

## DAMPAK KEBIJAKAN BELAJAR DARI RUMAH TERHADAP KONDISI PSIKOLOGIS IBU SISWA SEKOLAH DASAR DI KABUPATEN BOJONEGORO

Firda Rizka Rachma Wahdani<sup>1</sup>, Ardin Septa Dela<sup>2</sup>, Intan Sukmawati<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri

[014228@sunan-giri.ac.id](mailto:014228@sunan-giri.ac.id)<sup>1</sup> [ardindela1@gmail.com](mailto:ardindela1@gmail.com)<sup>2</sup>

Received : 19 Februari 2023	Revised: 27 Maret 2023	Accepted: 7 April 2023	Publised: 25 April 2023
--------------------------------	---------------------------	---------------------------	----------------------------

Corresponding author:

Email : [014228@sunan-giri.ac.id](mailto:014228@sunan-giri.ac.id)

### Abstrak

Pandemi Covid-19 telah memberikan dampak dalam kehidupan sehari-hari. Bukan hanya sektor perekonomian dan bisnis, bidang pendidikan tak luput dari dampak virus asal Wuhan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dampak psikologis yang disebabkan oleh kebijakan belajar dari rumah selama masa darurat pandemi Covid-19, khususnya bagi ibu siswa. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dan metode survei. Sampel penelitian, meliputi 150 orang ibu siswa yang tersebar dari tiga wilayah di Kabupaten Bojonegoro. Di antaranya, yaitu MINU Unggulan Sukorejo Kecamatan Bojonegoro, SDN Sembung Kecamatan Kapas, dan SDN Nganti III Kecamatan Ngraho. Berdasarkan hasil perhitungan Korelasi *Product Moment* dengan SPSS 25 Version diperoleh nilai  $r_{hitung}$  variabel Dampak Kebijakan BDR (X) adalah sebesar 0,773, dan  $r_{tabel}$  variabel Kondisi Psikologis Ibu Siswa (Y) adalah sebesar 1. Angka tersebut lebih besar dari  $r_{tabel}$  0,159, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat signifikansi yang cukup besar pada kedua variabel tersebut. Hal tersebut kontras dengan hasil wawancara peneliti terhadap ibu siswa. Mereka mengalami kesulitan dalam membimbing anak-anak belajar di rumah. Terlebih lagi pembelajaran dalam jaringan (Daring) melibatkan teknologi yang kurang dikuasai oleh para orang tua.

**Kata Kunci:** Belajar Dari Rumah, Pandemi Covid-19, Psikologis Ibu

### Abstract

The Covid-19 pandemic has had an impact on everyday life. Not only the economic and business sector, the education sector was not spared from the impact of the virus that originated in Wuhan. This study aims to obtain information related to the psychological impact caused by the study from home policy during the Covid-19 pandemic emergency, especially for student mothers. This study uses a quantitative approach to the survey method. The sample in this study were 150 female students from three regions in Bojonegoro Regency. Among them, namely the Sukorejo Superior MINU, Bojonegoro District, Sembung Elementary School, Kapas District, and Nganti III Elementary School, Ngraho District. Based on the results of correlational calculations *Product Moment* with SPSS 25 Version, the value of  $r$  is obtained  $r_{hitung}$  the BDR Policy Impact variable (X) is 0.773, and  $r_{tabel}$  the variable Psychological Condition of Student Mothers (Y) is 1. This figure is greater than  $r_{tabel}$  0.159, it can be concluded that the two variables have a significant relationship. This contrasts with the results of interviews with the researchers' mothers. They have difficulty guiding their children to study at home. What's more, online learning involves technology that is not mastered by parents.

