

**STRATEGI *COPING* IBU PEKERJA DALAM MENDAMPINGI
PEMBELAJARAN DARING PADA MASA PANDEMI COVID-19
(Studi Kasus di Nitikan, Kecamatan Umbulharjo, Yogyakarta)**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat – syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1**

Disusun Oleh :

**USWATUN HASANAH
NIM 17102050058**

Pembimbing:

**Khotibul Umam, M.Si
NIP. 198805032019031014**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2021



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1577/Un.02/DD/PP.00.9/10/2021

Tugas Akhir dengan judul : STRATEGI COPING IBU PEKERJA DALAM MENDAMPINGI PEMBELAJARAN DARING PADA MASA PANDEMI COVID-19 (STUDI KASUS DI NITIKAN, KECAMATAN UMBULHARJO, YOGYAKARTA)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : USWATUN HASANAH
Nomor Induk Mahasiswa : 17102050058
Telah diujikan pada : Kamis, 14 Oktober 2021
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I
Khotibul Umam, M.Si.
SIGNED

Valid ID: 6178201156e7



Penguji II
Aryan Torrido, SE.,M.Si
SIGNED

Valid ID: 61871f6a66b15



Penguji III
Andayani, SIP, MSW
SIGNED

Valid ID: 618a65b1680f



Yogyakarta, 14 Oktober 2021
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Prof. Dr. Hj. Marhamah, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 618a6e20251d



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto, Telp. (0274) 515856, Yogyakarta 55221

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah Dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
di Yogyakarta

Assalamu.alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Uswatun Hasanah
NIM : 17102050058
Judul Skripsi : *Strateti Coping* Ibu Pekerja Dalam Mendampingi Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus di Nitikan, Kecamatan Umbulharjo, Yogyakarta)

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Ilmu Kesejahteraan Sosial.

Dengan ini kami mengharapkan agar skripsi tersebut dapat segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 10 Oktober 2021

Mengetahui,
Kepala Program Studi
Ilmu Kesejahteraan Sosial



Siti Salechah, S.Sos.I., M.Si.
NIP. 19830519 20912 2 002

Pembimbing,

Khotbul Umam, M.Si.
NIP. 19880503 201903 1 014

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Uswatun Hasanah
NIM : 17102050058
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Sosial
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul “Strategi Coping Ibu Pekerja Dalam Mendampingi Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus di Nitikan, Kecamatan Umbulharjo Yogyakarta)” adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 9 November 2021

Yang menyatakan,



Uswatun Hasanah
17102050058

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga:

Nama : Uswatun Hasanah
NIM : 17102050058
Jurusan : Ilmu Kesejahteraan Sosial
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Alamat : Nitikan, Sorosutan, Umbulharjo, Yogyakarta

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa tidak akan melepas jilbab pada foto ijazah Sarjana dan transkrip nilai. Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka saya siap mempertanggung jawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar - benarnya. Atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu saya ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 9 November 2021

Yang menyatakan,



Uswatun Hasanah
17102050058

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada :
Keluarga saya khususnya kedua orangtua yang selalu memberi dukungan serta mendoakan saya, teman-teman terdekat saya dan untuk diri saya sendiri.



MOTTO

“Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.”
(QS. Al-Baqarah, 153)

Terkadang aku merasa gelisah melihat teman-temanku yang lebih maju dariku. Berusaha mengikuti kecepatan mereka hanya akan membuatku kehabisa napas.

Aku segera menyadari bahwa jalan mereka bukanlah jalanku. Apa yang membuatku bertahan pada saat itu adalah sebuah janji yang kubuat dengan diriku sendiri “pelan-pelan saja”. Aku akhirnya berada di jalanku sendiri dengan stabil.

-Kim Seokjin-

If I give up here, then I'm not the star of my life.

-Kim Taehyung-

Stop comparing yourself to other people. Someday you will be the best version of yourself.

-Uswatun Hasanah-

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Strategi *Coping* Ibu Pekerja Dalam Mendampingi Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 (Studi kasus di Nitikan, Kecamatan Umbulharjo, Yogyakarta). Dengan segala keterbatasan yang dimiliki, penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan baik sebagai tugas akhir dalam memperoleh gelar Sarjana Strata 1 Jurusan Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Skripsi ini dapat terselesaikan berkat doa, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak yang terlibat. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan banyak terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Siti Solechah, S.Sos.I., M.Si. selaku ketua Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dan selaku Dosen Pembimbing Akademik, yang telah memberikan bimbingan dan arahan terkait seluruh kegiatan perkuliahan.
4. Khotibul Umam, M.Si selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, memberikan arahan, memberikan ilmu yang bermanfaat serta respon yang baik selama proses penyelesaian skripsi.
5. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Ilmu Kesejahteraan Sosial yang telah memberikan ilmu, pengalaman, serta nasehat selama berada dibangku perkuliahan.
6. Seluruh Staff Tata Usaha di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga yang telah membantu dan memperlancar proses administrasi kampus.

7. Kedua orangtua tercinta, Ibu Suharti dan Bapak Muryadi yang selalu mendoakan yang terbaik untuk saya, selalu menguatkan, memberikan kasih sayang, memberi semangat serta dukungan yang tiada hentinya.
8. Kakak saya Taufek Sultoni yang telah memotivasi saya agar bisa menyelesaikan skripsi ini.
9. Ardiyan Esa Adecsa yang secara tidak langsung selalu memberi *support* agar skripsi ini segera selesai, menjadi tempat berkeluh kesah dan selalu memberi nasihat terbaiknya.
10. Ketua RT dan RW Nitikan Sorosutan yang telah membantu peneliti dalam memberikan informasi, maupun data penelitian yang dibutuhkan.
11. Ketua karang taruna, pemuda karang taruna serta masyarakat di Nitikan yang telah meluangkan waktunya, sehingga dapat melakukan wawancara yang sangat membantu dalam kelancaran penulisan skripsi.
12. Para informan yang telah membantu dalam pengumpulan informasi baik melalui wawancara, observasi dan dokumentasi.
13. Anggun Sasmitha Sari, Anisa Dyah Saraswati, Ayu Krismonica Octa Riana, Inas Fauziah, Rizki Kurniawati, Shita Rusmala Dewi, dan Sri Rahayu selaku teman dekat peneliti yang telah menemani berproses selama awal perkuliahan, selalu memberi semangat dan menjadi tempat berkeluh kesah.
14. Teman terbaik Wilda, Erika, Risma, Ara, Isna, Khusni, Rosyid, Jeni, Faqih, Aflah, Arif, Rahmat, Anas, Alfin, Yudha, dan lainnya yang selalu memberi *support* dan reminder selama menyusun skripsi.
15. Teman-teman KKN 102 Tiwul Ayu yang saling memberi dukungan satu sama lain.
16. Seluruh teman-teman Ilmu Kesejahteraan Sosial angkatan 2017 yang telah kebersamai selama masa perkuliahan dan memberi banyak pengalaman kepada saya.

Sekali lagi, penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dan senantiasa memberikan doa yang terbaik kepada penulis. Semoga Allah SWT membalas amal kebaikan mereka. Penulis menyadari

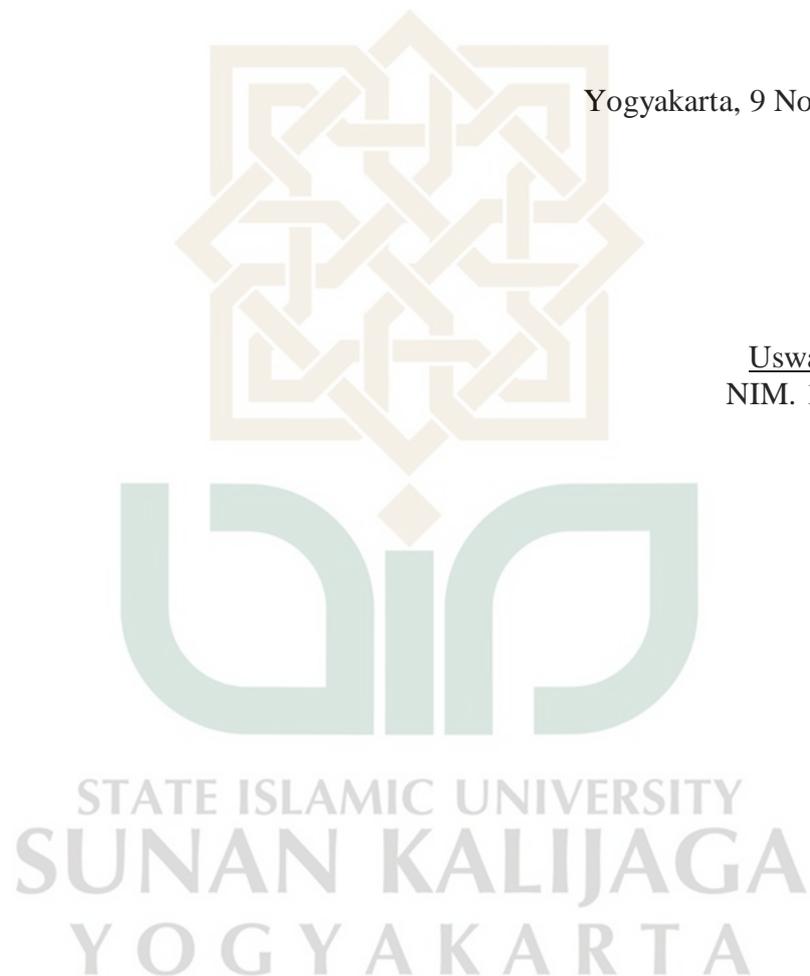
bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menerima kritik dan saran yang membangun agar skripsi ini dapat menjadi lebih baik. Semoga penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan memberikan manfaat untuk pembaca.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Yogyakarta, 9 November 2021

Penulis,

Uswatun Hasanah
NIM. 17102050058



**STRATEGI *COPING* IBU PEKERJA DALAM MENDAMPINGI
PEMBELAJARAN DARING PADA MASA PANDEMI COVID-19
(Studi Kasus di Nitikan, Kecamatan Umbulharjo, Yogyakarta)**

Oleh:

Uswatun Hasanah
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

ABSTRAK

Pandemi covid-19 mengakibatkan seluruh jenjang pendidikan menerapkan sistem pembelajaran daring. Sehingga semua kegiatan sekolah dilakukan di rumah. Dengan adanya perubahan tersebut orangtua dituntut untuk berperan aktif dalam proses pendampingan belajar, khususnya pada anak dengan tingkat Sekolah Dasar ke bawah. Bagi ibu pekerja, adanya tambahan kegiatan pendampingan belajar bukanlah hal yang mudah untuk dilakukan. Banyak permasalahan yang muncul selama pendampingan, yang dapat memicu timbulnya stres. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran stres dan strategi *coping* ibu pekerja dalam mendampingi pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data pada penelitian ini diantaranya reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi *coping* yang dilakukan ibu pekerja di Nitikan dalam menghadapi permasalahan selama pendampingan pembelajaran daring yaitu, dengan menggunakan *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Pada *problem focused coping*, informan cenderung menggunakan bentuk *seeking social support*. Sementara pada *emotion focused coping* informan cenderung menggunakan bentuk *positive reappraisal* dan *self controlling*.

