbul pada RK ditambah dengan anak yang mudah putus asa serta selalu banyak bertanya tentang tugas yang harus dikerjakan anaknya. RK mengalami susah tidur akibat menemani anaknya belajar dari rumah. RK juga menjadi lebih tegang karena melihat anaknya tidak belajar sungguh-sungguh. Saat anak akan mengumpulkan tugas, RK sedikit mengalami kegelisahan. RK mengatasi rasa khawatir, tegang, serta kegelisahan akibat menemani anaknya belajar dari rumah dengan jalan-jalan.

Subjek SW mengalami hal serupa dengan subjek RK, khawatir anaknya kurang fokus ketika belajar dari rumah pada masa pandemi. SW berinisiatif harus menemani anaknya selama proses belajar dari rumah berlangsung. SW dengan senang hati menemani anaknya belajar, SW memposisikan dirinya sebagai teman belajar anaknya, sehingga SW terlihat ikut belajar bersama anaknya, bukan sebagai mentor. Tindakan ini membuat SW berusaha memaksimalkan pola komunikasi yang baik dengan anaknya sehingga tidak membutuhkan bantuan orang lain selama proses belajar dari rumah. Saat anak mengalami kesulitan dalam belajar, SW tidak sedikitpun mengalami kepanikan ataupun marah. SW hanya mengalami sedikit kelelahan ketika mengulang-ulang materi yang tidak dipahami anaknya. Hal ini disebabkan SW harus ikut membuka dan membaca kembali buku pelajaran anaknya agar anak dapat memahami pelajaran ataupun tugas yang akan dikerjakan.

SW sedikit mengalami ketegangan ketika anaknya mencari jawaban ataupun keterangan dari pelajaran ataupun tugas-tugas melalui internet. SW khawatir anaknya akan membuka atau menemukan sesuatu yang tidak sesuai dengan pelajaran atau tugas yang dikerjakan ketika mencari informasi atau jawaban melalui internet. Saat anak harus mencari informasi atau jawaban melalui internet, SW sebisa mungkin menemani anaknya sampai seluruh tugas anaknya selesai. Terakhir, SW menjadi sedikit gelisah ketika anaknya akan mengumpulkan tugas yang telah diberikan.

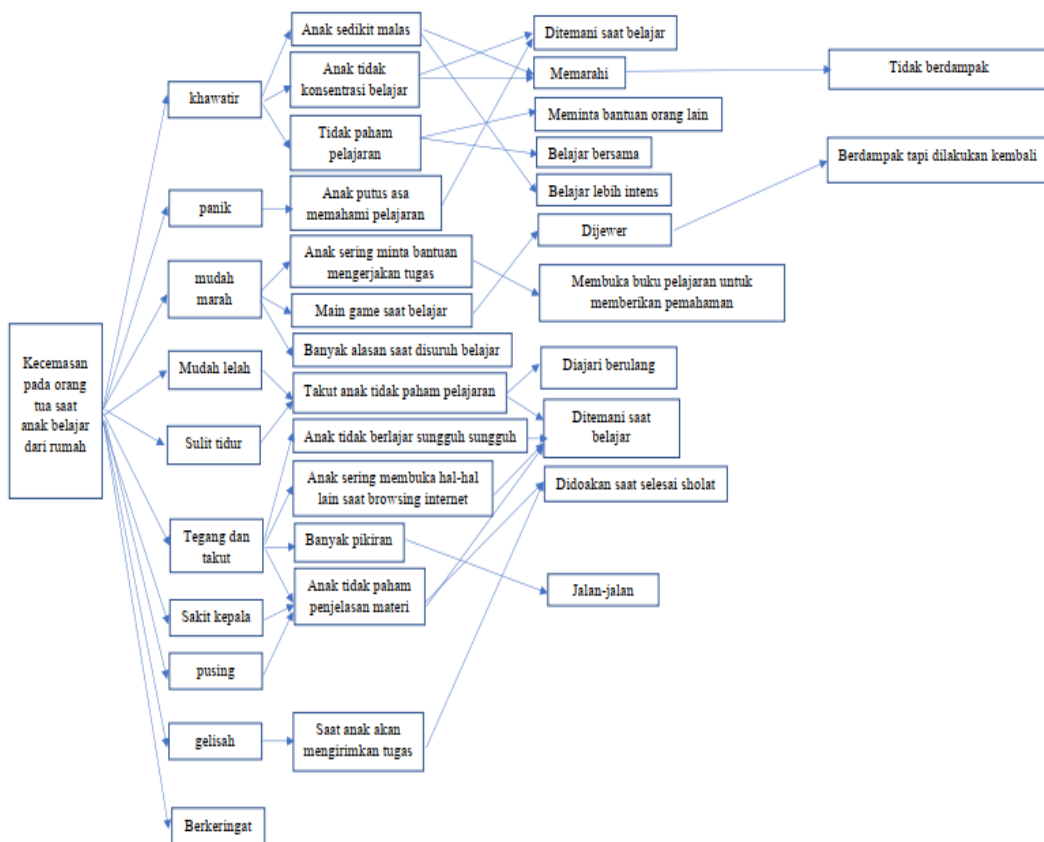
Subjek K merasa khawatir selama proses pembelajaran jarak jauh karena anaknya agak malas. Kemalasan anak tersebut menjadi indikator untuk K kalau-kalau anaknya tidak bisa memahami pelajaran dengan baik. K memberikan perlakuan berupa intensitas belajar yang lebih banyak kepada anaknya untuk mengurangi rasa malas. K juga meminta bantuan orang lain jika K tidak mampu menjelaskan materi pelajaran kepada anaknya. Berbeda dengan RK, K hanya menunggu orang tersebut memiliki waktu luang untuk membantu anaknya belajar. Bantuan orang lain yang dimaksudkan oleh K bisa berupa bantuan secara penuh atau hanya koreksi dari penjelasan yang telah disampaikan K kepada anaknya.

