



## Analisis Faktor Kecemasan Ibu Dalam Pendampingan Anak Belajar Di Rumah

Shanti Rosmaharani <sup>1</sup>, Dian Anisia Widyaningrum <sup>2</sup>

<sup>1</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pemkab Jombang, Indonesia.

<sup>2</sup> STIKES Bhakti Husada Mulia, Madiun, Indonesia.

### INFORMASI

Korespondensi:  
[shantirosmaharani@gmail.com](mailto:shantirosmaharani@gmail.com)



### ABSTRACT

*Objective: This study aims to determine the factors that influence maternal anxiety in assisting children to study at home / study from home.*

*Methods: The design of this study used a correlational analytic design with a "cross sectional" approach, with a population of 82 people, and a large sample of 42 respondents. The sampling technique of this research uses Non Probability Sampling: Purposive Sampling. The independent variables are maternal age, child age, education level, and occupation. While the dependent variable is maternal anxiety. Collecting data using an anxiety questionnaire using the ZRAS (Zung Self-Rating Anxiety Scale). The statistical test used the logistic regression analysis.*

*Results: From the results of the logistic regression analysis, it was obtained education level data of 0.041 (<0.05) and the most dominant variable for the incidence of dementia in the elderly was a history of hypertension with p value = 0.031 (<0.05) and an OR value of 22.480 that work has a 22,480 times chance of causing anxiety in mothers .*

*Conclusion: The conclusion of this study is that the level of education and work are related to maternal anxiety. The most dominant factor affecting maternal anxiety is work which can lead to role conflict in mothers. This must be controlled with good emotional management and time management.*

*Keywords:*  
 Anxiety, Mentoring,  
 Learning at Home

## PENDAHULUAN

Pandemi *Coronavirus Disease* (COVID-19) yang menyebar hampir ke seluruh dunia dan ditetapkan oleh *World Health Organization* (WHO) sebagai darurat kesehatan masyarakat telah menyebabkan terganggunya stabilitas ekonomi dan rutinitas sehari-hari masyarakat seperti, kegiatan keagamaan dan kegiatan belajar mengajar. Indonesia menempati urutan ke 23 di dunia dengan jumlah kasus sebanyak 177.571 kasus. Pada tanggal 01 September 2020 Provinsi Jawa Timur menduduki peringkat kedua setelah DKI Jakarta dengan jumlah kasus sebanyak 33.893 kasus. Menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jombang terkonfirmasi 663 kasus positif COVID-19 pada 01 September 2020.

Upaya yang telah dilakukan oleh pemerintah dalam memerangi COVID-19 sudah dari berbagai bidang, salah satunya di bidang pendidikan yang menyebabkan perubahan besar dengan menetapkan sistem yang berbeda dari proses pembelajaran sebelum pandemi yaitu dengan pembelajaran tatap muka menjadi metode belajar di rumah/*Study From Home* (SFH) dengan pembelajaran daring (dalam jaringan). Sistem tersebut telah resmi ditetapkan oleh Kemendikbud dalam Surat Edaran No. 4 Tahun 2020 Tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran *Coronavirus Disease* (COVID-19) (Sunarti and Soejono, 2013).

Keunggulan sistem pembelajaran *Study From Home* (SFH) berbanding terbalik dengan yang dirasakan oleh para orang tua dari peserta didik. Setelah metode SFH resmi diberlakukan di seluruh Indonesia, muncul masalah baru yang berdampak pada kecemasan orang tua terutama ibu dalam pendampingan anak selama SFH. Kecemasan adalah suatu keadaan yang tidak normal, dan terjadi dalam berbagai situasi dan kondisi seperti, pertumbuhan, adanya perubahan dan pengalaman baru (Mandagi, 2013).