**Keywords:** Learning From Home, Pandemic Covid-19, Psychological Mother

## PENDAHULUAN

Tahun 2019 seluruh penjuru dunia digemparkan dengan munculnya virus sejenis SARS-CoV-2, yaitu virus Covid-19. Virus tersebut mengganggu bagian pernapasan dengan ditandai seperti flu, bahkan bisa juga mengakibatkan infeksi paru-paru. *Coronavirus Disease 2019* (Covid-19) merupakan virus pertama kali yang timbul di daerah kota Wuhan, Cina. Berbagai negara siaga melawan masuknya virus yang dapat menular dengan cepat tersebut, termasuk Indonesia. Oleh karena itu, wabah tersebut dikategorikan sebagai pandemi atau *pagebluk* karena sangat cepat tertular melalui percikan air liur yang keluar ketika seseorang bersin. Seiring dengan peningkatan penyebaran virus tersebut, pemerintah di Indonesia telah memberikan himbauan untuk menerapkan budaya hidup bersih sehingga dapat mencegah merebaknya virus Covid-19.

Pemerintah Republik Indonesia berusaha menekan jumlah pasien terpapar virus Covid-19 dengan membatasi berbagai kegiatan yang menimbulkan kerumunan (PSBB). Kebijakan tersebut memberikan dampak yang sangat signifikan terhadap berbagai aktifitas dalam berbagai bidang, khususnya pendidikan. Mengenai hal tersebut, Kemdikbudristek Republik Indonesia menerbitkan Surat Edaran Nomor 15 Tahun 2020. Surat edaran tersebut mengatur tentang ketentuan penyelenggaraan Belajar Dari Rumah (BDR) ditengah masa pandemi Covid-19. Menurut Staf Ahli Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Bidang Regulasi, Chatarina Muliana Girsang kebijakan tersebut bertujuan sebagai penguat atas surat edaran yang sebelumnya, yaitu Surat Edaran Mendikbud Nomor 4 Tahun 2020 (Covid-19) (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2020).

Adapun beberapa tujuan pelaksanaan Belajar Dari Rumah (BDR) di antaranya, yaitu (1) untuk memenuhi hak peserta didik agar tetap melaksanakan pembelajaran selama masa darurat; dan (2) meminimalisir jumlah terpaparnya Covid-19. Selain itu, kegiatan BDR juga dinilai memiliki nilai plus dari pembelajaran yang pernah dilaksanakan, yaitu memberikan pembelajaran *soft skill* bagi peserta didik, tanpa memperhatikan indikator-indikator pencapaian dalam kurikulum (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2020).

Sejak terbitnya surat edaran tersebut sekolah-sekolah memutuskan mengalihkan proses pembelajaran peserta didik berlangsung di rumah. Tugas pendidikan yang semula berada di pundak guru di sekolah, beralih kepada orang tua sebagai pendidik di rumah. Ketidaksiapan atas perubahan sistem pembelajaran ini mengakibatkan keterkejutan pada seluruh *stake holder* pendidikan. Orang tua yang tidak siap dan tidak memahami gaya belajar anaknya mengalami

kebingungan, bahkan stres. Hal tersebut disebabkan karena adanya rutinitas baru di dalam rumah untuk menemani dan membimbing anaknya ketika proses pembelajaran secara Daring, khususnya bagi tingkatan sekolah dasar. Psikolog keluarga, Probawatie Tjondronegoro mengungkapkan bahwa ibu rumah tangga memiliki daya stres yang lebih tinggi pada masa pandemi. Hal tersebut disebabkan karena seorang ibu harus mampu berperan menjadi guru, tentunya bukan hal yang mudah.

Pandemi Covid-19 mendorong adanya percepatan dalam berbagai bidang dalam kehidupan. Tak terkecuali dunia pendidikan. Selama dua tahun terakhir, pemerintah menetapkan kebijakan BDR. Hal tersebut bertujuan untuk menekan penularan virus Covid-19. Kebijakan tersebut menuai pro-kontra dalam lingkungan pendidikan. Guru yang mulai beradaptasi menuju program Merdeka Belajar yang baru dicanangkan, seketika harus beradaptasi untuk tetap melangsungkan pembelajaran di era pandemi.