K merasa panik ketika anaknya takut tidak mampu mengerjakan tugas yang diberikan oleh gurunya. K biasanya memarahi anaknya ketika anak memiliki banyak alasan untuk menunda mengerjakan tugasnya. Rasa marah K memuncak ketika anaknya diketahui bermain game saat mengerjakan tugas. K sampai menjewer telinga anaknya, namun hukuman ini tidak memberikan dampak apapun, sebab anaknya kembali melakukan hal tersebut.

K mudah merasa lelah selama proses menemani anaknya belajar dari rumah. K juga sulit tidur karena terbayang kesulitan anaknya dalam memahami pelajaran. Selain itu, K juga mudah tegang karena khawatir anaknya tidak bisa memahami pelajaran selama proses belajar dari rumah. K selalu mendoakan anaknya setiap selesai melaksanakan sholat agar diberikan kemudahan dalam memahami pelajaran. Subjek K juga sering mengalami pusing, kepala berkunang-kunang, hingga mengeluarkan keringat dingin saat mendampingi anak belajar. K juga gelisah ketika anak akan mengumpulkan tugasnya, apakah jawaban yang dikumpulkan anak sudah benar.

Secara garis besar, ketiga subjek sama-sama mengalami kekhawatiran ketika mengikuti proses belajar dari rumah dampak pandemi ini. Subjek RK dan SW khawatir karena konsentrasi anak berkurang, sedangkan K khawatir karena anaknya agak malas ketika jam pelajaran tiba. Subjek RK dan K meminta bantuan orang lain untuk membantu ataupun sebagai koreksi ketika mereka menemani anak-anaknya belajar. Berbeda dengan SW yang berusaha mendampingi anaknya tanpa bantuan orang lain.

Subjek RK dan SW tidak mengalami ciri-ciri khawatir secara fisik, berbeda dengan K yang mengalami pusing, kepala berkunang-kunang hingga mengeluarkan keringat dingin. Keseluruhan subjek juga mengalami kegelisahan yang sama ketika anak-anak mereka akan mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru mereka masing-masing. Ketiga subjek merasa gelisah apakah jawaban yang ditulis oleh anak mereka masing-masing adalah jawaban yang benar.



Gambar 1. Skema Kecemasan Orang Tua saat Pembelajaran Jarak Jauh

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya beberapa indikator kecemasan pada orang tua yang mendampingi anaknya saat melaksanakan pembelajaran jarak jauh. Merujuk pada teori kecemasan Scully (2001), ketiga subjek tidak kesemuanya memiliki ciri-ciri pada aspek psikologis, somatis dan fisik. Ketiga subjek memiliki ciri-ciri psikologis dan somatis, hanya

subjek K saja yang memiliki ciri fisik yakni dengan keluarnya keringat dingin saat mendampingi anak belajar dari rumah.

