

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Orang tua merupakan nomor satu yang berperan penting dalam mendampingi anak karna lingkungan bagi anak adalah lingkungan keluarga. keluarga juga merupakan tempat pertama bagi anak untuk bisa belajar dan mengengam pendidikan. Begitu juga dalam menghadapi wabah Covid-19 ini, orang tua sangat dibutuhkan untuk mendampingi anak-anaknya dalam menghadapi wabah ini (dalam Emiyati, 2020).

Pada tanggal 2 maret 2020 kasus pertama Covid-19 ditemukan di Indonesia, tercatat pertanggal 8 mei 2020 setidaknya terdapat 12.776 kasus dengan kematian sebesar 930 hal ini membuat negara indonesia terus melakukan pencegahan dan mengedukasi masyarakat untuk tetap berhati-hati dan selalu menjaga diri dari ancaman virus Corona (Asia, 2020). Hingga saat ini di beberapa negara sedang berlomba-lomba untuk menemukan vaksinnnya. Belum ditemukannya vaksin ini membuat negara Indonesia dan banyak negara lainnya di seluruh dunia harus belajar hidup berdampingan dengan virus Corona. Mencuci tangan, memakai masker, membawa *hand sanitizer* ketika keluar rumah merupakan cara hidup berdampingan sesuai dengan protokol WHO. Pemerintah juga menghimbau kepada kantor layanan publik agar melaksanakan protokol Covid-19 sesuai anjuran WHO antara lain menyediakan tempat cuci tangan, menyediakan *hand sanitizer*, mengecek suhu tubuh sebelum memasuki ruangan,

menerapkan *physical distancing*. Segala hal dan upaya dilakukan untuk menghentikan dan memperlambat laju perkembangan virus corona. Di Indonesia pemerintah sudah mengupayakan dengan berbagai cara antara lain isolasi diri bagi warganya yang diduga terjangkit Covid-19, *Physical distancing* yang artinya menjaga jarak antar seseorang, Membatasi perjalanan nasional atau internasional, larangan untuk berkumpul atau berkerumun, penutupan toko–toko, restoran, ruang publik, hingga sekolah (dalam Wiresti, 2021) sehingga semua aktivitas dilakukan di rumah mulai dari belajar, bekerja, dan beribadah sesuai dengan himbuan bapak Presiden Joko Widodo pada 15 maret 2020 (dalam Wiresti, 2021). Dampak negatif dari penyebaran Covid 19 atau bisa disebut dengan virus corona ini ialah sebagai berikut: sistem pendidikan terganggu, merosotnya perekonomian yang terjadi secara global dan hubungan sosial dibatasi antara satu dengan yang lainnya (dalam Emiyati, 2020).

Menurut Beth Et.al (dalam Marliani et al., 2020) kondisi-kondisi tersebut membuat mereka menjadi stres karena dihadapkan pada kegiatan yang beragam dan multitasking. Stres merupakan keseluruhan proses yang meliputi stimulasi, kejadian, peristiwa, respon, dan interpretasi individu yang menyebabkan timbulnya ketegangan diluar kemampuan seseorang untuk mengatasinya. Stres memiliki dua dampak, yang pertama stres secara fisik yaitu sistem kekebalan tubuh mengalami penurunan sehingga seseorang mudah terserang penyakit dan yang kedua secara psikis yaitu timbulnya perasaan negatif, perasaan negatif ini akan menjadikan mereka mudah murung, kesepian, sedih, dendam, benci, dan merasa tidak berguna. Pada tahap selanjutnya kondisi ini dapat memunculkan

keputusan yang menjurus pada tindakan nekat bunuh diri (Kusumastuti dalam Hapsari et al., 2019).

Gejala stres yang muncul umumnya dibagi ke dalam tiga aspek, pertama gejala fisik berupa gangguan tidur (tidak bisa tidur atau terbangun tengah malam dan tidak bisa melanjutkan tidurnya) dan berubahnya selera makan. Gejala emosional berupa perubahan suasana hati, merasa gelisah, cemas dan tidak memiliki semangat dalam melakukan aktivitas (malas). Gejala kognitif berupa tidak bisa fokus dalam berpikir, pikiran menjadi kacau dan pikiran negatif menjadi meningkat (Rini, Kartika, & Qurroyzhin dalam Gamayanti et al., 2018).

