

**HUBUNGAN ANTARA *STUDY FROM HOME* (SFH) DENGAN
TINGKAT STRES ANAK USIA SEKOLAH**

SKRIPSI



ENDANG FIDYA ASTUTIK
17.0603.0020

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2021**

**HUBUNGAN ANTARA *STUDY FROM HOME* (SFH) DENGAN
TINGKAT STRESS ANAK USIA SEKOLAH**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang



ENDANG FIDYA ASTUTIK
17.0603.0020

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2021**

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Akhir tahun 2019, dunia dikejutkan dengan fenomena kasus pneumonia baru yang etiologi atau penyebabnya tidak diketahui dari kota Wuhan, Provinsi Hubei, Cina. Setelah diidentifikasi kasus pneumonia baru tersebut berasal dari virus yang disebut *virus severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2) atau *corona Virus Disease* (COVID-19) (WHO, 2020). Berdasarkan bukti ilmiah, virus COVID-19 dapat menular melalui *droplet* atau percikan cairan tubuh yang berasal dari saluran pernafasan seperti melalui batuk dan atau bersin (Karo, 2020). Transmisi dan penularan COVID-19 sangatlah massif, *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa virus COVID-19 menimbulkan lebih banyak korban daripada virus SARS dan MERS yang terjadi beberapa tahun lalu. Sehingga pada bulan Maret 2020 lalu, WHO menetapkan bahwa COVID-19 sebagai virus pandemic dunia (WHO, 2020).

Tanggal 07 Desember 2020 terdapat 216 negara terjangkit COVID-19 dan 180 negara dengan transmisi local. Kasus COVID-19 didunia mencapai 66.243.918 kasus terkonfirmasi positif, dengan 1.528.984 kasus kematian (WHO, 2020). Di Indonesia COVID-19 telah menjangkit 501 Kabupaten/Kota terdampak dengan 305 Kabupaten/Kota dengan transmisi lokal. Jumlah kasus konfirmasi positif COVID-19 di Indonesia mencapai 581.550 kasus (Satuan Tugas Penanganan COVID-19, 2020).

Sebagai usaha mencegah penyebaran kasus virus COVID-19 lebih massif, *word health organization* (WHO) merekomendasikan menghentikan sementara kegiatan-kegiatan yang akan menimbulkan kerumunan masyarakat. Mengikuti hal tersebut, Pemerintah Indonesia menetapkan kebijakan pencegahan kasus penyebaran COVID-19 dengan cara *Sosial Distancing* atau kebijakan *Physical*

Distancing (Handarini & Wulandari, 2020). Tujuan dari *physical distancing* adalah untuk melindungi masyarakat terutama masyarakat yang beresiko tinggi seperti lansia, anak-anak, ibu hami dan masyarakat yang memiliki penyakit penyerta terhadap mordibilitas virus COVID-19. Karena penetapan kebijakan tersebut, tempat-tempat yang menimbulkan kerumunan dan kontak fisik masyarakat harus ditutup tak terkecuali tempat-tempat pendidikan seperti sekolah-sekolah dan kampus (Setiawan, 2020). Setelah penetapan kebijakan *physical distancing*, Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) mengeluarkan Surat Edaran No. 4 Tahun 2020 tentang pencegahan penyebaran virus COVID-19 di dunia pendidikan yaitu dengan menginstruksikan untuk menyelenggarakan pembelajaran jarak jauh dan mengisntruksikan peserta didik untuk belajar dari rumah atau sering disebut dengan *Study From Home* (SFH) (Handarini & Wulandari, 2020).

Study from home (SFH) sendiri merupakan sebuah metode pembelajaran dari jauh sehingga pembelajaran dilakukan dengan memanfaatkan jaringan internet untuk interaksi pembelajaran antara peserta didik dan pendidik (Sadikin, A., & Hamidah, 2020). Pembelajaran dari rumah atau *Study From Home* (SFH) menjadi sebuah solusi alternatif terbaik untuk mencegah penyebaran COVID-19 dilingkungan siswa dan solusi pendidikan di Indonesia agar tetap berjalan. Berbagai perubahan harus dilakukan oleh sekolah untuk menjalankan *study from home* (SFH) dan hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi setiap sekolah untuk tetap menjalankan pendidikan. Kebijakan pemindahan kegiatan belajar dari rumah kesekolah ke rumah berdampak pada perubahan model pembelajaran (Latip, 2020).

Perubahan model pembelajaran dari sekolah menjadi SFH yang dilaksanakan secara mendadak mejadikan pendidikan disekolah tidak dapat berjalan dengan maksimal. Dikarenakan SFH sendiri merupakan hal baru bagi masyarakat Indonesia, sehingga hal tersebut menyebabkan kebingungan bagi pendidik maupun peserta didik (Sari, 2021). SFH menuntut kemampuan belajar lebih mandiri dibandingkan dengan belajar disekolah atau belajar tatap muka, seperti

pemberian tugas dari pendidik yang lebih banyak, sulitnya pengerjaan tugas karena minimnya penjelasan materi yang disampaikan guru, dan jaringan internet tidak stabil (Brown et al., 2020). Selain itu, kurangnya keasiapan sumber daya manusia yang dimiliki oleh siswa seperti kepemilikan *Smartphone*, orang tua tidak mendampingi siswa untuk SFH, siswa tidak dapat bersosialisasi secara maksimal dengan teman sebaya dan tidak terbiasanya siswa menggunakan perangkat teknologi untuk sekolah serta fasilitas yang terbatas membuat metode pembelajaran SFH dikhawatirkan akan menimbulkan terganggunya kesehatan mental seperti stress pada anak usia sekolah (Sari, 2021).

Stres merupakan kondisi seseorang yang mengalami ketidakseimbangan antara apa yang diinginkan dengan kenyataan (Hesti Mahmudah, 2019). Stres dapat dialami oleh siapa saja baik itu individu usia dewasa bahkan anak usia sekolah sekalipun. Selama ini stress dipresepsikan oleh masyarakat hanya mungkin dialami oleh orang dewasa yang memiliki tingkat kelangsungan hidup yang lebih kompleks. Akan tetapi anak pun dapat mengalaminya meski penyebabnya berbeda-beda seperti perubahan lingkungan dan kondisi yang tekanan psikologis, tekanan emosional, tekanan sosial dan tekanan intelektual menimbulkan stress bagi anak usia sekolah (Anggraini, 2018).

Penelitian di Hubei China melibatkan 2.330 anak sekolah menemukan bahwa anak-anak yang menjalani belajar SFH menunjukkan beberapa tanda-tanda tekanan emosional diantaranya anak mengalami kesulitan konsentrasi, mudah marah, dan frustrasi. Observasi lanjutan dari penelitian tersebut, menunjukkan bahwa 22,6% dari anak usia sekolah mengalami gejala depresi dan 18,9% mengalami kecemasan (Riany, 2020). Pemerintah Jepang juga melakukan survey stress anak akibat belajar dari rumah terhadap beberapa anak-anak usia sekolah, dari survey tersebut didapatkan hasil bahwa 72% anak mengalami gejala stress akibat belajar di rumah (Griffith, 2020).