Kecemasan ibu yang muncul dalam pendampingan anak selama SFH tentunya merupakan suatu masalah psikis yang serius dan harus segera dikontrol karena akan berdampak pada anak. Kondisi mental ibu dalam proses *parenting* nantinya dapat mempengaruhi perkembangan dan pendampingan anak, terutama pada saat membantu belajar anak. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan ibu dalam pendampingan anak selama SFH antara lain, usia anak, minat anak dalam belajar, tingkat pendidikan ibu, kondisi ekonomi, wanita karier, dan wilayah yang sulit dijangkau (Pajarianto *et al.*, 2020).

Strategi penanggulangan yang dapat digunakan untuk mengelola kecemasan pada ibu adalah dengan

membagi peran dan tugas keluarga, menjadi lebih berhati-hati dan selalu berpikir positif, memiliki lebih banyak waktu bersama dengan keluarga, minum obat resep *antidepresan* atau mencari terapi, berolahraga, mengikuti kegiatan yang positif, dan tetap menjalani rutinitas seperti sebelum COVID-19 (Carroll *et al.*, 2020).

## METODE

Desain penelitian pada penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai anak usia 6-9 tahun di Kabupaten Jombang berjumlah yang berjumlah 82 orang. Besar sampel yang di dapatkan adalah 42 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi dengan teknik *Purposive Sampling*. Variabel Independen usia anak, usia ibu, tingkat pendidikan ibu, dan pekerjaan dan variabel dependen adalah kecemasan ibu.

Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data untuk faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu usia anak, usia ibu, tingkat pendidikan ibu, dan pekerjaan menggunakan kuisioner. Sedangkan kuisioner untuk tingkat kecemasan menggunakan ZRAS (*Zung Self-Rating Anxiety Scale*) Teknik analisa data menggunakan uji Regresi Logistik Berganda.

## HASIL

### Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Faktor Usia Anak di Kabupaten Jombang.

Usia anak	Frekuensi	Persentase (%)
6-7 tahun	3	7.1
8-9 tahun	39	92.9
<b>Total</b>	42	100.0

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 42 responden, sebagian besar (92.9%) adalah usia anak 8-9 tahun yaitu sebanyak 39 responden.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Faktor Usia Ibu di Kabupaten Jombang.

Usia ibu	Frekuensi	Persentase (%)
< 30 tahun	9	21.4
> 30 tahun	33	78.6
<b>Total</b>	42	100.0

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 42 responden, sebagian besar (78,6%) usia ibu adalah > 30 tahun yaitu sebanyak 33 responden.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Faktor Tingkat Pendidikan di Kabupaten Jombang.

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
Pendidikan dasar, menengah dan atas	16	38.1
Pendidikan tinggi	26	61.9
<b>Total</b>	42	100.0

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 42 responden, lebih dari separuh (61.9%) memiliki pendidikan tinggi yaitu sebanyak 26 responden

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Faktor Pekerjaan di Kabupaten Jombang.

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Bekerja	25	59.5
Tidak bekerja	17	40.5
<b>Total</b>	42	100.0

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 42 responden, lebih dari separuh (59,5%) memiliki pendidikan tinggi yaitu sebanyak 25 responden.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Ibu di Kabupaten Jombang.

Kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	34	81.0
Sedang/berat	8	19.0
<b>Total</b>	42	100.0

Tabel 5 menunjukkan bahwa dari 42 responden, sebagian besar (81%) ibu mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 34 responden.

### Uji Statistik Regresi Logistik Ganda Multivariat

Tabel 6. Hasil Uji Statistik Regresi Logistik

Variabel	<i>p value</i>	OR
Usia Anak	.520	.204
Usia Ibu	.213	7.087
Tingkat Pendidikan	.041	19.200
Pekerjaan	.031	22.480

Berdasarkan Tabel 6 dari hasil uji statistik regresi logistik ganda multivariat dapat disimpulkan bahwa variabel pekerjaan yang paling dominan mempunyai pengaruh dengan kecemasan ibu, dengan nilai *p value* = 0,031 (< 0,05). Nilai OR terbesar pada variabel pekerjaan yaitu 22,480 mempunyai arti faktor pekerjaan mempunyai peluang 22,480 kali menyebabkan kecemasan pada ibu.