Pemerintah menghimbau lembaga pendidikan untuk melaksanakan kegiatan belajar mengajar di rumah dengan berpedoman pada surat edaran yang telah diterbitkan. Hal tersebut bertujuan sebagai pedoman, serta memastikan pelaksanaan hak siswa selama masa darurat Covid-19, dan memberikan dukungan psikososial kepada berbagai unsur pendidikan lainnya (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2020).

Hal tersebut mendorong guru lebih kreatif dalam menyajikan materi pembelajaran secara Daring. Pembelajaran Daring yang umumnya hanya diterapkan pada jenjang perguruan tinggi, saat ini mulai pada tingkatan sekolah dasar dan sekolah menengah. Namun, hal tersebut juga memberikan permasalahan tersendiri dalam penyampaian materi pembelajaran. Sistem pembelajaran Daring memiliki kendala terkait sinyal atau frekuensi akses informasi, sehingga mengakibatkan proses belajar yang lambat. Peserta didik terkadang tertinggal ketika menggunakan pesan yang memengaruhi dari frekuensi yang salah. Akibatnya, mereka terlambat mengembalikan tugas yang diberikan oleh guru. Kedisiplinan peserta didik selama menuntut ilmu harus menjadi bekal agar mereka disiplin dalam mewujudkan ikatan sosial. Dengan demikian, diharapkan penerapan BDR ini dapat bersinergi dengan berbagai pihak, sehingga dapat menekan angka terpaparnya virus Covid-19 (Tafik, 2019). Di sisi lain, sistem pendidikan jarak jauh belum menjadi resep utama pembangunan berkelanjutan di Indonesia. Pada dasarnya proses pelaksanaan terkendala oleh minimnya sumber daya manusia di negara

Indonesia untuk penyelenggaraan pendidikan, pembelajaran, pembinaan dan pelaksanaan serta manajemen khususnya untuk pembangunan di bidang pendidikan (Tafik, 2019).

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti, banyak wali murid yang mengeluh dengan adanya kebijakan BDR, khususnya ibu-ibu. Hal tersebut bukan hanya dialami oleh ibu-ibu di daerah pedesaan, namun juga dirasakan oleh ibu-ibu di daerah perkotaan. Permasalahan tersebut akan diteliti lebih lanjut dengan mengusung judul “Dampak Kebijakan Belajar Dari Rumah (BDR) Terhadap Kondisi Psikologis Ibu Siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Bojonegoro”. Penelitian ini nantinya diharapkan mampu untuk menganalisis dan mendeskripsikan berbagai dampak yang ditimbulkan dengan adanya kebijakan BDR, khususnya pada kondisi psikologi ibu siswa.

Penelitian didukung oleh temuan Funsu Andiarna dan Estri Kusumawati bahwa pembelajaran jarak jauh menuntut peserta didik untuk lebih aktif dalam belajar mandiri. Peserta didik diberi banyak pekerjaan rumah dan ada banyak kelemahan dalam proses pembelajaran online. Ketidakpuasan siswa selama proses pembelajaran jarak jauh berdampak pada proses pemahaman materi, baik secara kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Di sisi lain, orang tua masih mempercayai bahwa pembelajaran tatap muka lebih efektif dan mempermudah pemahaman penjelasan guru. Hal-hal tersebut menyebabkan para orang tua khususnya para ibu merasa khawatir terhadap kemajuan pendidikan anaknya anak-anaknya (Andiarna & Kusumawati, 2020). Tekanan belajar mandiri, konsentrasi intens mendengarkan penjelasan guru selama jam pelajaran, seringkali dibatasi oleh sinyal, kelelahan karena menumpuk pekerjaan rumah, serta mahal biaya internet sangat membebani kehidupan para ibu.

## **METODE PENELITIAN**

Pendekatan kuantitatif pada penelitian ini dilaksanakan dengan jenis penelitian survei. Penggalan data dilaksanakan di Kabupaten Bojonegoro selama 3 bulan, mulai dari September 2020 hingga Desember 2020. Populasi penelitian ini merupakan seluruh ibu siswa dari 3 sekolah tingkat dasar yang menjadi lokasi penelitian, yaitu MINU Unggulan Sukorejo Kecamatan Bojonegoro, SDN Sembung Kecamatan Kapas, dan SDN Nganti III Kecamatan Ngraho.