Setyono (2020) menjelaskan faktor penyebab timbulnya kecemasan pada orang tua saat mendampingi anaknya belajar dari rumah adalah teguran dari guru sekolah anak ketika anak tersebut belum mengumpulkan tugas yang diberikan. Penyebab kecemasan tersebut berawal dari anak yang menunjukkan sikap malas, tidak memiliki semangat untuk segera belajar ataupun menyelesaikan tugas. Penyebab lainnya adalah ketidakpahaman anak pada materi pelajaran tetapi disampaikan oleh orang tua dengan pengalaman mereka saat belajar dulu. Hal tersebut dirasa berbeda oleh anak yang membuat anak merasa kesal dan cemas karena semakin tidak paham. Kondisi tersebut secara tidak langsung menyumbang kecemasan pada orang tua.

Kondisi tersebut sesuai dengan yang dirasakan oleh subjek RK dan K yang berusaha menjelaskan semaksimal mungkin namun anak tetap tidak paham. Subjek RK dan K berupaya mencari alternatif lain dengan meminta bantuan orang lain untuk menjelaskan materi pelajaran, bahkan rela menunggu orang tersebut selesai dari pekerjaan atau kegiatan yang tengah dikerjakan. Berbeda dengan subjek SW yang berusaha menjadi teman belajar, bukan menjadi guru. Subjek RK dan K dalam mengatasi kecemasan yang timbul akibat ketidakpahaman anak atas penjelasan mereka membutuhkan bantuan orang lain untuk menyelesaikan permasalahan, sedangkan subjek SW berusaha menjadi teman belajar yang sifatnya lebih egaliter. Setyono (2020) menyarankan agar orang tua tidak terlalu cemas ataupun khawatir akan kemampuan yang dimiliki anak dalam berpikir, memahami pelajaran yang diberikan saat proses pembelajaran jarak jauh. Apa yang dilakukan oleh subjek SW merupakan bentuk implementasi kesiapan menghadapi kekhawatiran akan kemampuan anak dalam memahami pelajaran dan mengerjakan tugas.

Kondisi lain yang menjadi faktor timbulnya kecemasan saat mendampingi anak belajar dari rumah adalah keterbatasan aktifitas selama kurun waktu yang cukup lama sehingga membuat hubungan orang tua dan anak sangat intens dengan kegiatan yang sama. Hal ini yang dialami oleh subjek RK sehingga ia melampiaskannya dengan sesekali mengajak anak jalan-jalan ke luar rumah. Meskipun subjek RK, SW, dan K sama-sama menjalani aktifitas sebagai ibu rumah tangga, kejenuhan tidak dialami oleh subjek K dan SW.

Secara umum, pembelajaran jarak jauh menyisakan beberapa masalah. Puspitasari (2020) memberikan satu contoh permasalahan, yakni materi pembelajaran yang belum tuntas dan segera diganti dengan materi pembelajaran lain. Contoh diatas menjadi rata-rata keluhan siswa karena membuat tugas yang harus dikerjakan semakin banyak dan menumpuk. Secara teknis, lokasi siswa yang tidak kesemuanya terjangkau sinyal dengan baik menjadi kendala utama. Kondisi tersebut tentu menambah kekhawatiran para orang tua saat menemani anak-anaknya belajar dari rumah.

Kecemasan yang dialami orang tua tentu tidak lepas dari kecemasan yang juga dialami oleh anaknya ketika belajar dari rumah. Fitria dan Ifdil (2020) menemukan 54% remaja mengalami tingkat kecemasan yang tinggi. Sebagaimana telah dipaparkan pada hasil penelitian diatas, penyebab utama para orang tua cemas adalah kurang fokusnya anak dalam belajar, merupakan bentuk kecemasan yang juga dialami oleh anak, sehingga mereka kehilangan fokus untuk belajar.

Wahana Visi Indonesia (Suciatiningrum, 2020) mencatat sebanyak 37% anak mengalami gangguan waktu belajar, mereka tidak mampu mengatur waktu belajarnya sendiri. 30% tidak mampu memahami pelajaran dan 21% kesulitan memahami instruksi guru. Peran orang tua sangat penting pada kondisi ini, yakni menemani anak-anak belajar.

Apa yang dilakukan oleh SW merupakan salah satu bentuk pemanfaatan sistem keluarga yang baik dalam sebuah keluarga.