Kata Kunci : Strategi coping, Ibu Pekerja, Pembelajaran Daring

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	iv
SURAT PERNYATAAN BERJILBAB.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Tinjauan Pustaka.....	10
F. Kerangka Teori	14
G. Metode Penelitian	29
H. Sistematika Pembahasan	37
BAB II GAMBARAN UMUM NITIKAN KELURAHAN SOROSUTAN KECAMATAN UMBULHARJO.....	38
A. Letak Geografis & Demografi	38

B. Kondisi Sosial Keagamaan.....	39
C. Kondisi Sosial Masyarakat.....	43
D. Kondisi Sosial Budaya.....	45
E. Kondisi Ekonomi	47
F. Gambaran Profil Subjek	47
BAB III STRATEGI COPING IBU PEKERJA DALAM MENDAMPINGI PEMBELAJARAN DARING PADA MASA PANDEMI COVID-19	54
A. Gambaran Stres Ibu Pekerja Dalam Mendampingi Pembelajaran Daring ..	54
B. Sumber Stres	62
C. Dampak Stres	71
D. Tingkatan Stres	78
E. Strategi <i>Coping</i> Yang Dilakukan Ibu Pekerja Dalam Mendampingi Pembelajaran Daring	79
F. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Strategi <i>Coping</i>	92
BAB IV PENUTUP	97
A. Kesimpulan.....	97
B. Saran	99
DAFTAR PUSTAKA.....	101
LAMPIRAN	104

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Statistik Penduduk tahun 202039



DAFTAR GAMBAR

Gambar I Kegiatan Pendampingan Belajar Daring Oleh Informan A2	72
Gambar II Kegiatan Pendampingan Belajar Daring Oleh Informan A1	73



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Akhir Desember 2019, dunia digemparkan dengan munculnya penyakit baru yang berbahaya. Penyakit tersebut dapat menular dengan cepat dan menyebabkan infeksi saluran pernapasan. Organisasi Kesehatan Dunia atau yang lebih dikenal dengan *World Health Organization* (WHO) mengumumkan secara resmi bahwa penyakit berbahaya ini bernama *Corona Virus Disease* (Covid-19).

Awal mula penularan penyakit ini diperkirakan muncul dari Kota Wuhan, China lalu menyebar luas hingga ke berbagai negara. Di Indonesia sendiri kasus positif covid-19 pertama kali dilaporkan pada tanggal 2 Maret 2020 yang menimpa dua orang warga Depok, Jawa Barat¹. Hingga akhirnya penyebaran virus ini terus terjadi ke berbagai wilayah di Indonesia, salah satunya di Daerah Istimewa Yogyakarta. Pada akhir bulan Februari 2021 kasus positif covid-19 di DIY mengalami peningkatan sebanyak 175 kasus. Domisili yang mengalami peningkatan cukup banyak yakni Kabupaten Bantul dengan 99 kasus terkonfirmasi covid-19. Sedangkan di Yogyakarta sendiri sebanyak 21 kasus.²

¹ Kian Amboro, *Kontekstualisasi Pandemi Covid-19 dalam Pembelajaran Sejarah*, *Historical Studies Journal*, Vol. 3 (2), 2019, hlm. 91.

² Tribunjogja.com, *Update Covid-19 Di Yogyakarta : Bertambah 175 Kasus Baru, Total Ada 26.456 Kasus Positif*, <https://jogja.tribunnews.com/2021/02/21/update-covid-19-di-yogyakarta-bertambah-175-kasus-baru-total-ada-26456-kasus-positif> diakses pada tanggal 25 Maret 2021 pukul 10.35.

Melihat kondisi penyebaran virus covid-19 yang semakin hari semakin bertambah, pemerintah berupaya mengeluarkan berbagai kebijakan untuk memutus mata rantai penyebaran virus covid-19. Kebijakan tersebut diantaranya *physical distancing*, pembatasan aktifitas di luar rumah, belajar dan bekerja dari rumah (*work from home*). Kebijakan covid-19 dapat dilihat dengan adanya penutupan akses jalan diberbagai daerah, pembatasan jam operasional transportasi dan pusat perbelanjaan. Kebijakan yang telah dikeluarkan ini disebut dengan *lockdown*, karena hampir seluruh kegiatan dirumahkan. Dengan adanya *lockdown* diharapkan dapat membantu mencegah penyebaran virus covid-19 di Indonesia.

Bidang pendidikan, lingkungan sekolah menjadi salah satu faktor penyebaran virus covid-19. Oleh karena itu, pemerintah membuat kebijakan tentang belajar dari rumah atau belajar secara daring bagi seluruh jenjang pendidikan. Kebijakan ini telah tercantum dalam surat edaran yang dikeluarkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (kemendikbud) Nomor 4 tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran coronavirus disease (covid-19)³. Di DIY sendiri resmi memberlakukan sistem belajar dari rumah pada tanggal 23 Maret 2020. Hal tersebut di sampaikan secara langsung oleh

³ Surat Edaran Mendikbud Nomor 4 Tahun 2020, <https://pusdiklat.kemdikbud.go.id/surat-edaran-mendikbud-no-4-tahun-2020-tentang-pelaksanaan-kebijakan-pendidikan-dalam-masa-darurat-penyebaran-corona-virus-disease-covid-1-9> diakses pada tanggal 26 Maret pukul 13.46

Gubernur DIY Sri Sultan Hamengku Buwono X.⁴ Untuk itu orang tua diharapkan dapat berperan aktif selama proses belajar dari rumah.

Belajar dari rumah atau yang biasa disebut dengan sistem pembelajaran daring sangat memberi pengaruh bagi para peserta didik, karena kegiatan pembelajaran yang seharusnya dilakukan secara tatap muka, sekarang harus berubah karena kondisi covid-19 yang mengharuskan mereka belajar dari rumah. Proses kegiatan belajarnya pun hanya memanfaatkan media digital berbasis *online* atau melalui virtual. Sehingga tidak ada interaksi fisik yang terjadi antara guru dengan peserta didik.

Pelaksanaannya pembelajaran daring ini memunculkan beberapa kendala yang harus dihadapi oleh peserta didik dari berbagai jenjang sekolah. Kendala-kendala tersebut diantaranya, kemungkinan terjadinya ketertinggalan materi pelajaran, kurang bisa aktif seperti saat pembelajaran luring, kurang bisa menyampaikan aspirasi atau pendapat mereka, keterbatasan fasilitas yang dimiliki oleh peserta didik seperti *handphone*, peserta didik kurang bisa menguasai penggunaan aplikasi untuk belajar daring, dan merasa jenuh karena tidak dapat berinteraksi secara langsung dengan teman-temannya.⁵ Perubahan model pembelajaran tersebut membuat para peserta didik harus beradaptasi agar tidak mengalami kesulitan.

⁴ Humas, Sri Sultan Keluarkan Kebijakan Belajar Di Rumah, <https://jogjaprovo.go.id/berita/detail/8591-sri-sultan-keluarkan-kebijakan-belajar-di-rumah> diakses pada tanggal 26 Maret 2021 pukul 13.46.

⁵ Lia Titi dan Woro Sumarni, *Kendala Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19*. Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana. Vol. 3 (1), 2020, hlm. 289-290.

Adaptasi pembelajaran daring tidak hanya dirasakan oleh para peserta didik, tetapi semua orang tua khususnya ibu juga mengalami adaptasi, karena sebagian tugas yang biasanya dilakukan oleh para guru beralih fungsi ke orang tua untuk sementara waktu. Mereka merasa adanya pembelajaran daring ini membuat beban pengeluaran bertambah, karena dalam proses pelaksanaannya membutuhkan kuota internet. Orang tua juga merasa kesulitan dalam menumbuhkan minat belajar anak, khususnya pada anak usia sekolah dasar kebawah. Manajemen waktu yang baik juga diperlukan saat kondisi seperti ini, karena orang tua harus melakukan pendampingan setiap hari. Mereka juga dituntut untuk bisa menyampaikan materi dengan baik kepada anaknya, agar proses belajar secara daring yang dilakukan bisa maksimal.⁶

Selama pandemi covid-19 pekerjaan yang harus dilakukan ibu semakin banyak, karena harus tetap bekerja dari rumah *work from home* (WFH), mengurus pekerjaan domestik, dan menjadi guru saat melakukan pendampingan terhadap anaknya. Sehingga pada kondisi seperti ini, ibu dituntut untuk bisa *multitasking* dalam menjalankan peran dan tanggungjawabnya. Hal tersebut menjadi tantangan tersendiri bagi ibu pekerja (wanita karir), karena harus bisa membagi perannya sebagai ibu rumah tangga sekaligus ibu pekerja.