## PEMBAHASAN

### Hubungan Faktor Tingkat Pendidikan Dengan Kecemasan Ibu

Berdasarkan Tabel 6 hasil analisis regresi logistik sederhana didapatkan bahwa faktor tingkat pendidikan memiliki nilai *p value* = 0,041 (*p* < 0,005) sehingga disimpulkan bahwa variabel tingkat pendidikan memiliki hubungan dengan kecemasan pada ibu dalam mendampingi anak belajar di rumah. Selama masa pandemi pembelajaran secara tatap muka untuk siswa dialihkan menjadi belajar dari rumah dengan metode daring. Pembelajaran daring merupakan pembelajaran virtual dengan menggunakan media tanpa bertatap muka secara langsung antara siswa dengan guru. Pembelajaran daring merupakan hal baru, terutama bagi siswa dan orang tua sehingga membutuhkan waktu yang cukup lama untuk beradaptasi (Atiqoh, 2020). Hal tersebut yang membuat orang tua terutama ibu harus meluangkan waktu mendampingi anak belajar di rumah dan mengkondisikan agar anak dapat menerima pelajaran seperti saat menerima pembelajaran di sekolah.

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan data lebih dari separuh ibu mempunyai pendidikan tinggi yaitu 26 responden (61,9%). Dilihat dari segi tingkat pendidikan responden, mayoritas ibu mempunyai pendidikan tinggi. Uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pendidikan ibu dengan kecemasan, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Zhao *et al.*, 2020) yang menjelaskan bahwa tingkat pendidikan seseorang memberikan dampak secara langsung pada kecemasan.

Tingkat pendidikan seseorang berhubungan dengan pengetahuan yang ada pada dirinya tentang masalah yang spesifik juga tinggi. Semakin tinggi pendidikan, maka analisis terhadap masalah juga menjadi tinggi sehingga dapat mengkorelasikan akibat yang akan terjadi pada masalah tersebut dan semakin memperberat kecemasan karena dapat memprediksi dampak positif dan negatif terhadap suatu kondisi. Pada mayoritas responden penelitian didapatkan data dari wawancara sederhana bahwa sumber kecemasan ibu adalah pada kesehatan anak yang terpapar *screen time* yang tinggi.

Kesehatan mata dan paparan radiasi menyebabkan banyak ibu khawatir dengan kondisi anak-anaknya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dong, Cao and Li (2020) yang menyatakan bahwa banyak dampak negatif yang dipersepsikan oleh banyak orang tua di China terkait dengan pembelajaran daring yang dihubungkan dengan kesehatan dan regulasi diri anak. Hal lain yang

membuat ibu cemas adalah ketidakpahaman anak terhadap materi yang diberikan. Dari penelitian yang dilakukan oleh (Abuhammad, 2020) banyak orang tua menyampaikan ketidakpuasan terhadap pembelajaran daring terutama tentang materi yang diberikan. Banyak hambatan yang dihadapi oleh orang tua terutama terkait dengan pemahaman anak terhadap materi yang diberikan oleh guru. Banyak persepsi orang tua khususnya ibu yang menganggap pembelajaran tatap muka tetap dianggap lebih efektif dibandingkan dengan pembelajaran daring.

### Hubungan Faktor Pekerjaan Dengan kecemasan ibu

Berdasarkan Tabel 4 hasil analisis regresi logistik sederhana didapatkan bahwa faktor tingkat pendidikan memiliki nilai  $p\text{ value} = 0,031$  ( $p < 0,005$ ) sehingga disimpulkan bahwa variabel pekerjaan memiliki hubungan dengan kecemasan pada ibu dalam mendampingi anak belajar di rumah.

Kondisi pandemi yang menyebabkan sekolah ditutup, sehingga siswa diwajibkan belajar dari rumah. Perubahan tersebut membuat orang tua dan anak harus dapat beradaptasi dan tetap menerima pelajaran secara daring. Waktu yang harus disediakan oleh orang tua terutama ibu dalam mendampingi anak belajar menjadi relatif lebih lama. Pada ibu bekerja tentu memiliki permasalahan tersendiri untuk beradaptasi dengan kondisi tersebut.