Adapun teknik sampling yang digunakan adalah teknik stratifikasi, karena kondisi populasi yang terdiri dari beberapa kelompok individual yang memiliki karakteristik berbeda-

beda. Sampel penelitian ini terdiri dari ibu siswa yang duduk di kelas IV, V, dan VI. Sampel penelitian ini meliputi 150 orang ibu siswa yang tersebar pada ketiga wilayah tersebut.

Hasil angket ibu siswa, hasil wawancara dengan pihak sekolah, dan dokumentasi pemerintah yang berkaitan dengan kebijakan BDR adalah sumber data utama pada penelitian ini. Sedangkan sumber data sekunder berupa berita terbaru dan penelitian sebagai penunjang penelitian. Adapun data penelitian kali ini menggunakan teknik observasi, wawancara, angket, dan dokumentasi. Sedangkan instrumen yang digunakan, meliputi angket tertutup yang disebar kepada ibu siswa untuk mengukur kondisi psikologis ibu siswa sebagai dampak adanya kebijakan BDR. Instrumen tersebut diuji kesahihannya dengan rumus *Product Moment* (Karl Pearson), dan rumus *Cronbach Alpha* untuk menguji tingkat konsistensi pada instrumen. Adapun uji prasyarat data pada penelitian ini, meliputi uji normalitas dengan teknik *Kolmogorov Smirnov*, uji regresi linier sederhana, dan uji hipotesis statistik dengan rumus *Korelasional Product Moment Pearson*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara umum, belajar merupakan sebuah proses yang berujung untuk mengubah perilaku seseorang secara menyeluruh. Proses belajar juga disebut sebagai produk yang berasal dari pengalaman-pengalaman yang dibentuk oleh seseorang dalam melakukan berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya (Mahmud, 2010). Dalam bahasa Arab, belajar memiliki padanan kata dengan *ta'allum*, seperti yang termaktub dalam firman Allah SWT. berikut ini.

وَاتَّبِعُوا مَا نَزَّلْنَا عَلَى الشَّيْطَانِ عَلَى مُلْكِ سُلَيْمَانَ ۖ وَمَا كَفَرَ سُلَيْمَانُ وَلَكِنَّ الشَّيْطَانَ كَفَرُوا يُعَلِّمُونَ النَّاسَ  
السِّحْرَ وَمَا أُنزِلَ عَلَى الْمَلَكَيْنِ بِبَابِلَ هَارُوتَ وَمَارُوتَ ۚ وَمَا يُعَلِّمَانِ مِنْ أَحَدٍ حَتَّى يَقُولَا إِنَّمَا نَحْنُ فِتْنَةٌ فَلَا  
تَكْفُرْ ۖ فَيَتَعَلَّمُونَ مِنْهُمَا مَا يُفَرِّقُونَ بِهِ بَيْنَ الْمَرْءِ وَزَوْجِهِ ۚ وَمَا هُمْ بِضَارِّينَ بِهِ مِنْ أَحَدٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ ۗ  
وَيَعَلِّمُونَ مَا يَضُرُّهُمْ وَلَا يَنْفَعُهُمْ ۗ وَقَدْ عَلِمُوا لَمَنِ اشْتَرَاهُ مَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِنْ خَلْقٍ ۗ وَلَبِئْسَ مَا شَرُّوا  
بِهِ أَنْفُسَهُمْ ۗ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ

Terjemahan: “Mereka mengikuti apa yang dibaca oleh setan-setan pada masa Kerajaan Sulaiman. Sulaiman itu tidak kufur, tetapi setan-setan itulah yang kufur. Mereka mengajarkan sihir kepada manusia dan apa yang diturunkan kepada dua malaikat di negeri Babilonia, yaitu Harut dan Marut. Padahal, keduanya tidak mengajarkan sesuatu kepada seseorang sebelum mengatakan, “Sesungguhnya kami hanyalah