Peran ibu pekerja bukanlah hal yang mudah untuk dilakukan, apalagi kurangnya peran suami dalam mengurus berbagai tugas yang harus

⁶ Tsaniya Zahra Yuthika dan Hetty Krisnani, *Optimalisasi Peran Pengawasan Orang Tua Dalam Pelaksanaan Sekolah Online Di Masa Pandemi Covid-19*, Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat. Vol. 7 (1), hlm. 54-55.

dijalani ibu pekerja. Pembagian tugas yang kurang seimbang antara suami dengan istri akan menimbulkan beban ganda pada ibu pekerja. Salah satunya adalah pembagian tugas pendampingan yang kurang efektif. Kegiatan pendampingan yang lebih banyak dilakukan oleh ibu pekerja seringkali membuatnya merasa lelah dan cenderung memiliki emosi yang kurang stabil. Beban ganda ibu pekerja yang tidak diseimbangkan dengan baik, maka akan mempengaruhi kondisi fisik dan psikologisnya.⁷

Hasil penelitian Ellya dan Mira menunjukkan bahwa tingkat stres orangtua dalam menghadapi anak belajar dari rumah dalam tiga minggu awal kebijakan *social distancing* adalah, 14,35% orangtua mengalami tingkat stres kategori rendah, 75,34% orangtua mengalami tingkat stres kategori sedang, 10,31% orangtua mengalami tingkat stres kategori tinggi dan 71,88% diantaranya adalah wanita atau ibu.⁸ Selain itu hasil penelitian Suneeta Joys Sihombing menunjukkan bahwa, rata-rata *coping stress* ibu rumah tangga adalah 105,58, ibu yang bekerja adalah 106,71 dengan perbedaan rata-rata sebesar 1,03. Jadi penelitian tersebut membuktikan bahwa rata-rata *coping stress* ibu yang bekerja lebih tinggi dibandingkan dengan *coping stress* ibu rumah tangga dalam menghadapi pembelajaran daring.⁹

⁷ Yuna Anisa Putri, *View of Mengungkap Beban Ganda Pada Ibu Di Masa Pandemi Covid-19*, Jurnal Unusia. Vol. 1 (1), 2021, hlm. 102.

⁸ Ellya Susilowati dan Mira Azzasyofia, *The Parents Stress Level in Facing Children Study From Home in the Early of Covid-19 Pandemic in Indonesia*, International Journal of science and society. Vol. 2 (3), 2020, hlm. 7.

⁹ Suneeta Joys Sihombing, *Coping Stress Antara Ibu Rumah Tangga Dengan Ibu Bekerja Dalam Menghadapi Pembelajaran Daring*, Vol. 9 (2), 2020.

Daerah Nitikan sendiri cukup banyak ibu yang mengeluhkan sistem pembelajaran daring selama pandemi virus corona, khususnya bagi ibu yang memiliki anak usia sekolah dasar kebawah. Anak dengan usia tersebut lebih membutuhkan pendampingan ekstra dibandingkan dengan anak usia di atasnya. Selain sulit diatur, anak dengan usia tersebut tidak mudah dalam memahami pelajaran yang disampaikan. Permasalahan yang sering dialami ibu dengan adanya sistem pembelajaran daring diantaranya, ibu merasa kesulitan dalam membagi waktunya untuk berbagai kegiatan, kesulitan dalam mengelola emosi, tidak memiliki *basic* mengajar, dan tanggung jawab pendampingan lebih banyak dirasakan oleh ibu.

Hal diatas seperti yang dirasakan oleh informan A1, yang berprofesi sebagai staff administrasi disalah satu TK di Yogyakarta. Selama pandemi A1 harus sedikit memutar otak untuk mengatur waktu bekerja dan mendampingi anak dalam belajar daring. Apalagi kegiatan pendampingan lebih banyak dilimpahkan olehnya. A1 mengaku selama pandemi pekerjaannya sedikit lebih padat dibandingkan sebelum pandemi dan merasa mudah lelah. Masalah-masalah yang sering dialami A1 selama melakukan pendampingan belajar daring seperti, merasa kesulitan menjaga mood anak, kesulitan dalam memahami materi pembelajaran anaknya, dan kurang bisa sabar dalam mendampingi anak belajar.¹⁰ Beban dan permasalahan yang semakin banyak tersebut, berpotensi menyebabkan A1 merasa stres selama melakukan pendampingan belajar.

¹⁰ Wawancara pra-penelitian dengan A1, pada hari Sabtu, 13 Maret 2021 pukul 17.17 WIB.

Berdasarkan hasil pengamatan awal yang telah dilakukan, peneliti memilih Nitikan tepatnya di Kelurahan Sorosutan Kecamatan Umbulharjo karena masih adanya bias gender dalam melakukan kegiatan pendampingan belajar anak. Kegiatan pendampingan lebih banyak dibebankan oleh ibu daripada ayah, hal tersebut terjadi mengingat budaya patriarki¹¹ yang masih ada didalam masyarakat. Selain itu topik terkait permasalahan selama pendampingan belajar daring menjadi keluhan yang paling sering dirasakan oleh para ibu.¹² Peneliti mengambil subjek ibu pekerja karena, selama pandemi ibu pekerja dituntut untuk bisa menjalankan dua peran sekaligus. Ibu yang memiliki beban ganda rentan mengalami stres lebih besar dari pada ibu yang berperan tunggal.

Stres merupakan respon tubuh yang diakibatkan karena adanya suatu tekanan atau tuntutan dari luar diri individu, yang melebihi kemampuan dalam memenuhi tuntutan untuk menyelesaikan masalah¹³. Untuk mengatasi stres yang dialami oleh seseorang, dapat dilakukan dengan cara *Coping Stress*. *Coping* atau kemampuan dalam mengatasi masalah merupakan suatu proses yang digunakan oleh seseorang dalam menangani tuntutan-tuntutan yang dapat menimbulkan stres¹⁴. *Coping* juga dapat dikatakan sebagai bentuk perilaku dan pikiran (positif atau negatif)

¹¹ “Budaya Patriarki” merupakan sebuah sistem sosial yang menempatkan laki-laki sebagai pemegang kekuasaan utama.

¹² Hasil Observasi dan Wawancara dengan kelima informan, pada hari Jum'at, 11 Juni 2021.

¹³ Sarafino dan Smith. *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction* (New York: Jhon Willey & Sons, Inc. 2012).

¹⁴ Eunike R Rustiana dan Widya Hary Cahyati, *Stress Kerja Dengan Pemilihan Strategi Coping*, Jurnal Kesehatan Masyarakat. Vol. 7 (2), 2012, hlm. 150-151.

seseorang yang dapat mengurangi kondisi yang membebani individu agar tidak menimbulkan stres¹⁵. Sedangkan *Coping Stress* merupakan suatu usaha seseorang untuk mengatasi masalah yang dianggap sebagai sumber stres atau untuk mengurangi rasa stres yang dirasakannya.¹⁶

Coping stress setiap orang tentu berbeda-beda, tergantung bagaimana jenis dan sumber stres yang dialami. Namun menurut Lazarus & Folkman strategi coping dibedakan dalam dua bentuk, yaitu: a. *Coping* yang berfokus pada emosi (*Emotion Focused Coping*), adalah upaya untuk meredakan tekanan emosional atau mengurangi emosi negatif yang diakibatkan oleh reaksi stres. b. *Coping* terpusat masalah (*Problem Focused Coping*), adalah upaya untuk mengatasi stres secara langsung pada sumber stres. Seseorang akan berusaha untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi, sehingga stres akan berkurang atau hilang.

Sistem pembelajaran daring yang berlangsung terlalu lama tentu membuat ibu merasa khawatir dan rentan mengalami kelelahan secara psikis, yang akhirnya berujung pada stres. Ibu yang mengalami stres dalam mendampingi anak belajar daring perlu mengembangkan strategi adaptasi yang memadai untuk meminimalisir stres yang dialami, strategi tersebut yaitu strategi *coping*. Untuk itu seorang ibu yang berperan ganda dan melakukan pendampingan belajar daring kepada anaknya, diharapkan dapat mengetahui dan melakukan strategi *coping* yang efektif.

¹⁵ Siti Maryam, *Strategi Coping: Teori dan Sumberdayanya*, Jurnal Konseling Andi Matappa. Vol. 1 (2), 2017, hlm 102.

¹⁶ Wiari Utaminingsias, dkk, *Coping Stres Karyawan Dalam Menghadapi Stres Kerja*, Prosiding KS: Riset & PKM. Vol. 3 (2), 2016, hal. 190.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk mengetahui lebih dalam terkait strategi *coping* stres yang dilakukan oleh ibu-ibu pekerja di Daerah Nitikan selama mendampingi anak belajar daring, dengan judul penelitian “Strategi *Coping* Ibu Pekerja Dalam Mendampingi Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana strategi *coping* ibu pekerja dalam mendampingi pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan strategi *coping* ibu pekerja dalam mendampingi pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dari berbagai segi, diantaranya adalah:

1. Secara Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan atau informasi baru tentang strategi *coping* ibu pekerja dalam mendampingi pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19. Serta dapat dijadikan bahan refrensi atau rujukan bagi peneliti berikutnya, yang tertarik untuk mengambil topik yang sama.

2. Secara Praktis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi pembaca khususnya bagi ibu pekerja atau wanita karir, dalam memilih strategi *coping* yang tepat untuk menghadapi setiap masalah yang ada.

E. Tinjauan Pustaka

Untuk mendukung pelaksanaan penelitian, peneliti perlu melakukan kajian atau tinjauan pustaka pada penelitian sebelumnya yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan. Peneliti mengumpulkan hasil penelitian dari berbagai sumber berupa skripsi serta jurnal. Hal ini bertujuan sebagai bahan pembandingan dan referensi dalam penulisan skripsi ini. Berikut beberapa penelitian yang dapat dijadikan bahan pembandingan dalam penelitian ini, diantaranya:

Pertama, jurnal yang ditulis oleh Suneeta Joys Sihombing yang berjudul “*Coping Stress Antara Ibu Rumah Tangga Dengan Ibu Bekerja Dalam Menghadapi Pembelajaran Daring*” pada tahun 2021. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana perbedaan *coping stress* yang dilakukan oleh ibu rumah tangga dengan ibu bekerja, dalam menghadapi pembelajaran daring selama masa pandemi covid-19. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dan sampel diambil secara *purposive sampling*. Sampel yang diambil sebanyak 63 orang, dengan masing-masing sampel 35 ibu rumah tangga dan 35 ibu bekerja. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa *coping stress* ibu yang bekerja lebih

tinggi dibandingkan dengan ibu rumah tangga, dalam menghadapi pembelajaran daring. Hal ini terlihat dari data yang diperoleh yaitu rata-rata *coping stress* ibu rumah tangga sebesar 105,58 sedangkan rata-rata *coping stress* ibu bekerja sebesar 106,71.¹⁷ *Coping stress* ibu rumah tangga lebih kecil karena, ibu rumah tangga terbiasa menghadapi situasi pendampingan belajar anak dari pada ibu bekerja. *Coping stress* yang digunakan ibu bekerja dalam mengatasi tuntutan yang ada dengan usaha secara kognitif maupun perilaku.