Stres dapat diperburuk kondisi yang semakin membebani sumber daya emosional orang tua untuk memberikan pengasuhan yang efektif, misalnya tekanan tagihan dan pengelolaan keuangan menjadi lebih besar ketika tidak dapat membayar tagihan yang telah jatuh tempo, pekerjaan dan menyekolahkan anak ketika sarana tidak memadai (Conger dan Donnellan dalam Gamayanti et al., 2018). Nasir & Muhith (dalam Chairini, 2013) menyebutkan sumber stres yang bisa terjadi dalam kehidupan yang pertama adalah diri individu sendiri seperti penyakit yang diderita, penilaian dari motivasi yang bertentangan, dan ketika seseorang berada dalam kondisi harus menentukan pilihan dan pilihan tersebut sama pentingnya. Kedua adalah stressor dalam keluarga yang diantaranya bertambahnya anak, perceraian, dan adanya anggota keluarga yang sakit. Ketiga adalah stress yang diperoleh dari lingkungan pekerjaan, dan yang terakhir adalah mekanisme coping. Pekerjaan yang dirumahkan pada masa pandemi ini pastilah

hatinya merasa sedih, emosi tidak stabil, dan ekonominya menurun apalagi jika ayah menjadi sumber utama penghasil untuk keluarga.

Aktifitas bekerja dan belajar dirumah terjadi dalam satu setting tempat, yaitu rumah saat ini mengharuskan orangtua yang bekerja dari rumah (*Work From Home*) sekaligus harus mendampingi anak belajar jarak jauh dari rumah (*Studi From Home*). Menghadapi tugas yang muncul dalam waktu bersamaan dan harus disikapi dengan kepala dingin tentunya membutuhkan upaya yang tidak sederhana dan itu dilakukan demi tercapainya kesejahteraan kehidupan keluarga atau rumah tangga. Kondisi tersebut bisa menambah banyak stresor negatif yang mungkin dirasakan oleh orangtua yang bekerja dirumah dan meliputi menumpuknya pekerjaan yang harus dilakukan, adaptasi terhadap media pekerjaan yang mungkin paling cocok digunakan jika bekerja dari rumah secara virtual, kebutuhan dan caring terhadap anak- anak dan pasangan mereka bertambah (Marliani et al., 2020).

Orangtua sebagai '*coach*' dirumah yang membantu dan memfasilitasi proses pembelajaran anak, tidak selalu berjalan dengan baik sesuai dengan harapan (Yuliawan dalam Wiresti, 2021). Hal ini disebabkan karena anak tidak mau menyelesaikan tugas yang diberikan ibu guru dalam satu waktu padahal ibu guru sudah menentukan tanggal pengumpulannya, maka dari itu tidak sedikit tugas anak yang dibantu orangtua. Ketika anak belajar dirumah dengan orangtua, belum tentu semua orangtua paham tentang psikologi anak, cara mengatasi situasi hati anak yang tidak menentu, cara menstimulus anak, cara memberikan *reward and punishment* dengan baik dan paling utama adalah cara mengajar anak dengan

baik sesuai dengan konsep psikologi anak begitu penting peran orangtua dirumah (Ulfah & Na'imah dalam Wiresti, 2021).

Beragam pengertian dapat ditemui dalam literatur, tetapi sepertinya pengertian oleh Huuhtanen (dalam Mungkasa, 2020) yang relatif mudah dipahami, yaitu pekerjaan yang dilakukan oleh seseorang (pegawai, pekerja mandiri, pekerja rumahan) secara khusus, atau hanya waktu tertentu, pada sebuah lokasi jauh dari kantor, menggunakan media telekomunikasi sebagai alat kerja. Ditambahkan oleh Konradt, Schmook, dan Malecke (dalam Mungkasa, 2020), bahwa bekerja jarak jauh dimaksudkan sebagai cara bekerja dalam sebuah organisasi yang dilaksanakan sebagian atau seluruhnya di luar kantor konvensional dengan bantuan layanan telekomunikasi dan informasi (DeRossette dalam Mungkasa, 2020). Secara khusus ada tiga aspek yang membentuk WFH dan sangat mempengaruhi pekerja diantaranya pada aspek manajemen ekonomi dibebankan oleh penambahan biaya rumah tangga baik listrik, pulsa, dan lainnya, pada aspek teknologi lingkungan pekerja disuguhkan dengan keterbatasan perangkat atau kekurangan dukungan teknis, dan yang terakhir pada aspek sosial pekerja akan kesulitan dalam membedakan antara waktu kerja dan urusan pribadi (Mungkasa, 2020).

Orangtua yang lebih sering melakukan interaksi dengan anak dan melakukan pengasuhan, tentunya saat ini memiliki tugas tambahan sebagai pendamping belajar untuk program *Homeschooling* anak selama melakukan SFH (*Studi from home*). Jika orangtua juga saat ini adalah seorang karyawan yang harus tetap bekerja di rumah dan melakukan WFH (*Work from home*), maka

orangtua dituntut untuk menjadi seorang multitasker. Menjadi pendamping belajar anak sekaligus mengerjakan pekerjaan kantornya. Bagi kebanyakan orang, hal ini merupakan perubahan yang dapat menjadi stressor baru. Stres adalah tuntutan terhadap sistem biopsikososial yang menghasilkan ketegangan, kecemasan, dan kebutuhan energi ekstra baik fisiologis maupun psikologis. Stimulus lingkungan, baik fisik, psikologis atau sosial yang menyebabkan stres atau ketegangan disebut sebagai stresor, sedangkan cara mengatasi stres disebut dengan coping (Marliani et al., 2020).