Pada tabel 4 menunjukkan bahwa dari 42 responden, lebih dari separuh (59,5%) atau sebesar 25 orang ibu dengan status bekerja. Ibu bekerja banyak terkendala dengan waktu. Saat anak belajar di rumah ada dua peran yang harus dijalankan oleh seorang ibu sebagai seorang pekerja dan sebagai seorang guru, sehingga banyak ibu yang mengapresiasi kerja seorang guru setelah mendampingi anak belajar di rumah (Sabiq, 2020).

Terlebih lagi dengan tambahan tugas anak yang harus yang harus dikumpulkan, ibu harus meluangkan lebih banyak waktu untuk membantu anak dalam menyelesaikan pekerjaan rumah tersebut. Beberapa tugas harus diselesaikan dengan menggunakan beberapa aplikasi yang pada akhirnya mengharuskan ibu memiliki waktu lebih untuk mempelajari hal tersebut (Abuhammad, 2020). Kondisi tersebut yang membuat rasa cemas ibu menjadi meningkat karena ada konflik peran yang harus dihadapi.

### Analisis Faktor Yang Paling Dominan Mempengaruhi Kecemasan ibu

Hasil analisis regresi logistik multivariat pada tabel 6 dapat disimpulkan bahwa dari keseluruhan variabel independen yang diduga mempunyai hubungan dengan kecemasan ibu dalam pendampingan anak belajar di rumah/*study from home*. terdapat satu variabel yaitu pekerjaan yang paling dominan mempunyai pengaruh dengan kecemasan ibu, dengan nilai  $p\text{ value} = 0,031$  ( $< 0,05$ ). Nilai OR terbesar pada variabel pekerjaan yaitu 22.480 mempunyai arti pekerjaan ibu mempunyai peluang 22.480 kali menyebabkan kecemasan ibu dalam pendampingan anak belajar di rumah/*study from home* dibandingkan dengan faktor lainnya seperti usia anak, usia ibu, dan tingkat pendidikan.

Penutupan sekolah untuk mencegah penularan COVID 19 di Indonesia yang dilakukan sejak Maret 2020, tidak hanya menimbulkan dampak positif akan tetapi muncul juga dampak negatif. Salah satu dampak negatif yang muncul adalah masalah psikososial yang dialami orang tua terutama ibu saat mengkondisikan anak untuk belajar di rumah. Hal ini merupakan stressor tersendiri bagi ibu (Spinelli *et al.*, 2020). Kondisi yang mengharuskan *stay at home* merupakan hal yang tidak mudah bagi ibu dalam melakukan manajemen waktu.

Masalah psikososial yang sering muncul adalah kecemasan. Banyak sumber yang dapat menjadi penyebab kecemasan ibu, antara lain kecemasan tentang ketidakpahaman materi oleh anak, motivasi anak untuk belajar, mengaplikasikan teknologi media pembelajaran, membagi waktu dengan pekerjaan dan mengkondisikan anak yang lain (Sabiq, 2020). Akibatnya reaksi orang tua terhadap anak saat mengalami hal negatif emosi, seperti ketakutan, kekhawatiran, kecemasan, dan kesedihan. Anak juga akan merasakah hal yang sama sehingga mempengaruhi perkembangan anak-anak (Aslan, 2017).