Persamaan pada penelitian pertama adalah pembahasan yang terkait dengan *coping stress* yang dialami oleh ibu ditengah pandemi covid-19. Sedangkan perbedaannya adalah metode penelitian ini menggunakan kuantitatif dan subjek dalam penelitian ini tidak hanya dari ibu bekerja akan tetapi juga dari ibu rumah tangga.

Kedua, jurnal yang ditulis oleh Tri Nathalia Palupi yang berjudul “*Tingkat Stres Ibu Dalam Mendampingi Siswa-Siswi Sekolah Dasar Selama Belajar Di Rumah Pada Masa Pandemi Covid-19*” pada tahun 2021. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stres ibu dalam mendampingi kegiatan belajar dari rumah pada masa pandemi covid-19. Sampel yang digunakan sebanyak 89 responden, yang diambil secara random sampling dan dilihat berdasarkan usia, status pekerjaan dan tingkat pendidikan. Sampel yang diperoleh menunjukkan bahwa 2,25% ibu mengalami tingkat stres yang sangat tinggi. 39,33% ibu mengalami tingkat

¹⁷ Suneeta JS, *Coping Stress Antara Ibu Rumah Tangga Dengan Ibu Bekerja Dalam Menghadapi Pembelajaran Daring*, hlm. 55-58

stres tinggi. 30,34% ibu mengalami tingkat stres sedang. 51,69% ibu mengalami tingkat stres rendah. Dan 7,86% ibu mengalami tingkat stres sangat rendah. Selain itu berdasarkan usia dan status pekerjaan tidak ada perbedaan tingkat stres ibu dalam mendampingi belajar dari rumah. Sementara pada tingkat pendidikan ibu terdapat perbedaan dalam mendampingi belajar dari rumah. Ibu dengan tingkat pendidikan SMP dan SMA memiliki tingkat stres lebih tinggi, dibandingkan ibu dengan tingkat pendidikan sarjana.¹⁸

Persamaan pada penelitian kedua membahas terkait stres ibu dalam mendampingi pembelajaran daring. Perbedaannya penelitian ini lebih fokus pada perbedaan tingkat stres dan subjek penelitian ini tidak hanya dari status pekerjaan ibu tetapi dari segi usia dan tingkat pendidikan.

Ketiga, Jurnal yang ditulis oleh Yulia Hairina dan Mahdia Fadhila dengan judul “*Dinamika Parenting Stress Dan Strategi Coping Pada Ibu Bekerja*” pada tahun 2019. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran terkait dinamika stress pengasuhan pada ibu bekerja, sekaligus dengan strategi coping yang dilakukan. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, dan teknik pengambilan subjek menggunakan teknik purposive sampling. Sampel yang diambil berjumlah 3 orang ibu bekerja dengan kriteria memiliki jam kerja 7-8 jam, memiliki anak usia pra sekolah/usia sekolah dan memiliki suami bekerja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan dinamika stress pengasuhan bagi

¹⁸ Tri Nathalia Palupi, *Tingkat Stres Ibu Dalam Mendampingi Siswa-Siswi Sekolah Dasar Selama Belajar Di Rumah Pada Masa Pandemi Covid-19*, Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM. Vol. 10 (1), 2021.

ibu bekerja, dilihat dari perbedaan usia anak dan jumlah anak. Dalam penelitian ini ibu bekerja yang mempunyai jumlah anak lebih banyak cenderung sering mengalami stres, dibandingkan dengan ibu bekerja yang memiliki satu atau dua anak. Dampak stres yang dirasakan seperti lelah fisik, cepat marah, emosi tidak stabil, dll. Sedangkan untuk *coping stress* yang dilakukan ibu bekerja dalam menghadapi *stress* dalam pengasuhan ada yang menggunakan *problem focus coping*, ada yang *emotion focus coping*.¹⁹

Persamaan pada penelitian ini adalah dari segi subjek yang diteliti yaitu ibu bekerja. Perbedaannya adalah penelitian ini membahas terkait stres pengasuhan anak dan bukan pada masa pandemi covid-19.

Keempat, Jurnal yang ditulis oleh Aditya Sari “*Strategi Coping Ibu Rumah Tangga Dalam Menghadapi Wabah Covid-19*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi *coping* ibu rumah tangga dalam menghadapi wabah covid-19. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, dengan subjek penelitian ibu rumah tangga yang ditentukan dengan incidental sampling. Sampel yang digunakan berjumlah 30 responden. Analisis data digunakan deskriptif kualitatif – interpretatif. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa strategi coping ibu rumah tangga dalam menghadapi wabah covid-19 ditinjau dari aspek keaktifan diri, kontrol diri, dukungan sosial yang bersifat instrumental, dan aspek penerimaan. Responden melakukan dua strategi coping yaitu berfokus

¹⁹ Yulia Hairina dan Mahdia Fadhila, *Dinamika Parenting Stress Dan Strategi Coping Pada Ibu Bekerja*, Jurnal Psycho Holistic Vol. 1 (2), 2019, hlm. 79.

pada pemecahan masalah dan emosi. Sedangkan strategi coping aspek perencanaan (berfokus pemecahan masalah), aspek dukungan sosial-emosi (berfokus pemecahan masalah), dan aspek religiusitas berfokus pemecahan masalah).²⁰

Persamaan pada penelitian ini adalah sama-sama tentang strategi coping yang dilakukan ditengah pandemi covid 19. Sedangkan perbedaannya adalah dari subjek penelitian yang mengambil ibu rumah tangga dan penelitian ini membahas terkait *coping* ibu dalam menghadapi wabah covid-19.

Kebaruan penelitian ini, terletak pada subjek penelitian yang mana mencakup ibu pekerja di Daerah Nitikan Kelurahan Sorosutan Umbulharjo. Pembahasan penelitian ini terfokus pada strategi *coping* yang dilakukan ibu pekerja dalam mendampingi pembelajaran daring. Selain itu belum ada penelitian yang dilakukan di Daerah Nitikan tentang bagaimana strategi coping yang dilakukan ibu pekerja dalam mendampingi pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19.

F. Kerangka Teori

1. Pandemi Covid-19

a. Pengertian

Pandemi didefinisikan sebagai suatu wabah penyakit dengan tingkat penularan cukup tinggi, dan terjadi diseluruh dunia, atau di wilayah yang sangat luas melintasi batas internasional.

²⁰ Adityasari Fitriadi, *Strategi Coping Ibu Rumah Tangga Dalam Menghadapi Wabah Covid-19*, Vol. 44 (1), 2020, hlm. 84.

Wabah penyakit ini dapat mempengaruhi sejumlah besar orang. Pandemi berbeda dengan epidemi, epidemi diartikan sebagai penyakit menular yang berjangkit dengan cepat di daerah yang luas dan menimbulkan banyak korban. Epidemi biasanya terjadi ketika sebuah virus lebih banyak terjadi dibandingkan dengan lokasi lain, dimana virus tersebut berada dan penyakit ini tidak secara menetap ada²¹. Jadi perbedaan keduanya bukan terletak pada tingkat keparahan wabah, melainkan seberapa besar area jangkauan wabah penyakit tersebut.

Pandemi adalah epidemi yang memiliki skala global dan terjadi dalam waktu bersamaan. Suatu wabah dapat dikatakan sebagai pandemi apabila penyakit tersebut mudah menyebar atau menjangkit banyak orang, dapat menyebabkan penyakit yang serius pada manusia dan merupakan penyakit baru yang muncul pada suatu wilayah. Wabah covid-19 yang saat ini terjadi dikategorikan sebagai pandemi, karena kejadiannya memenuhi semua kriteria yang ada. Covid-19 tidak hanya terjadi pada suatu wilayah geografis, melainkan di seluruh dunia secara bersamaan.

Coronavirus Disease (Covid-19) sendiri merupakan sekumpulan virus yang dapat menyerang manusia dan hewan. Pada manusia virus ini menyebabkan infeksi saluran pernapasan yang hampir sama dengan penyakit Middle East Respiratory Syndrome

²¹ Ivan Muhammad Agung, *Memahami Pandemi Covid-19 Dalam Perspektif Psikologi Sosial*, Jurnal Ilmiah Psikologi 1 (2), hlm. 69

(MERS), dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS), hanya saja penyakit covid-19 lebih kuat dalam perkembangannya.²² Covid-19 merupakan penyakit yang disebabkan oleh coronavirus jenis baru yakni Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 atau Sars-CoV-2. Kasus covid-19 pertama kali dilaporkan di Wuhan China pada akhir Desember 2019.

b. Dampak Pandemi Covid-19

Terjadinya penyebaran virus covid-19 diberbagai belahan dunia termasuk Indonesia menimbulkan banyak korban jiwa, banyak pekerja yang dirumahkan, atau bahkan diberhentikan (PHK). Sehingga tingkat pengangguran semakin bertambah dan terjadi kerugian material yang cukup besar. Dapat dikatakan bahwa pandemi covid-19 ini memberikan dampak yang luar biasa terhadap beragam sendi kehidupan.²³ Hampir semua sektor terdampak, tidak hanya sektor kesehatan. Sektor ekonomi dan sektor pendidikan juga mengalami dampak serius akibat pandemi covid-19 ini.

Dampak memprihatinkan yang dirasakan pada sektor pendidikan salah satunya yaitu, pembelajaran tidak dapat dilaksanakan secara tatap muka. Proses pembelajaran selama masa

²² Idah, dkk, *Pandemik Covid-19: Analisis Perencanaan Pemerintah dan Masyarakat dalam Berbagai Upaya Pencegahan*, Jurnal Manajemen dan Organisasi. Vol. 11 (3), 2020, hlm. 180.