Diambil dari KOMPAS.com, komisi perlindungan anak Indonesia (KPAI) menyoroti tindakan kekerasan yang dilakukan oleh orang tua terhadap anak berusia 8 tahun ketika mengalami kesulitan belajar jarak jauh secara daring (online). Menurut keterangan KPAI, anak mendapatkan beberapa pukulan, diantaranya menggunakan gagang sapu, saat belajar online hingga meninggal dunia. KPAI menyatakan sangat prihatin atas perbuatan orang tua korban yang justru membawa jenazah korban dengan kardus ke Lebak dan dimakamkan sendiri dan dimakamkan secara diam-diam di TPU desa Cipalabuh ([amp.kompas.com](http://amp.kompas.com)).

Maka dari itu maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai seberapa besar kegiatan multitasking yang tengah di jalani oleh para orang tua menjadi stressor bagi para orang tua, dengan lokasi penelitian pada kompleks lubuk gading permai V di kota padang yang berisikan mayoritas adalah pekerja dan telah bekeluarga.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 7 November di kompleks lubuk gading permai V dengan 10 orang warga kompleks, mereka mengatakan bahwa

semenjak terjadinya Covid-19 keadaan yang menyuruh bekerja dirumah membuat diri malas dalam melakukan kegiatan dirumah diakibatkan banyaknya pekerjaan kantor yang tidak bisa diselesaikan dengan cepat dan bahkan sulit diselesaikan jika tidak terjadi interaksi langsung secara fisik dengan tim kerja, dilain sisi mereka mengakui merasakan keadaan cemas akan pendidikan anaknya yang tidak akan maksimal dengan kondisi saat ini yang menuntut mereka harus bekerja dan memberikan bimbingan atau pengawasan terhadap kegiatan akademik anaknya yang memiliki limit waktu pengumpulan tugas atau menuntut pemahaman cepat dari sang anak, dengan gambaran keadaan tersebut 6 orangtua menyatakan kondisi dimana akhirnya-akhirnya ini sulit untuk tidur serta terkadang sering terbangun tengah malam dan tidak dapat tidur lagi dikarenakan memikirkan cara untuk dapat memberikan pendidikan anak dan dapat menyelesaikan beban kerja yang dituntut oleh lingkungan tempat kerja, serta harus memikirkan beban harian pekerjaan rumah tangga yang harus dilakukan sehingga waktu istirahat hanya bisa dilakukan oleh fisik tetapi tidak bagi pikiran para orangtua, dengan demikian orangtua tidak memiliki konsentrasi yang cukup untuk bekerja serta mendampingi anaknya belajar. Ditambah menurut keterangan para orangtua, mereka tidak mengetahui cara yang tepat untuk memberikan pembelajaran pada anak sehingga tugas yang diberikan sekolah untuk anak hanya dibantu dan bahkan dikerjakan oleh para orangtua secepat mungkin agar orangtua dapat lanjut bekerja, dan bentuk capaian yang harus dicapai oleh anak sangat membebani orangtua karena anak tidak selalu menurut terhadap perintah orangtua karena anak tidak dalam lingkungan sekolah dan itu sangat mengganggu kestabilan emosi orangtua yang membuat

orangtua mudah marah dilain sisi juga merasa sedih dengan keadaan masa pandemi yang mengharuskan anak belajar dari rumah, serta hal ini juga membuat para orang tua sangat tertekan sehingga terkadang merasakan sakit kepala secara tiba-tiba.

Dari keterangan dari 3 orang tua mengakui hukuman berupa pukulan dibagian betis (kaki), cubitan dibagian lengan atas (tangan) merupakan hukuman yang sangat efektif untuk membuat anak mau mendengarkan dan belajar sesuai dengan arahan yang diberikan orang tua, tanpa penyangkalan dari para orang tua hal tersebut tak hanya sebagai hukuman bagi anak tapi juga merupakan efek samping dari rasa geram terhadap anak yang tak dapat mengerti pada situasi yang tengah dihadapi oleh ortang tuanya walau telah dijelaskan dengan kata-kata, menangis didepan anak, marah-marah dan bahkan membicarakannya dari hati ke hati kepada sang anak.