SFH yang saat ini masih berjalan diseluruh wilayah Indonesia salah satunya adalah Kota Magelang. Kota Magelang memiliki 78 Sekolah Dasar yang saat ini

seluruh Sekolah Dasar tersebut menggunakan metode SFH sebagai metode pembelajaran. Diantaranya adalah SD Negeri Tidar 6 Kota Magelang dan SD Negeri Kemirirejo 1 Kota Magelang. Dari hasil study pendahuluan yang dilakukan di dua sekolah tersebut didapatkan bahwa metode pembelajaran SFH memanfaatkan media *Whatsapp Group* dan *Whatsapp Video Call* untuk penyampaian materi dan penyampaian tugas untuk SD Tidar 6 Kota Magelang. Sedangkan untuk SD Kemirirejo menggunakan media *Zoom*, *Whatsapp Video Call*, dan *Youtube* untuk penyampaian materi dan untuk penyampaian dan pengumpulan tugas melalui media *Whatsaap Group* dan *Google From*. Siswa dari kedua SD tersebut sering mengeluh tidak paham pada pelajaran yang disampaikan guru karena terbatasnya komunikasi antara siswa dan pendidik, selain itu tugas yang banyak membuat siswa bingung, pendampingan belajar minimal karena siswa menunggu orang tua selesai bekerja, siswa tidak dapat bertanya atau berkomunikasi dengan teman sebaya sehingga menyebabkan kurangnya sosialisasi antar siswa, siswa juga tidak konsentrasi terhadap pelajaran maupun tugas yang disampaikan pendidik serta kebanyakan siswa mulai bosan dengan belajar dari rumah.

Bedasarkan uraian diatas dan belum adanya penelitian yang membahas tentang hubungan antara *study from home* dengan tingkat stress anak usia sekolah, maka peneliti tertarik melakukan penelitian “*Hubungan Study from Home (SFH) Dengan Tingkat Stress Anak Usia Sekolah*”.

1.2 Rumusan Masalah

Dalam masa anak usia sekolah, anak akan mengalami pertumbuhan fisik serta perkembangan emosional dan sosial yang cukup cepat, anak senang berkumpul dengan teman sebaya untuk melakukan sosialisasi. Sedangkan saat ini, pembelajaran dilaksanakan jarak jauh atau *Study from Home* sehingga anak dipaksa untuk menyesuaikan diri dengan metode pembelajaran baru dan kurangnya sosialisai anak dengan lingkungan maupun teman sebaya. Hal tersebut akan berpengaruh terhadap emosional, inteltual dan psikikologi anak. Sehingga

anak usia sekolah yang SFH dikhawatirkan lebih berpotensi mengalami stress karena anak usia sekolah mempunyai tuntutan yang berat dalam hal akademik, sosial, dan psikologis. Sehingga rumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah hubungan *Study from Home* (SFH) dengan tingkat stress anak usia sekolah?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan *Study From Home* (SFH) dengan tingkat Stress anak usia sekolah.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik responden

1.3.2.2 Mengidentifikasi tingkat stress anak usia sekolah

1.3.2.3 Mengidentifikasi Hubungan antara *Study From Home* (SFH) dengan tingkat stress anak usia sekolah

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Menjelaskan ada atau tidaknya hubungan *Study From Home* (SFH) dengan tingkat Stress anak usia sekolah sehingga dapat menjadi tampahan ilmu pada bidang keperawatan anak.

1.4.2 Praktis

1.4.2.1 Bagi Bidang Pendidikan

Sebagai informasi dan evaluasi untuk memperbaiki system Pendidikan yang tidak menimbulkan stress pada anak usia sekolah.

1.4.2.2 Bagi Profesi Keperawatan

Sebagai wacana intervensi dan implementasi bagi profesi keperawatan.

1.4.2.3 Bagi Orang Tua

Sebagai informasi dan evaluasi untuk memperbaiki cara mengasuh dan menididik anak sehingga tidak menimbulkan stress pada anak usia sekolah.

1.4.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan data untuk dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan *Study From Home* (SFH) dengan tingkat stress anak usia dini.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Lingkup Masalah

Lingkup masalah dalam pada penelitian ini adalah meningkatnya tingkat stress anak usia sekolah akibat *Study From Home* (SFH).

1.5.2 Lingkup Subjek

Lingkup subjek dalam penelitian ini adalah Anak usia sekolah yang bersekolah dengan metode *Study From Home* (SFH).

1.6 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
1.	Hesti Mahmudah, Diana Rusmawati (2019)	Hubungan Antara Kelekatan Anak-Orang Tua Dengan Stres Akademik Pada Siswa SD N Sron dol Wetan 02 Semarang Dengan Sistem Pembelajaran <i>Full Day School</i>	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional.	- Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kelekatan anak-orang tua dengan stress akademik pada siswa SD N Sron dol Wetan 02. - Semakin tinggi kelekatan anak-orang tua, maka semakin rendah stress akademik siswa dan semakin rendah kelekatan anak-orang tua, maka semakin tinggi stress akademik siswa.	- Variabel terikat yang digunakan peneliti sebelumnya adalah stress akademik Siswa sedangkan pada penelitian ini adalah tingkat stress anak usia sekolah. - Variabel bebas yang digunakan pada peneliti sebelumnya adalah kelekatan antara anak-orang tua sedangkan Variabel bebas peneliti ini adalah <i>Study From Home (SFH)</i>
2.	Priatri Megawati, Erna Megawati, Siti Nurkhafifah (2020)	Persepsi Peserta Didik Terhadap PJJ Pada Masa Pandemi COVID-19	Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode analisis deskriptif kuantitatif yang mencoba untuk mengkaji persepsi peserta didik terhadap PJJ.	Hampir semua responden yang terdiri dari jenjang SD-SMA sepakat bahwa mereka tidak senang dengan ketetapan perpanjangan masa belajar dari rumah atau <i>School From Home</i> .	- Variabel bebas pada penelitian sebelumnya adalah persepsi peserta didik sedangkan Variabel bebas pada penelitian ini adalah <i>Study From Home (SFH)</i> . - Variabel terikat pada penelitian sebelumnya adalah Masa Pandemi COVID-19 sedangkan pada

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
					penelitian ini variable bebasnya adalah Tingkat stress anak usia sekolah
3.	Samantha M. Brown, Jenalee R.Doom, Stephanie Lechuga-Pena, Sarah Enos Watamura, Tiffany Koppels (2020)	<i>Stess and Parenting during The Global COVID-19 Pandemic</i>	Pengujian kelompok berbeda dan <i>Hierarchical Multiple Regression Analyses</i> digunakan untuk menilai hubungan antara karakteristik demografis, faktor risiko COVID-19, faktor risiko kesehatan mental, faktor pelindung, stres yang dirasakan orang tua, dan potensi kekerasan pada anak	Stress terkait dengan COVID-19 lebih tinggi dan kecemasan yang tinggi tersebut dikaitkan dengan stress yang dirasakan orang tua. Kecemasan yang tinggi serta gejala depresi berkaitan dengan potensi kekerasan pada anak. Sebaliknya dukungan orang tua yang lebih besar control yang baik dikaitkan dengan stress yang rendah dan potensi kekerasan pada anak pun rendah. Selain itu, perbedaan ras dan etnis juga berpengaruh terhadap stress terkait dengan COVID-19 akan tetapi tidak ada resiko Kesehatan mental, factor pelindung, sstress, dan potensi kekerasan pada anak.	- Variabel bebas pada penelitian sebelumnya adalah Pandemic COVID-19 sedangkan pada penelitian ini variable bebasnya adalah <i>Study From Home (SFH)</i> - Variabel terikat pada penelitian sebelumnya Stress dan Pengasuhan orang tua terhadap anak sedangkan pada penelitian ini variable terikatnya adalah Tingkat Stress anak usia sekolah.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Teoritis