²³ Yusuf Effendi, *Pola Asuh Di Tengah Pandemi Covid-19: Pendekatan Humanistik Dalam Mendukung Tumbuh Kembang Anak*, Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial. Vol. 9 (2), 2020, hlm. 166.

pandemi diubah menjadi pembelajaran secara jarak jauh, atau yang lebih dikenal dengan sistem pembelajaran daring. Pembelajaran daring merupakan salah satu upaya pemerintah dalam memutus mata rantai penyebaran virus covid-19.

2. Pembelajaran Daring

a. Pengertian

Pembelajaran daring diartikan sebagai pembelajaran yang memanfaatkan jaringan internet dalam proses pelaksanaannya. Daring sendiri singkatan dari “dalam jaringan” yang merupakan kata pengganti dari *online*, yang biasanya dikaitkan dengan teknologi internet. Pembelajaran secara daring ini dapat dilakukan jarak jauh, melalui platform yang telah tersedia. Segala bentuk penyampaian materi pelajaran, komunikasi dengan guru, serta tes/ujian dilaksanakan secara daring. Untuk mempermudah kegiatan pembelajaran daring, ada beberapa aplikasi yang dapat digunakan seperti *google classroom*, *google meet*, *zoom*, telepon, *live chatt*, maupun *whatsapp group*. Dengan diterapkannya pembelajaran daring siswa memiliki keleluasan waktu untuk belajar, karena kegiatan belajar dapat dilakukan kapanpun dan dimanapun.²⁴

²⁴ Wahyu Aji, *Dampak Covid-19 terhadap Implementasi Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar*, Jurnal Ilmu Pendidikan. Vol. 2 (1), 2020, hlm. 56.

b. Karakteristik Pembelajaran Daring

Ada beberapa karakteristik dalam pembelajaran daring diantaranya:²⁵

- 1) Materi pembelajaran disajikan dalam bentuk tulisan, gambar, suara atau elemen multimedia lainnya, yang dibuat sesederhana mungkin agar mudah dipahami.
- 2) Komunikasi dilakukan secara serentak dan tidak serentak misalnya dengan *chats rooms*, *discussion forums*, dan *conferencing*.
- 3) Digunakan untuk belajar secara virtual.
- 4) Memungkinkan bentuk komunikasi belajar formal dan belajar informal.
- 5) Bisa menggunakan berbagai sumber belajar yang luas dari internet.
- 6) Pembelajaran daring bersifat terbuka, belajar secara mandiri, dan lebih fleksibel.

c. Perbandingan Pembelajaran Daring dengan Luring

- 1) Pembelajaran daring dapat mengurangi biaya pelatihan maupun praktik. Namun hasil yang didapatkan kemungkinan kurang maksimal, berbeda ketika pelatihan dilakukan secara luring.

²⁵ M. I. Mustofa, M. Chodzirin dan Lina Sayekti, *Formulasi Model Perkuliahan Daring Sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi*, Jurnal Pendidikan Islam, Vol. 1 (2), 2019, hlm. 159.

- 2) Pembelajaran daring memerlukan jaringan internet dan lebih fleksibel. Sementara pembelajaran luring tidak menggunakan internet dan dilakukan di sekolah.
- 3) Materi ajar pembelajaran daring lebih minimalis, sementara pembelajaran luring lebih detail.
- 4) Pembelajaran daring membuat interaksi antar pendidik dengan peserta didik berkurang, sementara pada pembelajaran luring peserta didik dapat berinteraksi dengan bebas.
- 5) Cenderung mengabaikan materi, sementara pembelajaran luring lebih memungkinkan peserta didik untuk fokus pada materi yang disampaikan.

d. Dampak pembelajaran daring terhadap ibu

Selama pembelajaran daring peran orangtua sangat diperlukan bagi anak. Orangtua diharapkan dapat memberikan

materi kepada anaknya selama berada di rumah. Namun bagi ibu yang bekerja, tentu hal ini memberi dampak tersendiri bagi mereka. Dampak pembelajaran daring bagi ibu diantaranya:²⁶

- 1) Tidak adanya sosialisasi pada awal penetapan pembelajaran daring yang membuat para ibu sulit beradaptasi dengan perubahan yang ada.

²⁶ Natasia Christy, *Perempuan Paling Terbebani Oleh Pembelajaran Jarak Jauh*, <https://www.beritasatu.com/nasional/747773/mendikbud-perempuan-paling-terbebani-oleh-pembelajaran-jarak-jauh> diakses pada tanggal 7 April 2021 pukul 22.25

- 2) Kurangnya waktu yang dimiliki untuk melakukan pendampingan belajar.
- 3) Lebih mudah emosi, yang mengakibatkan ibu melakukan kekerasan verbal pada anak.
- 4) Kesulitan dalam memahami materi, sehingga kurang bisa maksimal dalam menyampaikan materi kepada anak.
- 5) Kurangnya kontribusi suami dalam melakukan pendampingan yang membuat ibu merasakan kelelahan berlebih dan rentan mengalami stres.
- 6) Membangun kedekatan psikologis bagi anak dan orang tua.

3. Strategi *Coping* Stres

a. Pengertian Stres

Stres diartikan sebagai suatu pola reaksi serta adaptasi umum dalam menghadapi suatu ancaman dan tekanan, baik yang berasal dari dalam maupun dari luar individu, yang biasa disebut dengan stressor.²⁷ Tekanan yang dialami individu dapat muncul dari kegagalan individu dalam memenuhi kebutuhan, maupun keinginannya. Selain itu stres dapat terjadi apabila tekanan yang ada lebih besar dari pada kemampuan untuk mengatasinya.

²⁷ Musradinur, *Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi*, Jurnal Edukasi. Vol. 2 (2), hlm. 185

Stres merupakan respon fisiologis individu terhadap sesuatu hal yang dapat menaikkan emosi, dengan menekankan fungsi adaptif dari adanya reaksi *fight or flight* (menghadapi atau lari). Smet mendefinisikan stres dengan keadaan tegang individu secara biopsikososial, karena adanya tugas yang dihadapi sehari-hari baik dalam suatu kelompok, sekolah, keluarga, maupun pekerjaan. Sedangkan Cornelli mengemukakan bahwa stres merupakan gangguan pada tubuh dan pikiran individu yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan, yang dipengaruhi oleh lingkungan maupun penampilan individu dalam lingkungan tersebut.²⁸

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa stres merupakan suatu peristiwa atau kejadian yang negatif, karena dapat mengancam maupun membahayakan individu. Selain itu stres dianggap sebagai respon individu terhadap tuntutan-tuntutan yang ada.

b. Sumber stres

Sumber stres merupakan penyebab terjadinya respon stres pada kehidupan manusia. Ada banyak keadaan yang dapat menimbulkan stres, baik itu berupa tuntutan dari lingkungan, fisik, atau sosial. Stimulus yang menyebabkan stres disebut dengan stresor.

²⁸ Eunike dan Widya, *Stress Kerja Dengan Pemilihan Strategi Coping*, hlm. 150

Adapun beberapa hal yang dapat dikatakan sebagai sumber stres, yaitu:²⁹

1) Sumber stres di dalam diri individu

Sumber stres dapat muncul dari dalam diri individu salah satunya melalui rasa sakit. Tingkat stres yang dirasakan seseorang tergantung pada rasa sakit dan umur individu tersebut. Jadi dapat dikatakan bahwa umur dan kondisi fisik seseorang dapat mempengaruhi stres.

2) Sumber stres di dalam keluarga

Stres dapat bersumber dari interaksi yang terjadi antar anggota keluarga. Munculnya perbedaan pendapat, tujuan yang bertentangan, pembagian jam belajar dan kesibukan orang tua di masa pandemi yang dapat memicu perselisihan, dan masih banyak lagi hal lain yang dapat menimbulkan stres di dalam keluarga.

3) Sumber stres di dalam komunitas dan lingkungan

Sumber stres ini melengkapi sumber stres yang terjadi dalam lingkungan keluarga. Karena selain dengan anggota keluarga, individu juga melakukan interaksi dengan lingkungan luar. Misalnya, stres anak di lingkungan sekolah, stres mahasiswa dalam organisasi kampus, stres orang dewasa di lingkungan kerja, dll.

²⁹ Syahnur Rahman, *Faktor-faktor yang mendasari stres pada lansia*, Jurnal Penelitian Pendidikan. Vol. 16 (1), hlm. 4

Jadi, dari pemaparan diatas diketahui bahwa sumber stres merupakan faktor yang memicu terjadinya respon stres pada individu. Sumber stres dapat muncul dari berbagai bidang kehidupan manusia, seperti bersumber dari dalam diri individu, dari dalam keluarga, dan dari dalam komunitas atau lingkungan.

c. Dampak Stres

Umumnya orang-orang menganggap bahwa stres dapat terjadi ketika individu berhadapan dengan sebuah tuntutan dari situasi yang tidak menyenangkan. Namun sebenarnya, banyak dari situasi yang menyenangkan juga dapat membuat individu mengalami stres. Stres tidak selalu menimbulkan dampak negatif, sebaliknya stres juga bisa menghasilkan dampak positif pada individu. Stres yang memberikan dampak negatif disebut dengan distress, sedangkan stres yang memberikan dampak positif disebut dengan eustress. Bressert mengklasifikasi dampak stres dalam

empat aspek, yaitu:³⁰

1) Dampak fisik

Dampak fisik ini berhubungan dengan kinerja dan fungsi alat-alat tubuh, seperti adanya gangguan tidur, peningkatan detak jantung, ketegangan otot, pusing, kekurangan energi dan kelelahan.

³⁰ Sugiarti Musabiq dan Isqi Karimah, *Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa*, Jurnal Ilmiah Psikologi. Vol. 20 (2), 2018, hlm. 76

2) Dampak kognitif

Dampak kognitif yaitu dampak yang mempengaruhi cara berpikir individu, meliputi kurang bisa berkonsentrasi, kebingungan, kekhawatiran, dan kepanikan.