Simpulan

Ketiga subjek mengalami kecemasan pada aspek kurang fokusnya anak ketika akan belajar dari rumah. Ketiga subjek juga mengalami kecemasan pada aspek psikologis dan somatis, hanya subjek K yang mengalami kecemasan pada aspek fisik dengan mengeluarkan keringat dingin. Subjek RK dan K tidak mampu mengontrol marah sebagai representasi ketidakmampuan mereka menemani anak-anaknya belajar. Adapun subjek SW mampu memposisikan diri sebagai teman belajar dan membuat anaknya belajar dengan tenang dan nyaman.

Subjek RK dan K membutuhkan orang lain untuk membantu mereka menemani anaknya belajar. Hal ini dilakukan untuk mengurangi kecemasan mereka saat menemani anak-anaknya belajar. Subjek SW terlihat sebagai orang tua yang well-prepared, mampu melihat kondisi anak dan mampu memposisikan diri agar anak nyaman belajar di rumah. Ketiga subjek memiliki caranya masing-masing untuk mengatasi kecemasan yang timbul pada diri mereka ketika menemani anak belajar dari rumah.

Hasil temuan diatas memberikan satu gambaran selama pelaksanaan pembelajaran jarak jauh berlangsung pada anak usia sekolah dasar. kesiapan tidak hanya perlu diperhatikan pada siswa, sekolah dan guru saja, namun kesiapan orang tua menjadi salah satu faktor penting untuk menunjang keberhasilan proses pembelajaran jarak jauh.

Akibat dari kurang siapnya orang tua dalam menghadapi proses pembelajaran jarak jauh, para orang tua mengalami kecemasan terhadap proses dan hasil belajar anak-anaknya. Pendampingan ataupun pembekalan selayaknya diberikan kepada orang tua guna mengurangi kecemasan pada orang tua saat menemani anak-anaknya belajar dari rumah, sehingga orang tua siap dan proses pembelajaran jarak jauh dapat berlangsung dengan maksimal.

Referensi

- Adit, A. (2020). Hasil Survei: Berikut 3 Masalah Orangtua Dampingi Anak BDR Halaman all - Kompas.com. <https://edukasi.kompas.com/read/2020/11/15/143509971/hasil-survei-berikut-3-masalah-orangtua-dampingi-anak-bdr?page=all>
- Boyatzis, R. E. (1998). *Transforming Qualitative Information: Thematic Analysis and Code Development*. Sage Publication.
- Efendi, D. (2020). Peran orang tua dalam pembelajaran model distance learning di sekolah dasar kota jayapura. *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 5(1), 54. <https://doi.org/10.35931/am.v5i1.400>
- Ekayanti, N. W., & Puspayanti, D. A. (2020). Peran orang tua dalam mendidik anak ditengah pandemi Covid-19. *Prosiding Webinar Nasional Universitas Mahasaraswati 2020*, 90–97. <https://e-journal.unmas.ac.id/index.php/prosidingwebinarwanita/article/view/1246>