Berdasarkan tabel 5 kecemasan yang dialami sebagian besar ibu adalah kecemasan ringan sebesar 81% atau 34 responden. Faktor pekerjaan merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap kecemasan ibu dalam mendampingi anak belajar. Status ibu bekerja sering membuat konflik peran, sehingga kondisi tersebut sering menimbulkan masalah psikososial terutama bagi ibu. Ibu pada umumnya akan kesulitan membagi waktu antara pekerjaan dan pembelajaran untuk anak dan pada akhirnya dapat membuat ibu merasa cemas karena selalu merasa kekurangan waktu untuk menyelesaikan beberapa tugas dalam

satu waktu. Meskipun kecemasan yang dirasakan dalam kategori ringan tetap harus ditangani, karena jika berkepanjangan dapat menimbulkan masalah yang lebih serius baik untuk diri ibu sendiri maupun seluruh anggota keluarga.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian tentang analisis faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu dalam pendampingan anak belajar di rumah/*study from home*. Diperoleh kesimpulan bahwa

Faktor yang tidak berhubungan dengan kecemasan ibu adalah faktor usia ibu, usia anak. Sedangkan faktor tingkat pendidikan dan pekerjaan menjadi faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu. Faktor pekerjaan menjadi faktor yang dominan mempengaruhi kecemasan ibu.

## SARAN

### 1. Bagi responden

disarankan untuk dapat mengelola emosi dan melakukan manajemen waktu agar dapat membagi peran dengan baik, sehingga pendampingan anak untuk belajar di rumah dapat dilakukan secara optimal dan dapat memberikan hasil yang baik untuk anak dalam proses pembelajaran daring.

### 2. Bagi Institusi

Diharapkan institusi pendidikan memberikan alternatif pembelajaran bagi siswa sehingga ada inovasi agar meminimalkan stress untuk siswa dan orang tua dalam pendampingan belajar.

## DAFTAR PUSTAKA

Abuhammad, S. (2020) 'Barriers to distance learning during the COVID-19 outbreak: A qualitative review from parents' perspective', *Heliyon*. Elsevier Ltd, 6(11), p. e05482. doi: 10.1016/j.heliyon.2020.e05482.

Aslan, C. (2017) 'Eurasian Journal of Educational Research', *Eurasian Journal of Educational Research*, 67, p. 37.

Atiqoh, L. N. (2020) 'Respon Orang Tua Terhadap Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19', *Thufuli: Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(1), p. 45. doi: 10.33474/thufuli.v2i1.6925.

Carroll, N. *et al.* (2020) 'The Impact of COVID-19

on Health Behavior, Stress, Financial and Food Security among Middle to High Income Canadian Families with Young Children', *Nutrients*, 12(8), pp. 1–14. doi: 10.3390/nu12082352.

Dong, C., Cao, S. and Li, H. (2020) 'Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID-19. The COVID-19 resource centre is hosted on Elsevier Connect, the company's public news and information', (January).

Mandagi DVV, Pali C, Sinolungan JSV. 2013. Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Primigravida dan Multigravida di RSIA Kasih Ibu Manado. *Jurnal e-Biomedik (eBM)*. 1 (1): 197-201

Pajarianto, H. *et al.* (2020) 'Study from Home in the Middle of the COVID-19 Pandemic: Analysis of Religiosity, Teacher, and Parents Support Against Academic Stress', 12(2), pp. 1791–1807.

Sabiq, A. F. (2020) 'Persepsi Orang Tua Siswa tentang Kegiatan Belajar di Rumah sebagai Dampak Penyebaran Covid 19', *Ilmu Pendidikan Pkn dan Sosial Budaya*, 4(1), pp. 1–7.

Spinelli, M. *et al.* (2020) 'Parents' Stress and Children's Psychological Problems in Families Facing the COVID-19 Outbreak in Italy', *Frontiers in Psychology*, 11(January), pp. 1–7. doi: 10.3389/fpsyg.2020.01713.

Sunarti, M. and Soejono, S. K. (2013) 'Konseling Dan Mekanisme Koping Ibu Bersalin', *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 1(1), pp. 1–27. doi: 10.12928/jehcp.v1i1.3793.

Zhao, Y. *et al.* (2020) 'The effects of online homeschooling on children, parents, and teachers of grades 1-9 during the COVID-19 pandemic', *Medical Science Monitor*, 26, pp. 1–10. doi: 10.12659/MSM.925591.