3) Dampak emosi

Pada aspek emosi, biasanya individu akan mengekspresikan respon emosional dalam bentuk rasa marah, mudah sensitif dan merasa tidak berdaya.

4) Dampak perilaku

Dampak perilaku merupakan dampak yang mudah dilihat, meliputi kecenderungan untuk menyendiri, kehilangan minat, selalu menghindari orang lain, timbul rasa malas dan berperilaku impulsif.

d. Tingkatan Stres

Stres pada individu dibagi menjadi tiga tingkatan yakni stres ringan, stres sedang dan stres berat.³¹ Adapun penjelasan dari setiap tingkatan stres, sebagai berikut:

1) Stres ringan

Stres ringan pada umumnya dirasakan oleh setiap orang seperti, ketiduran, lupa, perasaan tidak santai, dll. Stres

³¹ Riza Muhammad dan Zahrotul Uyun, *Studi Deskriptif Mengenai Pola Stress Pada Mahasiswa Praktikum*, Jurnal Ilmiah Psikologi. Vol. 1 (2), hlm. 54.

ringan biasanya akan berlangsung dalam beberapa menit atau beberapa jam saja.

2) Stres sedang

Stres sedang biasanya terjadi beberapa jam hingga beberapa hari. Stres sedang dapat terjadi salah satunya karena beban kerja berlebih. Adapun gangguan yang dialami seperti, ketegangan otot, adanya gangguan tidur, sakit perut, konsentrasi & daya ingat menurun.

3) Stres berat

Stres berat merupakan stres kronis yang berlangsung beberapa minggu hingga beberapa tahun. Adapun gangguan yang dirasakan seperti, jantung berdebar, gangguan pernapasan, menarik diri dari kehidupan sosial, perasaan takut dan cemas meningkat.

e. Pengertian Strategi *Coping* Stres

Individu seringkali dihadapkan dengan situasi yang kurang menyenangkan, yang tentunya akan mendorong individu tersebut untuk mencari jalan keluar agar dapat menghilangkan situasi yang kurang menyenangkan tersebut. Usaha yang dilakukan individu untuk menghilangkan situasi semacam itu biasanya disebut *coping*.

Coping merupakan sebuah usaha untuk mengontrol, mengurangi, atau mencoba untuk menoleransi ancaman yang dapat

memicu stres.³² Strategi *coping* adalah kemampuan individu untuk menghadapi peristiwa atau keadaan yang mengandung tuntutan, yang dapat mengancam kesejahteraan dan mempengaruhi kondisi stres individu.³³

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa, *coping* merupakan salah satu upaya yang dilakukan individu dalam menghadapi, mengurangi dan mengatasi tuntutan, tekanan, atau masalah yang sedang dihadapi.

f. Jenis-jenis Strategi *Coping*

Coping terbagi menjadi dua bentuk yaitu yang berorientasi pada permasalahan (*problem focused coping*) dan yang berorientasi pada emosi (*emotion focused coping*). Adapun kedua bentuk *coping* yang diungkapkan oleh Richard Lazarus yaitu:³⁴

1) *Problem focused coping* (*coping* terpusat pada masalah)

Problem focused coping ini lebih mengarah pada penyelesaian masalah secara langsung, dengan tidak menghindari masalah yang muncul.

2) *Emotion focused coping* (*coping* terpusat pada emosi)

Emotion focused coping ini lebih kepada bentuk pengalihan emosional atau strategi untuk meredakan

³² Robert S. Feldman, dkk., *Pengantar Psikologi*. (Jakarta: Salemba Humainika, 2012) hlm. 220.

³³ Juli dan Mawaddah, *Pengaruh Konsep Diri Terhadap Coping Stress Pada Mahasiswa Fai Umsu*, Jurnal Agama dan Pendidikan Islam. Vol. 9 (1), 2017, hlm. 69.

³⁴ Juli Andriyani, *Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis*, Jurnal At-Taujih. Vol. 2 (2), 2019. hlm. 41.

emosi, tanpa berusaha mengubah situasi yang menjadi sumber stres secara langsung.

Yang termasuk strategi *coping* berfokus pada masalah diantaranya adalah:³⁵

- 1) *Planful problem solving* yaitu bereaksi dengan melakukan usaha tertentu dengan tujuan untuk mengubah keadaan, dan diikuti pendekatan analitis dalam menyelesaikan masalah.
- 2) *Confrontative coping* yaitu menggambarkan usaha yang agresif dalam merubah situasi, termasuk usaha yang dapat melibatkan resiko
- 3) *Seeking social support* yaitu bereaksi dengan mencari dukungan dari pihak luar, baik berupa informasi, dukungan emosional, maupun yang lainnya.

Sedangkan yang termasuk strategi *coping* berfokus pada emosi diantaranya adalah:

- 1) *Positive reappraisal* (memberi penilaian positif) merupakan usaha individu untuk berpikir positif atas masalah yang sedang terjadi.
- 2) *Accepting responsibility* (penekanan pada tanggung jawab) merupakan reaksi dengan menumbuhkan

³⁵ Siti Maryam, *Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya*, hlm. 103

kesadaran akan peran diri dalam permasalahan yang dihadapi, dan berusaha menyesuaikan diri dengan keadaan yang dialaminya.

- 3) *Self controlling* (pengendalian diri) menggambarkan usaha untuk meregulasi perasaan maupun tindakan.
- 4) *Distancing* (menjaga jarak) individu mencoba bersikap tidak peduli terhadap masalahnya. Tujuannya agar tidak terbelenggu oleh permasalahan.
- 5) *Escape avoidance* (menghindarkan diri) yaitu perilaku menghindar dari permasalahan yang terjadi.

g. Faktor-faktor yang mempengaruhi strategi *coping*

Lazarus dan Folkman menyatakan terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi strategi *coping*, diantaranya:³⁶

1) Kesehatan fisik

Kesehatan merupakan hal yang cukup penting, karena dalam usaha mengatasi stres individu dituntut untuk mengerahkan tenaga yang cukup besar.

2) Keterampilan sosial

Keterampilan ini meliputi kemampuan berkomunikasi dan bertingkah laku, dengan cara yang sesuai dengan nilai sosial yang berlaku dalam masyarakat.

³⁶ Khairunnisa Putri dan Sri Kushartati, *Strategi Coping pada Mantan Penganut Aliran Sesat*, Jurnal UNISIA. Vol. 37 (82), 2015, hlm. 70.

3) Keterampilan memecahkan masalah

Keterampilan ini meliputi kemampuan individu dalam mengidentifikasi masalah, sehingga masalah dapat terpecahkan.

4) Keyakinan atau pandangan positif

Keyakinan berkaitan dengan *locus of control*. Harapan bisa berasal dari keyakinan dan dengan adanya harapan, seseorang menjadi mampu untuk mengelola strategi *coping* yang digunakan.

5) Dukungan sosial

Dukungan yang berupa pemenuhan kebutuhan informasi maupun emosional, dari orang-orang sekitar.

6) Materi

Dukungan materi meliputi sumber daya berupa uang, barang, atau layanan yang dapat dibeli.

G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Seperti yang telah diuraikan dalam rumusan masalah, penelitian ini akan membahas mengenai bagaimana strategi *coping* ibu pekerja dalam mendampingi pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19, penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan perspektif analisis diskriptif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang tujuannya untuk memahami fenomena yang dialami

oleh subjek penelitian, misalnya saja terkait perilaku, motivasi, tindakan secara menyeluruh, dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah.³⁷

Penelitian menggunakan pendekatan studi kasus. Studi kasus merupakan penelitian dengan menggali suatu fenomena tertentu (kasus atau peristiwa) dalam suatu waktu dan kegiatan (program, kelompok sosial atau even) serta mengumpulkan informasi secara terperinci, mendetail, mendalam, dan sistematis dengan menggunakan berbagai teknik selama periode tertentu.³⁸

2. Lokasi Penelitian

Penelitian terkait strategi *coping* ibu pekerja dalam mendampingi pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19 dilakukan di Daerah Nitikan, Kelurahan Sorosutan, Kecamatan Umbulharjo, Yogyakarta. Alasan peneliti memilih lokasi tersebut karena terdapat beberapa ibu pekerja yang mengeluhkan sistem pembelajaran daring selama masa pandemi covid-19 ini.

3. Subjek dan Objek Penelitian

a. Subjek Penelitian

Subjek penelitian menurut Tatang M. Amirin merupakan sumber tempat untuk memperoleh keterangan penelitian atau lebih tepatnya dimaknai sebagai seseorang atau segala sesuatu yang

³⁷ Lexy J. Meleong, *Metologi Penelitian Kualitatif*. (Bandung: Rosda Karya, 2017) hlm.

³⁸ Sri Wahyuningsih, *Metode Penelitian Studi Kasus*. (Madura: UTM PRESS, 2013) hlm.

dapat menjadi sumber informasi.³⁹ Subjek penelitian dalam penelitian kualitatif biasanya di istilahkan dengan informan. Informan sendiri merupakan subjek penelitian yang dianggap dapat memberikan informasi mengenai permasalahan/fenomena yang diangkat dalam penelitian dan harus memenuhi kriteria yang telah ditentukan agar dapat menjadi sumber informasi. Adapun kriteria informan dalam penelitian ini adalah ibu-ibu yang seorang pekerja, bertempat tinggal di Nitikan, mempunyai anak sekolah (TK – SD), melakukan pendampingan belajar, dan bersedia diwawancarai.

Penulisan nama subjek maupun informan lain menggunakan pengkodean, misalnya pada narasumber pertama diberi kode “A1”, untuk narasumber kedua diberi kode “A2” dan seterusnya. Sementara untuk informan pendukung diberi kode “IP1”, untuk informan pendukung kedua diberi kode “IP2” dan seterusnya. Pengkodean ini dimaksudkan agar identitas dari narasumber dapat terjaga kerahasiaannya, sehingga narasumber dapat memberikan informasi secara terbuka kepada peneliti.