*fitnah (cobaan bagimu) oleh sebab itu janganlah kufur!” Maka, mereka mempelajari dari keduanya (malaikat itu) apa yang (dapat) memisahkan antara seorang (suami) dan istrinya. Mereka tidak akan dapat mencelakakan seseorang dengan (sihir)-nya, kecuali dengan izin Allah. Mereka mempelajari sesuatu yang mencelakakan dan tidak memberi manfaat kepada mereka. Sungguh, mereka benar-benar sudah mengetahui bahwa siapa yang membeli (menggunakan sihir) itu niscaya tidak akan mendapat keuntungan di akhirat. Sungguh, buruk sekali perbuatan mereka yang menjual dirinya dengan sihir jika mereka mengetahui (nya).” (QS. Al-Baqarah:102).*

Ayat di atas mengandung kata *ta'allum* yang memiliki makna sebagai proses menyerap berbagai pengetahuan yang bermakna, serta dapat memiliki pengaruh terhadap perilaku seseorang. Di sisi lain, menurut ranah psikologi belajar merupakan suatu proses yang bersifat internal. Proses tersebut mengakibatkan adanya perubahan yang tidak dapat dilihat secara kasat mata. Perubahan tersebut terletak pada berbagai aspek intelektual, serta keadaan psikis. Bourne menyebut belajar sebagai hasil dari sebuah pengalaman dan latihan. Morgan menjelaskan bahwa perubahan timbul akibat adanya pengalaman pada masa lalu, tanpa adanya pelatihan. Sedangkan Guilford menyebutkan bahwa perubahan dapat timbul akibat adanya suatu perangsang.

Proses belajar melibatkan memori untuk menyimpan berbagai informasi yang diperoleh. Menangkap sensasi/stimuli, persepsi, dan perhatian adalah bagian yang paling penting dan saling bersinergi dalam proses belajar. Sensasi merupakan proses perubahan informasi menjadi impuls-impuls saraf. Proses tersebut sangat berkaitan dengan alat-alat indra. Panca indra dapat dimanfaatkan oleh manusia untuk memahami makna pesan secara fisik, serta mendapatkan pengetahuan dan keterampilan untuk melakukan interaksi sosial (Mahmud, 2010).

Kebijakan BDR memberikan dampak yang positif dan negatif. Dampak positifnya adalah dengan adanya kebijakan tersebut setiap peserta didik diwajibkan untuk mampu menguasai materi pembelajaran melalui media pembelajaran virtual. Hal tersebut mengindikasikan adanya percepatan digitalisasi dalam bidang pendidikan. Kebijakan BDR bersinergi dengan perubahan kurikulum Merdeka Belajar yang baru saja ditetapkan oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, Nadiem Makarim.

Menurutnya, Kurikulum Merdeka Belajar memberikan corak yang berbeda dalam menyajikan pembelajaran di sekolah. Jika biasanya pembelajaran selalu dilaksanakan di dalam ruang kelas, maka dalam penerapan kurikulum baru ini suasananya belajar lebih menyenangkan, sebab peserta didik dapat belajar di luar ruang kelas (Marisa, 2021). Selain itu, kegiatan pembelajaran lebih fokus pada penanaman nilai-nilai moral dan budi pekerti luhur pada peserta didik. Hal ini diimplementasikan melalui komunikasi yang baik antara pendidik dan peserta didik dalam proses kegiatan belajar mengajar, sehingga pendidik dapat menentukan model pembelajaran yang menyenangkan bagi peserta didik.

Berdasarkan hasil perhitungan uji statistik dengan SPSS 25 diperoleh 13 pernyataan pada instrumen variabel X bersifat shahih, sebab nilai  $r_x$  lebih besar dari nilai  $r_{tabel}$ , yaitu 0,159. Begitu pula dengan variabel Y, 15 pernyataan pada instrumen variabel Y bersifat shahih  $r_y$  lebih besar dari nilai  $r_{tabel}$ . Selain itu, instrumen pada penelitian ini juga memiliki tingkat konsistensi yang cukup tinggi. Hal ini sesuai dengan hasil uji reliabilitas yang menyatakan bahwa nilai *Cronbach Alpha* pada variabel X dan Y lebih besar dari 0,05. Hasil uji reliabilitas nilai *Cronbach Alpha* pada variabel X sebesar 0,626, sedangkan nilai *Cronbach Alpha* pada variabel Y sebesar 0,742.