Didapati gambaran diatas menerangkan bahwa adanya indikasi stres yang dialami oleh orangtua yang membuat kegiatan *multitasking* tersebut sangat menjadi beban baik secara fisik dan emosi serta fikiran, tak hanya itu semua hal yang dialami oleh orangtua bukan lah hal yang dapat dipilih dan tidak dikerjakan, dikarenakan semuanya adalah kewajiban orangtua dimulai dari mencari nafkah hingga memberikan pendidikan terbaik untuk anak.

Para orangtua juga menerangkan bahwa semenjak merebaknya keadaan Covid-19 keadaan perekonomian semakin memburuk dimana pengeluaran bertambah mengenai beban biaya listrik ataupun pemakaian biaya internet untuk sekolah anak dan untuk melakukan kegiatan bekerja dari rumah. Para orangtua



juga menerangkan terkadang sulit untuk mengatur waktu kerja mereka antara pekerjaan rumah atau pekerjaan kantor itu disebabkan pekerjaan kantor yang tak dapat diselesaikan dengan mudah dan bahkan memakan waktu yang lama untuk menyelesaikannya, serta fasilitas pendukung dalam bekerja dirumah kurang memadai dalam melakukan pekerjaan. Para orangtua juga mengatakan perekonomian memburuk dikarenakan pemangkasan gaji sedangkan pengeluaran bertambah membuat mereka merasa cemas dengan keadaan saat ini serta membuat keadaan keuangan tidak stabil, hal ini juga berpengaruh bagaimana mereka dalam membantu proses belajar anaknya yang juga dilakukan dirumah.

Penjelasan tersebut jelas menyebutkan bahwa dampak negatif dari WFH yang dilakukan orang tua jika telah memiliki tanggungan yang dalam hal ini kita sebut anak dan merupakan kewajiban utama orangtua lah untuk dapat memberikan yang terbaik untuknya sehingga dilema seperti keadaan sekarang ini membuat para orangtua sangat resah dan bahkan hampir tidak dapat menemukan jalan keluar terbaik untuk anaknya dan bahkan dirinya.

Penelitian tentang hubungan *Work From Home* dengan tingkat stres pernah dilakukan sebelumnya pada tahun 2020 oleh Rosleny Marliani mahasiswi Program Study Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati dengan judul “Regulasi Emosi, Stres, dan Kesejahteraan Psikologis: studi pada ibu *Work From Home* dalam menghadapi pandemic COVID-19”, dengan sampel penelitian adalah ibu yang bekerja dan menepati peran ganda dalam keluarga. Penelitian lainnya juga dilakukan pada tahun 2020 oleh Ririn Dwi Wiresti mahasiswi pendidikan agama islam anak usia dini, Universitas Islam

Nagri Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan judul “Analisis Dampak *Work From Home* pada anak usia dini dimasa pandemic COVID-19”, dengan metode *library research* dan penjelasan secara kualitatif deskriptif. Penelitian lainnya juga dilakukan pada tahun 2016 oleh Megan Shepherd-Baningan Dkk, yang melakukan studi kasus dengan judul “*Working From Home Impact Stres Among Employed Women With Young Children*” dengan subjek penelitian adalah wanita karier di US dengan teknik pengumpulan data secara observasi partisipatif yang mengharuskan peneliti ikut serta dalam situasi fenomena selaku salah satu orang dalam. Perbedaan penelitian yang akan peneliti lakukan dengan peneliti sebelumnya adalah dari sampel penelitian, metode penelitian, tempat penelitian dan tahun dilakukannya penelitian.

Berdasarkan uraian yang peneliti jabarkan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Antara *Work From Home* dengan stress orangtua dalam membantu prose belajar mengajar pada siswa sekolah dasar di Komplek Lubuk Gading Permai V Kecamatan Koto Tangah Kota Padang”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan fenomena yang telah dijelaskan diatas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan *work from home* dengan stres orangtua dalam membantu proses belajar mengajar pada siswa sekolah dasar di Komplek Lubuk Gading Permai V Kecamatan Koto Tangah Kota Padang.

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan *work from home* dengan stress orangtua dalam membantu proses belajar mengajar pada siswa sekolah dasar di Komplek Lubuk Gading Permai V Kecamatan Koto Tangah Kota Padang.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan mengembangkan kajian ilmu psikologi, khususnya psikologi sosial dan psikologi klinis.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Subjek Penelitian**

Bagi subjek penelitian diharapkan penelitian ini dapat membantu memberikan informasi bagi subjek, yang mana dengan hasil penelitian yang ada secara tidak langsung akan memberikan bekal secara psikis, yaitu tentang stres.

##### **b. Bagi Peneliti Lainnya**

Bagi Peneliti Lainnya yang berminat untuk meneliti mengenai hubungan *work from home* dengan stress orangtua dalam membantu proses belajar mengajar pada siswa, maka hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan dan bahan perbandingan dalam melakukan kajian dan penelitian selanjutnya.