Teknik yang digunakan untuk memilih informan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang didasarkan atas tujuan tertentu.⁴⁰ Maksudnya orang

³⁹ Tatang M. Amirin, *Menyusun rencana penelitian*. (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1995) hlm. 92

⁴⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R & D*. (Bandung: Alfabeta, 2011) hlm. 85

yang dipilih betul-betul memiliki kriteria sebagai sampel, agar peneliti mendapatkan data dan informasi secara maksimal.

b. Objek Penelitian

Objek penelitian adalah suatu atribut, sifat atau nilai dari seseorang yang memiliki kriteria tertentu yang telah ditetapkan peneliti untuk kemudian dipelajari dan ditarik kesimpulannya.⁴¹ Objek penelitian merupakan sesuatu yang menjadi perhatian dalam sebuah penelitian, karena dalam objek penelitian terkandung masalah yang akan diteliti untuk dicari solusinya.

Objek dalam penelitian ini adalah strategi *coping* ibu pekerja dalam mendampingi pembelajaran daring pada masa pandemi di Nitikan, Umbulharjo, Yogyakarta.

4. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara-cara yang dapat dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data dan mendapatkan data yang objektif. Dalam penelitian ini proses pengumpulan data dilakukan dengan beberapa teknik, diantaranya:

a. Observasi

Observasi merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan melalui pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap suatu gejala yang tampak pada objek penelitian. Dalam definisi lain disebutkan bahwa observasi maupun pengamatan

⁴¹ Lexy J. Meleong, *Metologi Penelitian Kualitatif*. hlm. 101

merupakan kegiatan dengan memusatkan perhatian terhadap suatu objek, menggunakan seluruh panca indra yang ada.⁴² Teknik observasi yang digunakan peneliti yaitu observasi non partisipan, dimana peneliti hanya sebagai pengamat tanpa terlibat secara langsung dalam kegiatan yang ada.

Metode observasi dalam penelitian ini menggunakan teknik observasi non partisipan. Peneliti terjun ke lokasi penelitian secara langsung, untuk melakukan pengamatan yang akan diteliti yaitu terkait strategi *coping* yang dilakukan oleh ibu pekerja dalam mendampingi pembelajaran daring, kemudian hasil dari pengamatan tersebut dituangkan ke dalam bentuk catatan.

b. Wawancara

Wawancara merupakan kegiatan yang dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh informasi secara langsung dengan mengajukan pertanyaan kepada responden.⁴³ Wawancara berarti berhadapan langsung antara pewawancara dengan responden, dan kegiatannya dilakukan secara lisan. Wawancara terbagi menjadi beberapa macam, diantaranya wawancara terstruktur, semi terstruktur, dan tidak terstruktur.

Teknik wawancara yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu wawancara tidak terstruktur. Wawancara tidak terstruktur yaitu

⁴² Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (Jakarta: Rineka Cipta, 1991) hlm. 146

⁴³ P. Joko Subagyo, *Metode Penelitian (Dalam Teori Dan Praktek)*. (Jakarta: Rineka Cipta, 1997) hlm. 39

wawancara yang dilakukan secara bebas, sangat terbuka, fleksibel seperti tanya jawab dalam percakapan sehari-hari tetapi tetap pada pokok bahasan. Pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis besar permasalahan yang akan ditanyakan. Sehingga subjek yang diwawancarai bisa lebih santai dan informasi yang diberikan sesuai fakta yang ada.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan tentang peristiwa yang sudah berlalu⁴⁴. Dokumentasi ini bisa berbentuk tulisan, gambar, rekaman, atau karya seni dari seseorang. Dokumentasi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan mengambil gambar/foto dan merekam proses wawancara maupun kegiatan lain yang dilakukan oleh peneliti ketika berada di lokasi penelitian. Dokumentasi ini bertujuan untuk menguatkan data-data yang diperoleh dari hasil penelitian, sekaligus menjadi bukti atas terlaksananya kegiatan penelitian.

5. Analisis Data

Analisis data dilakukan setelah proses pengumpulan data diperoleh dan bertujuan untuk mengetahui hasil dari penelitian terkait strategi *coping* yang dilakukan ibu bekerja dalam mendampingi pembelajaran daring.

Analisis data kualitatif adalah suatu upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-

⁴⁴ Koentjaraningrat, *Metode-metode Penelitian Masyarakat*. (Jakarta: Gramedia, 1997) hlm. 82

milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan pada orang lain.⁴⁵

Adapun teknik analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini diantaranya adalah:

a. Reduksi Data

Reduksi data berarti suatu kegiatan pengolahan data, dimana data yang diperoleh dari lapangan yang berjumlah cukup banyak, maka perlu dilakukan pencatatan secara teliti dan rinci. Data dari lapangan sebagai bahan mentah akan dirangkum, disederhanakan, dan disusun agar lebih sistematis serta memilah bagian-bagian yang penting. Sehingga data yang diperoleh lebih mudah untuk dipahami dan mempermudah peneliti dalam menarik kesimpulan.

b. Penyajian data

Penelitian kualitatif biasanya penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian yang singkat atau teks yang bersifat naratif. Penyajian data sendiri merupakan sekumpulan informasi tersusun secara terperinci. Dengan penyajian data ini dapat membantu peneliti dalam menganalisis lebih lanjut pemahaman terhadap data-data yang akan disajikan, sehingga memudahkan peneliti untuk membuat kesimpulan yang tepat.

⁴⁵ Lexy J. Meleong, *Metologi Penelitian Kualitatif*. hlm. 248

c. Penarikan Kesimpulan

Tahap ketiga dari analisis data adalah melakukan penarikan kesimpulan. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif yaitu kesimpulan awal yang sifatnya masih sementara dan dapat berubah apabila tidak ditemukan bukti-bukti yang valid, yang mendukung pada tahap pengumpulan berikutnya. Namun apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal didukung oleh bukti yang valid dan konsisten, maka kesimpulan yang dikemukakan adalah kesimpulan yang kredibel atau dapat dipercaya.⁴⁶

6. Keabsahan Data

Keabsahan data pada suatu penelitian diperlukan untuk membuktikan apakah penelitian yang dilakukan benar-benar merupakan penelitian ilmiah, dan sekaligus untuk menguji data yang diperoleh peneliti. Dalam penelitian kualitatif, uji keabsahan data meliputi uji kredibilitas (validitas internal), uji transferabilitas (validitas eksternal), uji depenabilitas (reliabilitas), uji konfirmabilitas (obyektifitas). Untuk menguji keabsahan data yang diperoleh sehingga benar-benar sesuai dengan tujuan yang diharapkan, maka diperlukan teknik untuk memeriksa keabsahan data tersebut.

Teknik yang digunakan peneliti untuk menguji keabsahan data yaitu dengan triangulasi sumber. Triangulasi sumber yang berarti mengecek dan membandingkan data yang telah diperoleh melalui

⁴⁶ Sugiyono, *Metode penelitian pendidikan*. (Bandung: Alfabeta, 2014) hlm. 246

beberapa sumber seperti hasil pengamatan dengan data hasil wawancara, atau dengan sumber data yang bersangkutan.⁴⁷ Hal tersebut dilakukan untuk mendapatkan data yang akurat.

H. Sistematika Pembahasan

Untuk memperoleh pembahasan yang sistematis dan mudah dipahami, maka peneliti perlu menyusun sistematika dalam bentuk yang sedemikian rupa agar menunjukkan hasil penelitian yang baik. Adapun sistematika dalam penelitian ini terdiri dari 4 bab yang masing-masing sub bab nya saling berkaitan, diantaranya:

BAB I : berisi pendahuluan yang terdiri dari latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teori, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

BAB II : berisi tentang gambaran umum yang berkaitan dengan penelitian seperti letak geografis, lokasi penelitian, dan data terkait informan atau narasumber di Nitikan, Sorosutan, Umbulharjo Yogyakarta.

BAB III : berisi tentang isi pembahasan dari hasil penelitian tentang strategi *coping* ibu pekerja dalam mendampingi pembelajaran daring pada masa pandemi covid-19.

BAB IV : berisi penutup, yang menjadi bagian akhir dari rangkaian pembahasa pada penelitian ini yaitu kesimpulan dan saran.

⁴⁷ Meleong, *Metologi Penelitian Kualitatif*. hlm 330

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dengan demikian kondisi pandemi covid-19 ini memberikan dampak pada berbagai bidang kehidupan, salah satunya pada bidang pendidikan dengan diterapkannya sistem pembelajaran daring oleh pemerintah. Banyak permasalahan yang dirasakan oleh para orangtua selama melakukan kegiatan pendampingan belajar, khususnya bagi ibu yang juga seorang pekerja. Adapun permasalahan yang dialami seperti kurangnya pemahaman informan terhadap materi pelajaran, pembagian pendampingan belajar dengan suami yang kurang efektif, anak sulit diatur, sulitnya mengetahui *mood* anak, pembelajaran daring yang terlalu lama membuat jenuh, sulitnya membagi waktu antara bekerja, mengurus pekerjaan rumah serta melakukan pendampingan. Permasalahan tersebut bersumber dari diri sendiri, keluarga, maupun lingkungan.

Permasalahan-permasalahan yang dialami oleh ibu pekerja tersebut merupakan pemicu timbulnya stres. Stres yang ada dapat memberikan berbagai dampak. Seperti pada dampak fisik beberapa informan sering mengalami ketegangan otot, pegal yang membuat badan terasa tidak nyaman, pusing berlebih, dan merasa mudah lelah. Dampak kognitif informan merasa kurang fokus dan gelisah apabila banyak masalah selama pembelajaran daring. Dampak emosi beberapa informan menjadi lebih sensitif sehingga mudah marah dan kurang menyenangkan ketika diajak

berbicara. Dampak perilaku beberapa informan memilih menyendiri ketika banyak masalah pendampingan daring. Salah satu informan juga memiliki keinginan untuk lari dari tanggung jawab dalam melakukan pendampingan. Jika dilihat dari dampak stres, stres yang dialami informan termasuk pada tingkat stres sedang dan stres ringan. Stres sedang dialami oleh informan A1, A2, A3, dan A4, sementara pada stres ringan dialami oleh informan A5 saja.