Hal tersebut diperkuat dengan hasil uji regresi linear sederhana, diperoleh nilai *Deviation from Linearity* sebesar 0,337. Sesuai dengan pedoman pengambilan keputusan, karena nilai *Deviation from Linearity* lebih besar dibandingkan 0,05, jadi dapat diketahui bahwa variabel X dan variabel Y memiliki hubungan linear yang signifikan. Di samping itu, uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* menghasilkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,200, karena lebih tinggi dibandingkan 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi atau persyaratan normalitas dalam model regresi telah terpenuhi.

**Tabel 1**  
**Hasil Uji Hipotesis (Korelasional Product Moment)**

CORRELATIONS		X	Y
X	Pearson Correlation	1	.773**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	150	150
Y	Pearson Correlation	.773**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	150	150

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*Dihitung dengan SPSS 25 Version*

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa nilai  $r_{hitung}$  variabel Dampak Kebijakan BDR (X) adalah sebesar 0,773, dan  $r_{hitung}$  variabel Kondisi Psikologis Ibu Siswa (Y) adalah sebesar 1. Angka tersebut lebih besar dari  $r_{tabel}$  0,159, jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan pada kedua variabel tersebut. Selain itu, nilai  $r_{hitung}$  juga bernilai positif, sehingga variabel Dampak Kebijakan BDR (X) dan variabel Kondisi Psikologis Ibu Siswa (Y) memiliki hubungan bersifat positif. Apabila kebijakan BDR diterapkan dalam jangka waktu yang lama, maka tekanan psikologis pada ibu siswa akan mengalami peningkatan pula.

Perhitungan di atas menyatakan bahwa kebijakan BDR yang dilaksanakan selama masa pandemi Covid-19 memiliki signifikansi yang cukup besar terhadap kondisi psikologis ibu siswa. Hal senada juga diperoleh melalui hasil wawancara peneliti dengan para informan ibu siswa, beliau mayoritas mengalami kesulitan dalam membimbing anak-anak belajar di rumah. Terlebih lagi pembelajaran Daring yang melibatkan teknologi yang kurang dikuasai oleh para orang tua. Sekolah tingkat dasar pada umumnya menggunakan *WhatsApp Group* sebagai media komunikasi dan menyampaikan materi pembelajaran. Termasuk di antaranya MINU Unggulan Sukorejo, SD Negeri Sembung, dan SD Nganti III Ngraho. Oleh karena itu, peserta didik yang bertempat tinggal jauh dari koneksi jaringan internet mengalami kesulitan dalam memahami informasi pelajaran yang disampaikan oleh guru secara Daring, sehingga pembelajaran berjalan lambat dan kurang efektif.

Hal senada juga disampaikan Syahria Anggita Sakti dalam penelitiannya yang menyatakan bahwa dampak kebijakan BDR menambah beban wali murid. Orang tua, khususnya ibu harus mendampingi anak saat pembelajaran Daring. Hal ini tentu saja menyita waktu orang tua yang harus bekerja di luar rumah. Keadaan tersebut menjadi dilema tersendiri bagi orang tua, sebab harus mencari uang untuk biaya hidup sehari-hari, serta mendidik anak-anaknya belajar di rumah (Sakti, 2021).

Selain itu, politik juga membawa tekanan mental, khususnya bagi ibu. Tekanan mental atau stres adalah keadaan pikiran di mana jiwa kewalahan. Menurut tegangan tekan, tegangan dibedakan menjadi dua jenis, yaitu tegangan berat dan tegangan ringan. Stres yang intens dapat menyebabkan berbagai penyakit. Sementara itu, stres ringan dapat merangsang dan



memberikan semangat hidup sejati yang membosankan dalam kehidupan sehari-hari. Stres yang berlebihan, jika tidak ditangani, mengancam jiwa.