2.1.1 *Study From Home* (SFH)

2.1.1.1 Definisi *Study From Home* (SFH)

Study from Home (SFH) atau sering disebut dengan pembelajaran daring didefinisikan sebagai sebuah metode pembelajaran dari rumah masing-masing dengan memanfaatkan media elektronik sebagai perangkat penunjang proses belajar mengajar baik formal maupun non formal sehingga mampu menutupi beberapa masalah seperti waktu, jarak dan lain-lain (Kurniawan & Nasir, 2014). Sedangkan menurut LLC, (2014) *Study from Home* (SFH) atau pembelajaran daring adalah pembelajaran berbasis teknologi dengan bahan belajar dikirim secara elektronik kepada peserta didik jarak jauh menggunakan jaringan computer dan media berbasis komputer.

2.1.1.2 Manfaat *Study From Home* (SFH)

Dalam Buku Konsep Pembelajaran Daring Berbasis Pendekatan Ilmiah dari Pohan, (2020) manfaat SFH antara lain:

- a. Membangun komunikasi yang sangat efisien antara guru dan murid
- b. Siswa saling berinteraksi dan berdiskusi antara siswa yang satu dengan yang lainnya tanpa melalui guru
- c. Memudahkan interaksi antar siswa dan guru dengan orang tua
- d. Sarana yang tepat untuk ujian maupun kuis, kelima guru dapat dengan mudah memberikan materi kepada siswa berupa gambar dan video selain murid juga dapat mengunduh bahan ajar tersebut
- e. Memudahkan guru membuat soal kapan saja tanpa batas waktu
- f. Mendorong siswa tertantang dengan hal-hal baru yang mereka peroleh selama proses belajar, baik teknik interaksi dalam pembelajaran yang beraneka ragam
- g. Siswa juga secara otomatis, tidak hanya mempelajari materi ajar yang diberikan guru, melainkan mempelajari cara belajar itu sendiri

2.1.1.3 Prinsip *Study From Home* (SFH)

Dalam Buku Konsep Pembelajaran Daring Berbasis Pendekatan Ilmiah dari Pohan, (2020) Prinsip SFH adalah terjadinya pembelajaran yang bermakna, yaitu proses pembelajaran yang berorientasi pada interaksi dan kegiatan pembelajaran. Perancangan system belajar dari rumah atau SFH mengacu pada 3 prinsip yang harus di penuhi:

- a. Sistem pembelajaran harus sederhana sehingga mudah untuk di pelajari.
- b. System pembelajaran harus dibuat personal sehingga pemakai system tidak saling tergantung.
- c. Sistem harus cepat dalam proses pencarian materi atau menjawab soal dari hasil perencanaan system yang di kembangkan.

2.1.1.4 Dasar Hukum *Study From Home* (SFH)

SFH di Indonesia diselenggarakan dengan aturan dan system yang terpusat pada peraturan yang ditetapkan oleh pemerintah. Untuk mengatur SFH pemerintah merumuskan dasar-dasar hukum penyelenggaraan SFH di masa pandemi COVID-19. Adapun dasar hukum yang dimaksud adalah:

- a. Keppres No. 11 Tahun 2020, tentang Penetapan Kegawatdaruratan Kesehatan Masyarakat COVID-19
- b. Keppres No. 12 Tahun 2020, tentang Penetapan Bencana Nonalam Penyebaran Corona Virus (COVID-19) Sebagai Bencana Nasional
- c. Surat Keputusan Kepala BNPB Nomor 9.A. tahun 2020, tentang Penetapan Status Keadaan Tertentu Darurat Bencana Wabah Penyakit akibat Virus Corona di Indonesia
- d. SE Mendikbud No. 3 Tahun 2020, tentang Pencegahan COVID-19 pada Satuan Pendidikan
- e. Surat Mendikbud No. 46962/MPK.A/HK/2020, tentang Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah dalam rangka Pencegahan Penyebaran COVID-19 pada Perguruan Tinggi
- f. SE Mendikbud No. 4 Tahun 2020, tentang pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam masa darurat penyebaran virus corona

- g. Surat edaran Menteri PANRB No. 19 Tahun 2020, tentang Penyesuaian Sistem Kerja Aparatur Sipil Negara dalam Upaya Pencegahan Penyebaran COVID-19 di Lingkungan Instansi Pemerintah

2.1.1.5 Media *Study From Home* (SFH)

Media SFH yang digunakan tidak dibatasi oleh aturan dalam memilih dan menggunakan media pembelajaran online yang akan digunakan. Akan tetapi mengacu pada prinsip-prinsip yang sudah ditetapkan. Artinya media yang digunakan oleh guru dapat digunakan oleh siswa sehingga komunikasi dalam pembelajaran dapat dilakukan dengan baik (Pohan, 2020). Beberapa platform atau media online yang dapat digunakan dalam pembelajaran online seperti *E-learning, Edmodo, Google Meet, V-Class, Google class, Webinar, Zoom, Skype, Webex, Facebook live, Youtube live, schoology, What's up, email dan messenger* (Padjar, S., Suprapti., Danang., 2019).

2.1.1.6 Ketentuan *Study From Home* (SFH)

Dalam Buku Konsep Pembelajaran Daring Berbasis Pendekatan Ilmiah dari Pohan, (2020), ketentuan SFH telah diatur oleh Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia melalui Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Batasan-batasan dalam pelaksanaan *Study From Home*. Adapun Batasan-batasannya sebagai berikut:

- a. Siswa tidak dibebani tuntutan menuntaskan seluruh capaian kurikulum untuk kenaikan kelas
- b. Pembelajaran dilaksanakan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa
- c. Difokuskan pada Pendidikan kecakapan hidup antara lain mengenai COVID-19
- d. Tugas dan aktivitas disesuaikan dengan minat dan kondisi siswa, serta mempertimbangkan kesenjangan akses dan fasilitas belajar dari rumah
- e. Bukti atau produk aktivitas *Study From Home* diberi umpan balik yang bersifat kualitatif dari guru, tanpa harus berupa skor/nilai kuantitatif.

2.1.1.7 Faktor yang Mempengaruhi *Study From Home* (SFH)

Dalam penelitian yang berjudul Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kesuksesan Pembelajaran Daring Dalam Revolusi Industri 4.0 dari Pangondian R. A. et al., (2019), setidaknya terdapat 3 faktor yang mempengaruhi SFH yaitu:

- a. Faktor eksternal; Kendala waktu, Tekanan keluarga, Kurangnya dukungan di lingkungan sekitar, Masalah keuangan.
- b. Faktor internal; Disiplin dalam mengatur waktu, hal tersebut juga terkait dengan bagaimana siswa dapat menyiapkan kedisiplinannya untuk focus pada pembelajaran.
- c. Factor kontekstual; lebih cenderung kepada media aplikasi yang tidak ramah kepada penggunanya, kurangnya menguasai penggunaan teknologi, perasaan terisolasi karena harus belajar mandiri serta kurangnya kehadiran yang terstruktur yang dapat membimbing secara langsung.