- Fitria, L., & Ifdil, I. (2020). Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid -19. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 6(1), 1.
<https://doi.org/10.29210/120202592>
- Iswinarno, C., & Aranditio, S. (2020). Survei SMRC; 92 Persen Pelajar Indonesia Kesulitan Belajar Online. *suara.com*.
<https://www.suara.com/news/2020/08/18/205211/survei-smrc-92-persen-pelajar-indonesia-kesulitan-belajar-online?page=all>
- Kartono, K. (1989). *Psikologi Abnormal dan Abnormal Seksual*. CV Mandar Maju.
- Kasih, A. P. (2020). Survei UNICEF: 66 Persen Siswa Mengaku Tak Nyaman Belajar di Rumah. *kompas.com*.
<https://edukasi.kompas.com/read/2020/06/24/090832371/survei-unicef-66-persen-siswa-mengaku-tak-nyaman-belajar-di-rumah>
- Lase, D., Ndraha, A., & Harefa, G. G. (2020). Persepsi Orangtua Siswa Sekolah Dasar di Kota Gunungsitoli Terhadap Kebijakan Pembelajaran Jarak Jauh pada Masa Pandemi Covid-19. *SUNDERMANN: Jurnal Ilmiah Teologi, Pendidikan, Sains, Humaniora dan Kebudayaan*, 13(2), 85–98.
<https://doi.org/10.36588/sundermann.v13i2.46>
- Megawanti, P., Megawati, E., & Nurkhafifah, S. (2020). Persepsi peserta didik terhadap pjj pada masa pandemi Covid 19. In *Faktor : Jurnal Ilmiah Kependidikan* (Vol. 7, Nomor 2). <https://doi.org/10.30998/FJIK.V7I2.6411>
- Mukaromah, N. (2020). Persepsi orang tua siswa dan guru sekolah dasar terhadap pembelajaran jarak jauh (pjj) berbasis pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 | *Tarbawi : Jurnal Studi Pendidikan Islami*. *Tarbawi : Jurnal Studi Pendidikan Islami*, 8(2), 1–20.
<http://ejournal.kopertais4.or.id/tapalkuda/index.php/tarbawi/article/view/4015>
- Nevid, J. S., Ratus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal* (1 ed.). Erlangga.
- Puspitasari, R. (2020). Hikmah Pandemi Covid-19 Bagi Pendidikan Di Indonesia | *iain-surakarta.ac.id*. <https://iain-surakarta.ac.id/hikmah-pandemi-covid-19-bagi-pendidikan-di-indonesia/>
- Putra, N. P. (2020). Solusi pembelajaran jarak jauh menggunakan aplikasi zoom dan whatsapp group di era new normal pada warga belajar paket c di pusat kegiatan belajar masyarakat (pkbm) bina insani | *Putra | JIPSINDO*. *JIPSINDO: Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Indonesia*, 7(2), 162–177.
<https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jipsindo.v7i2.34939>
- Ramadhan, A., & Egidius, P. (2021). Kemendikbud Akui Pembelajaran Jarak Jauh Menurunkan Kualitas Belajar. *kompas.com*.
<https://nasional.kompas.com/read/2021/01/23/14201841/kemendikbud-akui-pembelajaran-jarak-jauh-menurunkan-kualitas-belajar>
- Sandi, F. (2020). Menteri Nadiem Ungkap Kendala Pembelajaran Jarak Jauh. *cnbcindonesia.com*. <https://www.cnbcindonesia.com/news/20200807192842-4-178345/menteri-nadiem-ungkap-kendala-pembelajaran-jarak-jauh>
- Sarwono, S. W. (2012). *Psikologi Remaja Edisi Revisi*. PT Raja Grafindo.
- Scully, J. . (2001). *National Medical Series For Independent Study Psychiatry (IV)*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Setyono, I. L. (2020). Mengatasi Kecemasan Pembelajaran Jarak Jauh | *HIMPSI*. [himpsi.or.id. https://himpsi.or.id/blog/materi-edukasi-covid-19-5/post/mengatasi-kecemasan-pembelajaran-jarak-jauh-120](https://himpsi.or.id/blog/materi-edukasi-covid-19-5/post/mengatasi-kecemasan-pembelajaran-jarak-jauh-120)

- Simanjuntak, S. Y., Kismartini, Rafinzar, R., & Pradana, S. A. (2020). Respons orangtua terhadap kebijakan pembelajaran jarak jauh di provinsi sumatera utara. *JRPD (Jurnal Riset Pendidikan Dasar)*, 3(2), 143–153. <http://journal.unismuh.ac.id/index.php/jrpd>
- Spielberger, C. D. (1972). *Anxiety: current trends in theory and research (I)*. Academid Press. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/B978-0-12-657401-2.50008-3>
- Stuart, G. W. (2006). *Buku Saku Keperawatan: Alih Bahasa oleh Ramona P. Kapoh dan Egi Komara Yudha*. EGC.
- Suciatiningrum, D. (2020). *Media | Wahana Visi Indonesia*. idntimes.com. <https://www.idntimes.com/news/indonesia/dini-suciatiningrum/hasil-survei-wahana-visi-426-persen-anak-rindu-kembali-sekolah>
- Tribunnews.com. (2021). *PPKM Diberlakukan, Kemendikbud: Jumlah Sekolah yang Siap Belajar Tatap Muka Tinggal 14 Persen - Tribunnews.com*. tribunnews.com. <https://www.tribunnews.com/nasional/2021/01/23/ppkm-diberlakukan-kemendikbud-jumlah-sekolah-yang-siap-belajar-tatap-muka-tinggal-14-persen>
- Wiryo, S., & Gatra, S. (2020). *Ibu yang Bunuh Anak karena Susah Belajar Online Sempat Mengaku Putrinya Hilang Halaman all - Kompas.com*. kompas.com. <https://megapolitan.kompas.com/read/2020/09/16/12204241/ibu-yang-bunuh-anak-karena-susah-belajar-online-sempat-mengaku-putrinya?page=all>