Dalam menghadapi permasalahan yang ada, peneliti menemukan bahwa strategi *coping* yang dilakukan informan yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Pada *problem focused coping* informan menggunakan bentuk *planful problem solving* dan *seeking social support*. Diketahui semua informan cenderung menggunakan *seeking social support*, dalam mengatasi masalahnya. Sementara itu pada *emotion focused coping* informan cenderung menggunakan bentuk *positive reappraisal* dan *self controlling*.

Sementara itu faktor yang mempengaruhi informan dalam melakukan *coping* sesuai dengan hasil penelitian diantaranya, kesehatan fisik, keterampilan sosial, keterampilan memecahkan masalah, dan dukungan sosial. Faktor-faktor tersebut juga sebagai sumber kekuatan bagi informan dalam menghadapi masalah yang ada.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh peneliti di lapangan, maka ada beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan diantaranya :

1. Informan

Selama melakukan pendampingan belajar daring agar senantiasa sabar dalam menghadapi sikap anak dan tetap berusaha menyelesaikan setiap permasalahan dengan baik. Selain itu dengan strategi *coping* yang sudah dilakukan, diharapkan dapat membuat semua informan lebih terampil dan mudah dalam mengatasi maupun meminimalisir stres yang ada.

2. Keluarga

Dari hasil wawancara diketahui bahwa, pembagian pendampingan belajar antara suami dengan informan kurang efektif. Untuk itu suami informan diharapkan agar bisa lebih andil dalam proses pendampingan belajar daring ini. Karena pendampingan belajar ini sudah semestinya menjadi tanggung jawab kedua belah pihak, bukan hanya istri saja. Selain itu semua informan disini juga merupakan ibu bekerja, sehingga apabila pembagian pendampingan lebih efektif hal tersebut tidak akan terlalu membebani mereka.

Selain itu pihak keluarga diharapkan bisa menjadi pendengar yang baik dan bisa memberikan dukungan emosional berupa dorongan yang positif, nasihat, atau perhatian lebih kepada informan. Dukungan

tersebut bisa membantu informan dalam meringankan tekanan stres yang ada.

3. Masyarakat

Untuk masyarakat umum atau ibu bekerja yang melakukan pendampingan belajar daring dan menemukan banyak masalah akibat situasi ini, semoga dari hasil penelitian ini bisa menjadi solusi dalam mengatasi stres.

4. Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti mengenai permasalahan pada penelitian ini dan masih pada situasi pandemi covid-19, dapat menggunakan metode penelitian kuantitatif, dikarenakan para ibu yang mendampingi pembelajaran daring di Daerah Nitikan terdapat 42 ibu, sementara pada penelitian ini tidak semua ibu menjadi informan. Selain itu pada objek penelitian, ditambahkan dengan peran bapak dalam proses pendampingan belajar.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, Ivan Muhammad. *Memahami Pandemi Covid-19 Dalam Perspektif Psikologi Sosial*, Jurnal Ilmiah Psikologi. Vol. 1 (2), 2020.
- Amboro, Kian. *Kontekstualisasi Pandemi Covid-19 dalam Pembelajaran Sejarah*, *Historical Studies Journal*. Vol. 3 (2) 2019.
- Amirin, Tatang M. *Menyusun rencana penelitian*. Jakarta, Indonesia: PT Raja Grafindo Persada, 2000.
- Andriyani, Juli. *Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis*, *Jurnal At-Taujih : Bimbingan dan Konseling Islam*. Vol. 2 (2).
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta, Indonesia: Rineka Cipta, n.d.
- Christy Wahyuni, Natasia. “Mendikbud: Perempuan Paling Terbebani Oleh Pembelajaran Jarak Jauh.” Diakses 6 Mei, 2021. <https://www.beritasatu.com/nasional/747773/mendikbud-perempuan-paling-terbebani-oleh-pembelajaran-jarak-jauh>.
- Dewi, Wahyu Aji Fatma. *Dampak COVID-19 terhadap Implementasi Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar*. *Jurnal Ilmu Pendidikan*. Vol. 2 (1), 2020.
- Effendi, Yusuf. *Pola Asuh Anak Di Tengah Pandemi Covid-19: Pendekatan Humanistik dalam mendukung Tumbuh Kembang Anak*. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*. Vol. 9 (2), 2020.
- Fitriadi, Adityasari. *Strategi Coping Ibu Rumah Tangga Dalam Menghadapi Wabah Covid-19*. *Media Informasi Penelitian Kesejahteraan Sosial*. Vol. 44 (1), 2020.
- Hairina, Yuli dan Fadhila, Mahdia. *Dinamika Parenting Stress Dan Strategi Coping Pada Ibu Bekerja*. *Jurnal Psycho Holistic*. Vol. 1 (2), 2020.
- Humas. “Sri Sultan Keluarkan Kebijakan Belajar Di Rumah.” Accessed May 4, 2021. <https://jogjaprovo.go.id/berita/detail/8591-sri-sultan-keluarkan-kebijakan-belajar-di-rumah>.
- Koentjaraningrat. *Metode-metode Penelitian Masyarakat*. Jakarta, Indonesia: Gramedia Pustaka Utama, n.d.
- Maryam, Siti. *Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya*. *Jurnal Konseling Andi Matappa*. Vol. 1 (2).

- Meleong, Lexy J. *Metologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 1989.
- Musabiq, Sugiarti, dan Isqi Karimah. *Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa*. Jurnal Ilmiah Psikologi. Vol. 20 (2).
- Musradinur. *Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi*, Jurnal Bimbingan Konseling. Vol 20 (2).
- Mustofa, Mokhammad Iklil, Muhammad Chodzirin, Lina Sayekti, and Roman Fauzan. *Formulasi Model Perkuliahan Daring Sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi*. Journal of Information Technology. Vol. 1 (2), 2019.
- Palupi, Tri Nathalia. *Tingkat Stres Ibu Dalam Mendampingi Siswa-Siswi Sekolah Dasar Selama Belajar Di Rumah Pada Masa Pandemi Covid-19*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM. Vol. 10 (1), 2021.
- Prawanti, Lia Titi, dan Woro Sumarni. *Kendala Pembelajaran Daring Selama Pandemic Covid-19*. Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana. Vol. 3 (1), 2020.
- Putri, Khairunnisa, dan Sri Kushartati. *Strategi Coping pada Mantan Penganut Aliran Sesat*. Jurnal Unisia. Vol. 37 (82).
- Rahman, Syahnur. *Faktor-Faktor Yang Mendasari Stres Pada Lansia*. Jurnal Penelitian Pendidikan. Vol. 16 (1).
- Riza Mahmud, Zahrotul Uyun. *Studi Deskriptif Mengenai Pola Stress Pada Mahasiswa Praktikum*. Jurnal Ilmiah Psikologi. Vol. 1 (2).
- Robert S, Feldman, Petty Gina G, dan Putri Nurdina S. *Pengantar Psikologi*, n.d.
- Rustiana, Eunike R, dan Widya Hary Cahyati. *Stress Kerja Dengan Pemilihan Strategi Coping*. Jurnal Kesehatan Masyarakat. Vol. 7 (2).
- Sarafino, Edward P., dan Timothy W. Smith. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Seventh edition. Hoboken, NJ: Wiley, 2011.
- Sihombing, Suneeta Joys. *Coping Stress Antara Ibu Rumah Tangga Dengan Ibu Bekerja Dalam Menghadapi Pembelajaran Daring*. Vol. 9 (2).
- Sitepu, Juli Maini, dan Mawaddah Nasution. *Pengaruh Konsep Diri Terhadap Coping Stress Pada Mahasiswa FAI UMSU*. Jurnal Umsu.
- Subagyo, P. Joko. *Metode Penelitian (Dalam Teori Dan Praktek)*. Jakarta, Indonesia: Rineka Cipta, n.d.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R & D*. Bandung: Alfabeta, n.d.

- . *Metode penelitian pendidikan: (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D)*. Bandung: Alfabeta, 2008.
- “SURAT EDARAN MENDIKBUD No 4 Tahun 2020.” Diakses 4 Mei, 2021. <https://pusdiklat.kemdikbud.go.id/surat-edaran-mendikbud-no-4-tahun-2020-tentang-pelaksanaan-kebijakan-pendidikan-dalam-masa-darurat-penyebaran-corona-virus-disease-covid-1-9/>.
- Susilowati, Ellya, dan Mira Azzasyofia. *The Parents Stress Level in Facing Children Study From Home in the Early of Covid-19 Pandemic in Indonesia*. Vol. 2 (3), 2020.
- Syamsul Arifin, Bambang. *Psikologi Agama*. Bandung: CV Pustaka Setia, n.d.
- Tribunjogja.com. “Update Covid-19 Di Yogyakarta : Bertambah 175 Kasus Baru, Total Ada 26.456 Kasus Positif.” Diakses 25 Maret, 2021. <https://jogja.tribunnews.com/2021/02/21/update-covid-19-di-yogyakarta-bertambah-175-kasus-baru-total-ada-26456-kasus-positif>.
- Tsaniya, Hetty. *Optimalisasi Peran Pengawasan Orang Tua Dalam Pelaksanaan Sekolah Online Di Masa Pandemi Covid-19*. Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat. Vol. 7 (1).
- Utamingtias, Wiari, Ishartono Ishartono, dan Eva Nuriyah Hidayat. *Coping Stres Karyawan Dalam Menghadapi Stres Kerja*. Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat. Vol. 3 (2).
- Wahidah, Idah, Raihan Athallah, Nur Fitria Salsabila Hartono, M. Choerul Adlie Rafqie, dan Muhammad Andi Septiadi. *Pandemik COVID-19: Analisis Perencanaan Pemerintah dan Masyarakat dalam Berbagai Upaya Pencegahan*. Jurnal Manajemen dan Organisasi. Vol. 11 (3), 2020.
- Wahyuningsih, Sri. *Metode Penelitian Studi Kasus*. Madura: UTM PRESS, n.d.
- Yuna Anisa Putri. *Mengungkap Beban Ganda Pada Ibu Di Masa Pandemi Covid-19*. Jurnal Unisia. Vol. 1 (1), 2021.
- Yuristiadhi, Ghifari. *Wirausahawan dan Muhammadiyah di Kampung Nitikan, Yogyakarta 1950-an-2000-an*. Lembaran Sejarah. Vol. 9 (1).