2.1.2 Stress

2.1.2.1 Definisi Stress

Dalam Buku Psikologi Abnormal Edisi Kelima dari Nevid, S.F, Rathus, A.S., Greene (2003), istilah stress mengacu pada tekanan atau dorongan yang ditempatkan pada tubuh. Stress mengacu pada tekanan atau permintaan pada yang ditempatkan pada organisme untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri. Stress disebabkan karena factor stress atau yang disebut dengan *Stressor*. Stress diimplikasikan pada berbagai masalah fisik dan psikologi.

Sedangkan dalam Buku *Fundations of Sport And Exercise Psychologi* dari Weinberg & Gloud (2014) mengatakan bahwa Stress didefinisikan sebagai *a substantial imbalance between damand (physical and/or psychological) and response capability, under conditions wherw failure to meet that damand has importance consequences*. Stress terjadi Ketika adanya ketidakseimbangan atau ketidaksesuaian antara tuntutan fisik dan psikologi yang ditempatkan pada kemampuan individu dan orang merespon kondisi dimana kegagalan memenuhi permintaan mempunyai konsekuensi penting.

2.1.2.2 Jenis-Jenis Stress

Dalam Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik Edisi 4 dalam Potter & Perry (2005) mengklasifikasikan situasi stress menjadi 3, yaitu:

- a. Situasi Stress Ringan adalah stressor yang dihadapi setiap orang secara teratur, seperti terlalu banyak tidur, kemacetan lalu lintas, kritikan dari seseorang. Situasi ini biasanya berlangsung beberapa menit atau jam. Bagi orang yang mengalami stress ini bukan resiko signifikan untuk timbulnya gejala. Akan tetapi, stressor ringan yang banyak dalam waktu singkat dapat meningkatkan resiko penyakit.
- b. Situasi Stress Sedang, berlangsung lebih lama dari beberapa jam sampai beberapa hari. Misalnya, perselisihan yang tidak terealisasi dengan kawan, ketidakhadiran yang lama dari anggota keluarga merupakan situasi stress sedang.
- c. Situasi Stress Berat, adalah situasi kronis yang dapat berlangsung beberapa minggu sampai beberapa tahun, seperti perselisihan yang terus menerus, kesulitan finansial yang berkepanjangan, dan penyakit dengan jangka Panjang. Semakin sering dan semakin lama situasi stress, maka semakin tinggi resiko kesehatan yang ditimbulkan.

2.1.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Stress

Menurut Purniasari (2018) stress dipicu oleh beberapa factor atau stressor, Adapun factor atau stressor tersebut berada dari berbagai sumber, diantaranya:

a. Lingkungan

Yang termasuk factor atau stressor (penyebab stress) lingkungan disini, yaitu:

- 1) Sikap Lingkungan, lingkungan memiliki nilai negative dan positif terhadap perilaku masing-masing individu sesuai pemahaman kelompok dalam masyarakat. Sehingga dapat menyebabkan individu harus selalu berfikir positif sesuai dengan pandangan masyarakat dalam lingkungan tersebut.

- 2) Tuntutan dan Sikap Keluarga, keinginan orang tua atau keluarga yang bertolak belakang dengan keinginan individu dapat menimbulkan tekanan pada individu.
 - 3) Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan teknologi (IPTEK), tuntutan untuk selalu update terhadap perkembangan zaman membuat individu berlomba untuk menjadi yang pertama tahu tentang hal baru, tuntutan tersebut juga terjadi karena rasa malu yang tinggi jika disebut gaptek.
- b. Diri Sendiri
- 1) Kebutuhan psikologis yaitu tuntutan terhadap keinginan yang ingin dicapai.
 - 2) Proses internalisasi diri yaitu tuntutan individu untuk terus menerus menyerap sesuatu yang diinginkan sesuai dengan perkembangan.
- c. Pikiran
- 1) Berkaitan dengan penilaian individu terhadap lingkungan dan pengaruhnya pada diri dan persepsinya terhadap lingkungan.
 - 2) Berkaitan dengan penilaian diri tentang cara penyesuaian yang biasa dilakukan oleh individu yang bersangkutan.

2.1.2.4 Gejala Stress

Gejala stress menurut Anggraini (2018) diklasifikasikan menjadi 4 bagian yaitu:

- a. Gejala Fisik
Sakit kepala, tidur tidak teratur, sakit punggung, sulit buang air besar (BAB), gatal-gatal pada kulit, urat tegang terutama pada leher dan bahu, tekanan darah, sering berkeringat, selera makan berubah, sering Lelah atau kehilangan daya energi.
- b. Gejala Emosional
Gelisah atau cemas, sedih, mudah menangis, mood berubah-ubah, mudah marah, gugup, merasa tidak aman, mudah tersinggung, gampang menyerang atau bermusuhan.
- c. Gejala Intelektual

Sulit berkonsentrasi, sulit membuat keputusan, mudah lupa, pikiran kacau, daya ingat menurun, melamun secara berlebihan, hilang rasa humor, prestasi kerja menurun, pikiran dipenuhi oleh satu pikiran saja, sering membuat kekeliruan.

d. Gejala Interpersonal

Kehilangan kepercayaan kepada orang lain, mudah mempersalahkan orang lain, mudah membatalkan janji, suka mencari-cari kesalahan orang lain, mengambil sikap untuk membentengi diri, mendiamkan orang lain, menyerang orang lain, menyerang orang lain dengan kata-kata.

2.1.2.5 Tahapan Stress

Tahapan stress menurut Weinberg & Gloud (2014) dalam buku *Foundations of Sport And Exercise Psychologi* dibagi menjadi 4, yaitu:

a. Tahap 1: Permintaan Lingkungan

Pertama dalam proses stress adalah dimana beberapa jenis tuntutan diberikan pada individu. Permintaan ini bersifat fisik seperti orang tua menekan anak untuk menjadi juara kelas.

b. Tahap 2: Persepsi terhadap Permintaan

Tahap kedua dari proses stress adalah persepsi individu terhadap tuntutan fisik maupun psikologis. Manusia tidak merasakan tuntutan yang sama. Tingkat kecemasan seseorang mempengaruhi bagaimana orang tersebut menghadapi dunia. Orang-orang mempunyai tingkat kecemasan lebih tinggi cenderung akan lebih banyak melihat situasi terutama yang evaluative dan kompetitif. Oleh karena itu, tingkat kecemasan mempunyai pengaruh penting pada tahap 2.

c. Tahap 3: Respon Stress

Tahap ketiga dari proses stress adalah respon fisik dan psikologis individu terhadap persepsi situasi. Jika respon seseorang tidak seimbang antara tuntutan dan kemampuan merespon akan menyebabkan merasa terancam dan akan menimbulkan peningkatan kecemasan dan kekhawatiran.

d. Tahap 4: Konsekuensi Perilaku

Tahap keempat dari tahapan proses stress adalah perilaku individu yang stress. Tahapan akhir dari proses stress Kembali pada awal. Jika anak merasa terlalu terancam dan gagal praktek didepan kelas, anak-anak lain akan mentertawakan, evaluasi negative ini akan menjadi tuntutan tambahan anak (tahap 1). Kemudian proses stress akan melanjutkan siklus.