Stres dapat muncul di berbagai lingkungan, baik pada anak-anak maupun orang dewasa. Strategi coping adalah cara menghadapi situasi stres. Lazarus dan Folkman mendefinisikan strategi coping stres ini sebagai perubahan kognitif dan perilaku yang terjadi secara terus menerus sebagai upaya individu untuk mengatasi tuntutan internal dan eksternal yang dirasa membebani atau diluar kemampuan seseorang (Andiarna & Kusumawati, 2020). Mengatasi stres berbeda untuk setiap orang. Memang, perbedaan individu dalam penggunaan strategi coping ini bergantung pada bagaimana individu tersebut mempersepsikan situasi stres yang dihadapinya (Sakdiah, Januari 2008). Oleh karena itu, penilaian situasi stres menentukan strategi untuk mengatasi stres.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa kebijakan Belajar Dari Rumah (BDR) memiliki dampak yang cukup signifikan terhadap kondisi psikologis ibu siswa. Ibu siswa mengalami banyak tekanan mental dan melibatkan emosi dalam mendidik anak-anaknya di rumah. Namun, di sisi lain kebijakan tersebut juga memiliki dampak positif. Dampak positifnya adalah orang tua dapat lebih mengenal kemampuan dan gaya belajar yang dimiliki oleh anak-anaknya.

Dengan demikian, peran orang tua sejatinya sangat urgen dalam mendidik anak-anak, sebab proses pendidikan meliputi tiga unsur utama, salah satunya keluarga atau orang tua. Hal tersebut sesuai dengan konsep “Tri Sentra Pendidikan” yang dicetuskan oleh Bapak Pendidikan, Ki Hajar Dewantara (Nasional, 2003). Diharapkan dengan adanya tulisan ini mampu membuka pola pikir orang tua untuk mengenali gaya belajar anaknya. Jadi, pendidikan dan kemajuan belajar peserta didik bukan hanya menjadi tanggungjawab sebuah lembaga pendidikan, melainkan juga melibatkan peranan dari keluarga dan lingkungan sekitarnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andiarna, F., & Kusumawati, E. (2020). Pengaruh pembelajaran daring terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi Covid-19. *Jurnal psikologi*, 16(2), 139-149.
- Indonesia, P. R. (2003). Undang-undang Republik Indonesia nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional.
- Kebudayaan, R. D. T., & Kebudayaan, R. D. T. (2022). Penjelasan Surat Edaran Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Nomor 18 Tahun 2022 Tentang Penggunaan Produk Dalam Negeri Dalam Pengadaan Barang/Jasa Di Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi.
- Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan. (2020). Pedoman Penyelenggaraan Belajar Dari Rumah Dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (Covid-19). *Surat Edaran Nomor 15 Tahun 2020*, 021, 1–29. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/05/kemendikbud-terbitkan-pedoman-penyelenggaraan-belajar-dari-rumah>.
- Mahmud. (2010). *Psikologi Pendidikan*. CV. Pustaka Setia.
- Marisa, M. (2021). Inovasi kurikulum “Merdeka Belajar” di era society 5.0. *Santhet:(Jurnal Sejarah, Pendidikan, Dan Humaniora)*, 5(1), 66-78.
- Sakdiah, H. (2008). Stres Sekolah dan Strategi Penanggulangannya (Tinjauan Psikologi Pendidikan). *Al-Banjari: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Keislaman*, 7(1).
- Sakti, S. A. (2021). Persepsi Orang Tua Siswa terhadap Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid 19 di Yogyakarta. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 73-81.
- Taufik, A. (2019). Perspektif tentang perkembangan sistem pembelajaran jarak jauh di Kabupaten Kutai Kartanegara Kalimantan Timur. *Jurnal Pendidikan&Konseptual*, 3(2), 88-98.