2.1.2.6 Penanganan Stress

a. Prinsip Homeostatis

Prinsip ini organisme selalu berusaha mempertahankan keadaan seimbang pada dirinya. Sehingga bila suatu saat terjadi keadaan tidak simbbangan maka akan ada usaha mengembalikannua pada keadaan seimbang. Pada dasarnya prinsip homeostatis hanya untuk mempertahankan hidup organisme, dimana jika individu merasa lapar akan mendapatkan makanan, jika merasa haus akan mendapatkan minuman dan lainnya. Demikian halnya dengan terjadinya ketegangan, kecemasan, rasa sakit yang mendorong individu untuk berusaha mengatasi ketidaksimbangan (Purniasari, 2018).

b. Proses Koping terhadap Stress

Bart Smet menyebutkan dua fungsi koping, yaitu: 1) *Emotional-Focused*, yang digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stress. 2) *Problem-Focused Coping*, yang dilakukan dengan mempelajari keterampilan-keterampilan atau cara-cara baru untuk mengatasi stress. Macam-macam Tindakan yang dapat dilakukan untuk mengatasi stress menurut Maramis, yaitu: 1) cara yang berpotensi pada tugas, yang dilakukan secara sadar, realitas dan rasional. 2) cara yang berorientasi pada pembelaan ego atau *Ego Defence Mechanism* yang dilakukan secara sadar, tidak realistis dan tidak rasional (Purniasari, 2018).

2.1.3 Anak Usia Sekolah

2.1.3.1 Definisi Anak Usia Sekolah

Menurut Potter & Perry, (2010) dalam buku *Fundamental Keperawatan Buku 1 Edisi 7* Anak usia sekolah adalah anak yang berada pada usia 6-18 tahun. Sedangkan UU RI No.23 tahun 2002 tentang perlindungan anak dan *The Convention Rights of the Child* mendefinisikan anak sebagai individu yang belum berusia 18 tahun.

Masa kanak-kanak ini dimulai sejak usia satu tahun hingga usia duapuluh satu tahun yang dibagi menjadi 3 periode yaitu masa kanak-kanak awal (1-6 tahun), Pertengahan (6-12 tahun) dan akhir (12-21 tahun). Masa anak usia sekolah dimulai saat anak mulai masuk sekolah dasar sekitar usia 6 tahun hingga pubertas usia 12 tahun yang merupakan tanda akhir masa kanak-kanak pertengahan. Pada masa ini anak mulai diarahkan untuk keluar dari kelompok keluarga dan mulai berinteraksi dengan lingkungan sosial yang akan berdampak pada hubungan interaksi anak dengan teman sebaya. Masa ini anak juga mulai memiliki label yang menunjukkan karakteristik unik pada tahap perkembangan. Langkah perkembangan selama anak mengembangkan kompetensi dalam keterampilan fisik, kognitif, dan psikososial. Selama masa ini anak menjadi lebih baik dalam berbagai hal, misalnya mereka dapat berlari lebih cepat dan lebih jauh sesuai perkembangan kecakapan dan daya tahan (Potter & Perry, 2010).

2.1.3.2 Karakteristik Anak Usia Sekolah

Karakteristik anak usia sekolah menurut Ani (2017) adalah sebagai berikut:

a. Umur

Periode anak usia sekolah (6-12 tahun) merupakan periode belajar didalam dan diluar sekolah, dimana anak menjalani tugas-tugas perkembangan, yaitu belajar dalam keterampilan fisik, sikap baik, bergaul dengan teman-teman sebaya, mendapatkan kebebasan pribadi, membentuk keterampilan dasar, membentuk konsep-konsep dalam kehidupan sehari-hari, dan membentuk hati nurani serta nilai sosial.

b. Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan factor yang berhubungan bagi perkembangan semasa hidup, setiap tahun anak mengalami peningkatan tekanan-tekanan budaya dari pihak orang tua, kelompok sebaya, guru di sekolah dan masyarakat yang dapat mempengaruhi perkembangan pola sikap dan pola perilaku yang dipandang sesuai jenis kelamin.

c. Urutan Anak

Urutan anak dalam keluarga merupakan salah satu yang berkaitan dengan karakteristik anak, dimana urutan anak ini mempengaruhi hubungan anak di dalam kelompok maupun interaksi dengan saudara kandung.

2.1.3.3 Tahap Tumbuh Kembang Anak Usia Sekolah

Dalam Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik Edisi 4 dalam Potter & Perry (2005) tahap tumbuh kembang anak usia sekolah yaitu :

a. Pertumbuhan dan Perkembangan Fisik

1) Tinggi dan Berat Badan

Laju pertumbuhan selama tahun sekolah awal lebih lambat daripada setelah lahir tetapi meningkat secara terus menerus. Pada anak tertentu mungkin mengikuti pola secara tepat. Anak usia sekolah tampak lebih langsing daripada anak prasekolah, sebagai akibat perubahan distribusi dan ketebalan lemak. Laju pertumbuhan berbeda pada setiap anak dan waktu yang berbeda. Rata-rata tinggi badan meningkat 5 cm per-tahun dan berat badan yang lebih bervariasi, meningkat 2-3,5 Kg per-tahun. Banyak anak yang berat badannya dua kali lipat selama tahun pertengahan masa kanak-kanak. Anak laki-laki sedikit lebih tinggi dan lebih berat daripada anak perempuan selama tahun pertama sekolah. Kira-kira 2 tahun sebelum pubertas, anak mengalami peningkatan pertumbuhan yang cepat. Anak perempuan yang mencapai lebih dulu mengalami pubertas, mulai melampaui laki-laki dalam tinggi dan berat badan. Perubahan ini mulai paling awal usia 9 tahun pada anak perempuan tetapi biasanya tidak terjadi pada anak laki-laki sebelum 12 tahun.

2) Fungsi Kardiovaskular

Fungsi kardiovaskular baik dan stabil selama tahun usia sekolah. Denyut jantung rata-rata 70-90 denyut per menit, tekanan darah normal 110/70 mmHg dan frekuensi pernapasan stabil 19-21. Pertumbuhan paru minimal dan pernapasan menjadi lambat, lebih dalam, dan lebih teratur. Pada akhir periode ini, jantung 6 kali ukurnya saat lahir dan umumnya sudah mencapai ukuran dewasa.

3) Fungsi Neuromuskular

Anak usia sekolah menjadi lebih lentur selama usia sekolah karena koordinasi otot besar meningkat dan kekuatannya 2 kali lipat. Banyak anak berlatih motoric kasar dasar yaitu berlari, melompat, menyeimbangkan gerak tubuh, melempar, dan menangkap selama bermain, menghasilkan peningkatan fungsi dan keterampilan neuromuscular. Perbedaan individual dalam kecepatan pencapaian penguasaan keterampilan dan keterampilan dasar mulai terlihat. Perbedaan individual dalam keterampilan motoric terbentuk dengan partisipasi anak dalam aktifitas dan permainan yang membutuhkan pergerakan otot yang terkoordinasi dan kemampuan motoric halus. Keterampilan motoric halus terlambat tertinggal oleh keterampilan motoric kasar tetapi berkembang kira-kira dalam kecepatan yang sama, saat control terhadap jari-jari dan pergelangan tangan tercapai, anak menjadi pandai melakukan berbagai aktifitas.

b. Perkembangan Kognitif

Perubahan kognitif pada anak usia sekolah adalah pada kemampuan untuk berfikir dengan cara logis tentang disini dan saat ini bukan tentang abstraksi. Pemikiran anak usia sekolah tidak lagi didominasi oleh persepsinya dan sekaligus kemampuan untuk memahami dunia secara luas. Sekitar 7 tahun, anak memasuki tahap *Piaget Ketiga* yaitu perkembangan kognitif yang dikenal sebagai operasional konkret. Ketika mereka menggunakan symbol secara operasional (aktivitas mental) dalam pemikiran bukan kerja. Mereka mulai menggunakan proses pemikiran logis dengan materi konkret (objek, manusia dan peristiwa yang dapat mereka lihat dan sentuh).

Anak dalam tahap operasional konkret cenderung sedikit egositas daripada anak yang lebih kecil dan mengembangkan kemampuan *detecter* yang memungkinkan mereka untuk berkonsentrasi pada lebih dari satu aspek situasi. *Decentering* berkembang jika anak dapat melihat dua garis antara titik yang berbeda panjangnya dan mengenali garis-garis tersebut memiliki jumlah titik yang sama meskipun jarak antara titik berbeda. Mereka juga mengembangkan *reversibilitas* atau kemampuan mencari cara memikitkan Kembali suatu hal pada asalnya. *Detecting* dan *Reversibilitas* membuat anak menggunakan *konservasi*, kemampuan mengenali jumlah atau kuantitas substansi tetap sama meskipun terjadi perubahan bentuk atau penampilan.

Serasi, kemampuan untuk menempatkan objek berdasarkan tingkatan ukuran, kemampuan ini pada usia 7 atau 8 tahun. Hal ini mudah diukur dengan meminta anak untuk mengatur sejumlah pensil sesuai ukurannya. Proses mental *Klasifikasi* menjadi lebih kompleks selama usia sekolah. Anak yang lebih kecil dapat memisahkan objek ke dalam kelompoknya berdasarkan bentuk atau warna, tetapi anak usia sekolah memahami bahwa elemen yang sama terdapat dalam dua kelas pada waktu yang sama.

Pada masa anak usia sekolah, anak dapat menggunakan ketrampilan kognitif yang baru dikembangkannya untuk memecahkan masalah. Beberapa individu lebih baik dari yang lain dalam memecahkan masalah karena intelegensia, Pendidikan dan pengalaman alami, tetapi tidak semua anak dapat meningkatkan terampilan ini. Anak usia sekolah tengah yang merupakan pemecah masalah yang baik mendemonstrasikan karakteristik berikut ini; sikap positif sehingga masalah dapat dipecahkan dengan memperhatikan keakuratan, persistensi, kemampuan membagi masalah menjadi beberapa masalah untuk id pelajari dan kemampuan menghindari dugaan dalam mencari fakta. Teknik yang digunakan orang dewasa dapat membantu anak memperbaiki strategi pemecahan masalah anak termasuk membantu mereka mengenal masalah dan sifatnya, merencanakan solusinya secara seksama, dan menilai rencana dan solusinya.

c. Perkembangan Bahasa

Perkembangan Bahasa sangat cepat selama masa kanak-kanak tengah dan pencapaian berbahasa tidak lagi sesuai dengan usiannya. Rata-rata anak usia 6 tahun memiliki kosa kata sekitar 3000 kata yang cepat berkembang dengan meluasnya pergaulan dengan teman sebaya dan orang dewasa serta kemampuannya membaca. Anak meningkatkan penggunaan berbahasa dan mengembangkan pengetahuan strukturalnya. Anak menjadi lebih menyadari aturan *sintaksis*, aturan merangkai kata menjadi frase dan kalimat. Mereka juga mengidentifikasi generalisasi dan pengecualian terhadap aturan ini. Anak menerima Bahasa sebagai alat untuk menggambarkan dunia dalam cara subjektif dan menyadari bahwa kata-kata mempunyai arti berubah-ubah bukan absolut. Mereka dapat menggunakan kata-kata yang berbeda untuk objek atau konsep yang sama dan mereka memahami bahwa satu kata dapat memiliki banyak arti. Banyak anak usia sekolah menggunakan “Bahasa yang buruk” untuk memperoleh status dikalangan sebaya dan untuk membuat orang dewasa kagum. Biasanya dimulai dengan Bahasa kamar mandi dan meningkat kata-kata seksual atau genetal. Pada akhir periode ini penggunaan Bahasa sama dengan orang dewasa.

d. Perkembangan Psikosial

Tugas Perkembangan pada anak usia sekolah adalah *industry versus inferioritas*. Selama masa ini anak berjuang untuk mendapatkan kompetensi dan keterampilan yang penting bagi mereka untuk berfungsi sama seperti dewasa. Anak usia sekolah yang mendapat keberhasilan postif merasa adanya perasaan berharga. Anak-anak yang menghadapi kegagalan dapat merasakan *mediokratis* (biasa saja) atau perasaan tidak berharga, yang dapat mengakibatkan menarik diri dari sekolah dan teman sebaya.

e. Perkembangan Moral

Kebutuhan kode moral dan aturan sosial menjadi lebih nyata sesuai peningkatan kemampuan kognitif dan pengalaman sosial anak usia sekolah. Misalnya anak usia 12 tahun mampu mempertimbangkan seperti apa jadinya masyarakat tanpa aturan karena kemampuan mereka untuk membuat alasan

secara logis dan pengalaman mereka dalam kelompok bermain. Mereka memandang aturan sebagai prinsip dasar kehidupan, bukan hanya perintah dari yang memiliki otoritas. Pada awal tahun sekolah, anak menginterpretasikan secara ketat dan patuh terhadap aturan. Seiring dengan mereka berkembang, mereka menilai lebih fleksibel dan mengevaluasi aturan untuk diterapkan pada situasi yang ada. Anak usia sekolah mempertimbangkan motivasi dan perilaku actual saat membuat penilaian tentang bagaimana perilaku mereka mempengaruhi mereka sendiri dan orang lain. Kemampuan untuk fleksibel saat menerapkan aturan dan mengambil perspektif orang lain yang esensial dalam mengembangkan penilaian moral. Kemampuan ini muncul pada masa awal tetapi tampak lebih konsisten pada masa usia sekolah selanjutnya.

2.1.3.4 Tugas Perkembangan Anak Usia Sekolah

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ani (2017) menyatakan bahwa periode ini anak memasuki periode belajar di dalam dan di luar sekolah. Anak mendapatkan pelajaran di sekolah, tetapi anak membuat Latihan pekerjaan rumah, dirumah yang mendukung hasil belajar di sekolah. Aspek perilaku banyak dibentuk melalui penguatan (*reinforcement*) verbal, identifikasi dan keteladanan. Anak-anak pada periode ini harus menjalani tugas-tugas perkembangan, yaitu :

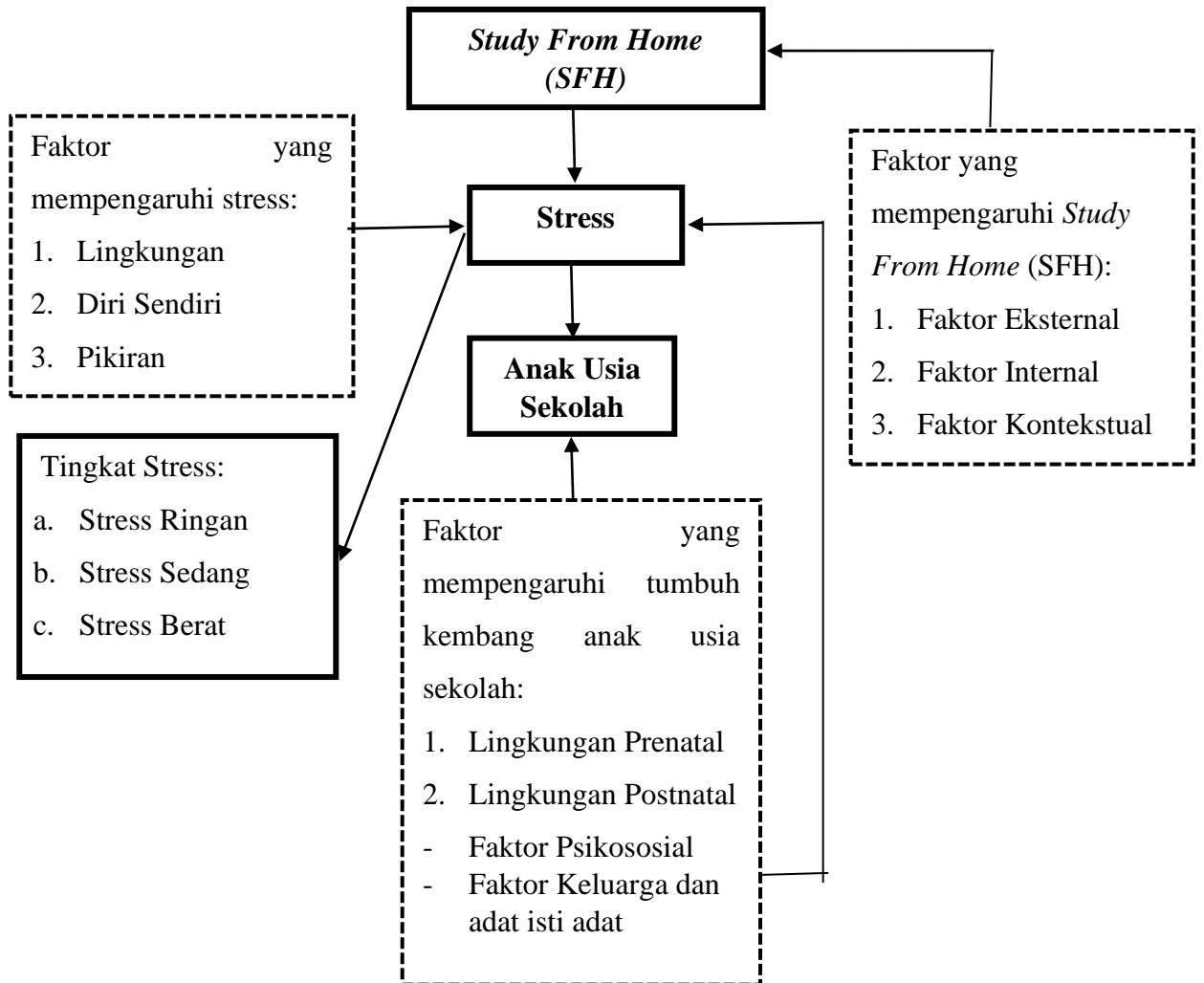
- a. Mempelajari keterampilan fisik yang dibutuhkan dalam permainan umum.
- b. Membentuk sikap sehat terhadap dirinya sendiri.
- c. Belajar dalam bergaul dan menyesuaikan diri dengan teman-teman sebaya dan seusiannya.
- d. Mulai mengembangkan peran sosial antara perempuan dan laki-laki yang sesuai,
- e. Mengembangkan definisi atau konsep yang dibutuhkan untuk menjalani kehidupan sehari-hari.
- f. Mengembangkan hati Nurani, nilai moral dan tingkatan tingkat sosial.
- g. Mendapatkan kebebasan diri sendiri.
- h. Mengembangkan sikap pada kelompok-kelompok sosial dan Lembaga-lembaga.

2.1.3.5 Faktor yang Mempengaruhi Tumbuh Kembang Anak Usia Sekolah

Menurut Soetjiningsih & Ranuh (2016) dalam buku Tumbuh Kembang Anak Edisi 2, faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak usia sekolah adalah :

- a. Faktor Lingkungan Prenatal, yang dipengaruhi oleh gizi ibu waktu hamil, mekanis, toksin atau zat kimia, endokrin, radiasi, infeksi, stress, imunitas, anoreksia embrio.
- b. Faktor Lingkungan Postnatal, terdiri atas factor biologis (ras, jenis kelamin, umur, gizi, perawatan Kesehatan, kerentanan terhadap penyakit, kondisi Kesehatan kronis, fungsi metabolisme, hormone), factor fisik (cuaca, keadaan geogografis, sanitasi dan keadaan rumah), Faktor Psikososial (stimulasi, motivasi belajar, ganjaran atau hukuman yang wajar, kelompok sebaya, stress, sekolah, cinta dan kasih sayang dan kualitas interaksi orang tua-anak), dan factor keluarga dan adat istiadat (pekerjaan atau pendapatan keluarga, Pendidikan ayah dan atau ibu, jumlah saudara, jenis kelamin, stabilitas rumah tangga, kepribadaian ayah dan ibu, pola pengasuhan, adat istiadat, norma, tabu, agama, dan urbanisasi).

2.2 Kerangka Teori



Keterangan :

----- : Tidak di teliti

————— : Diteliti

1Bagan 2.1 Kerangka Teori

2.3 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Di karenakan sementara karena jawaban yang di berikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban empiric Sugiyono (2016). Hipotesisi dalam penelitian ini adalah:

Ha: Ada hubungan antara *Study from Home* (SFH) dengan tingkat stress anak usia sekolah.

H0: Tidak ada hubungan antara *Study from Home* (SFH) dengan tingkat stress anak usia sekolah.

BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1 Rancangan Penelitian

Jenis penelitian merupakan penelitian *Observasional Analitik*, dimana penelitian ini tidak melakukan perlakuan/intervensi apapun terhadap variable penelitian. Desain penelitian yang digunakan yaitu *Statistik Deskriptif* yang digunakan untuk mencari kuatnya hubungan antara variable melalui analisis *Koleratif* (Sugiyono, 2016). Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan *Cross Sectional* yaitu pengukuran yang dilakukan pada variable bebas dan variable terikat dilakukan pada saat yang sama. Pada penelitian ini, peneliti hanya diobservasi satu kali saja dan pengukuran variable subjek juga dilakukan pada saat itu juga, sehingga pada penelitian ini tidak diperlukan suatu pemeriksaan/pengukuran ulang (Notoatmodjo, 2018).

3.2 Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah kerangka hubungan antara konsep yang dapat mendukung penelitian tersebut dan terdiri dari beberapa variabel serta hubungan variabel yang satu dengan yang lain untuk menganalisis hasil penelitian (Notoatmodjo, 2018). Kerangka konsep dalam penelitian ini adalah hubungan *Study from Home* (SFH) dengan tingkat stress pada anak usia sekolah. Berikut merupakan variable-variabel yang ada dalam penelitian :

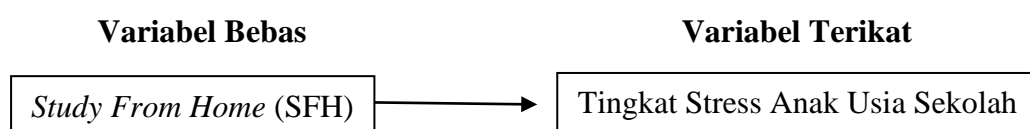
3.2.1 Variabel Independen (Bebas)

Variabel ini sering disebut sebagai variable *Stimulus, Predikator, Antecedent*. Dalam Bahasa Indonesia sering disebut sebagai variable bebas. Variabel bebas merupakan variable yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya *Variable Dependend* (terikat) (Sugiyono, 2016). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu *Study from Home* (SFH).

3.2.2 Variabel Dependend (Terikat)

Sering disebut sebagai *Variabel Output, kriteria, konsekuen*. Dalam Bahasa Indonesia sering disebut sebagai variable terikat. Variable terikat merupakan

variable yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2016). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Tingkat Stress Anak Usia Sekolah.



Bagan 3.1 Kerangka Konsep

3.3 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan uraian tentang batasan variabel yang dimaksud atau tentang apa yang diukur oleh variabel yang bersangkutan. Cara pengukuran adalah metode yang digunakan oleh peneliti untuk mengukur atau mendapatkan informasi data untuk variabel yang bersangkutan. Hasil ukur adalah pengelompokan hasil pengukuran variabel bersangkutan, sedangkan skala pengukuran adalah pengelompokan variabel yang bersangkutan menjadi skala nominal, ordinal, interval maupun rasio (Notoatmodja, 2018).

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variable Penelitian	Definisi Operasional	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
Variabel Bebas <i>Study From Home (SFH)</i>	<i>Study From Home (SFH)</i> adalah sebuah metode pembelajaran yang dilakukan di rumah dengan memanfaatkan jaringan internet dan aplikasi pembelajaran online.	Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala Guttman dalam bentuk <i>checklist</i> .	Hasil ukur : 1) 1 = “Ya” jika responden melaksanakan pembelajaran <i>Study from Home (SFH)</i> sepenuhnya dirumah 2) 2 = “Ya” jika responden melaksanakan <i>study from home (SFH)</i> Sebagian	ordinal

Variable Penelitian	Definisi Operasional	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
			dirumah sebagian disekolah	
			3) 0 = “Tidak”, jika responden tidak melaksanakan pembelajaran <i>Study from Home (SFH)</i>	
Variabel Terikat Tingkat Stress Anak Usia Sekolah	Tingkat stress anak sekolah merupakan tingkatan terjadinya ketidakseimbangan tuntutan pada anak usia 6-12 tahun yang dapat mengakibatkan beberapa masalah Kesehatan atau menagkibatkan terganggunya tumbuh kembang anak.	Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner tingkat stres belajar anak usia sekolah modifikasi dari Winahyujati, (2014) dengan menggunakan skala Likret dalam bentuk <i>checklist</i>	Hasil ukur dari kuesioner tingkat stress belajar : 1) Tidak stres : <25% 2) Stres ringan : 26%-50% 3) Stres sedang : 51%-75% 4) Stres berat : 76%-100%	Ordinal

3.4 Populasi dan Sampel

3.4.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek /subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu. Populasi bukan hanya orang, tetapi juga objek dan benda-benda alam lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada objek/ subjek, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek tersebut (Sugiyono, 2016). Populasi dalam penelitian ini 476 populasi (338 siswa SD Negeri Kemirirejo 1 dan 138 siswa SD Negeri Tidar 6).

3.4.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2016). Sedangkan Notoatmodjo, (2018) mengemukakan bahwa sampel adalah objek yang akan diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. Dalam pengambilan sampel digunakan beberapa cara atau Teknik-teknik tertentu yang memungkinkan dapat mewakili populasinya, Teknik tersebut disebut metode sampling atau Teknik sampling (Notoatmodjo, 2018). Dalam penelitian ini menggunakan Teknik sampling *Propotional Random Sampling*. *Propotional Random Sampling* adalah pengambilan sampel secara acak atau sederhana dan Teknik tersebut dibedakan menjadi dua cara yaitu mengundi atau menggunakan table bilangan atau angka acak. Pemilihan responden dilakukan dengan mengambil subjek dari setiap strata ditentukan seimbang dengan banyaknya subjek dalam masing-masing strata. Untuk menentukan jumlah sampel, maka ditentukan rumus dari Nursalam, (2017) sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N (Moe)^2}$$

Keterangan :

n : Jumlah partisipan

N : Jumlah Populasi

Moe : *Margin of error max* (kesalahan yang masih ditoleransi, diambil 5%)

$$n = \frac{476}{1 + 476 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{476}{2,19}$$

$$n = 217,351$$

Berdasarkan perhitungan diatas maka jumlah responden yang diperlukan yaitu 217,351 yang kemudian dibulatkan menjadi 217 responden. Akan tetapi dalam keadaan yang tidak tentu, peneliti mengantisipasi *drop out*, maka perlu dilakukan antisipasi sampel dengan menambahkan 10% dari jumlah sampel.

$$n^1 = \frac{n}{(1 - f)}$$

Keterangan:

n^1 = Besar sampel setelah dikoreksi.

n = Besar sampel yang dihitung.

f = Perkiraan proporsi drop out 10% = 0,1

$$n^1 = \frac{217}{(1 - 0,1)}$$

$$n^1 = \frac{217}{0,9}$$

$$n^1 = 241,11$$

$n^1 = \text{dibulatkan menjadi } 241$

Jadi, sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini yaitu sejumlah 242 siswa. Untuk menetapkan jumlah sampel untuk masing-masing kelas digunakan rumus:

$$\text{jumlah sampel tiap kelas} = \frac{\text{jumlah sampel tiap kelas}}{\text{jumlah populasi}} \times \text{total sampel}$$

Tabel 3.2 Perhitungan Proporsi Sampel

No.	Nama Sekolah	Kelas	Perhitungan Sampel	Jumlah
1.	SD Negeri Kemirirejo 1 Magelang	I A	25/476 x 241 = 12,6	13
2.	SD Negeri Kemirirejo 1 Magelang	I B	24/476 x 241 = 12,1	12
3.	SD Negeri Kemirirejo 1 Magelang	II A	28/476 x 241 = 14,1	14
4.	SD Negeri Kemirirejo 1 Magelang	II B	26/476 x 241 = 13,1	13
5.	SD Negeri Kemirirejo 1 Magelang	III A	27/476 x 241 = 13,6	14
6.	SD Negeri Kemirirejo 1 Magelang	III B	26/476 x 241 = 13,1	13
7.	SD Negeri Kemirirejo 1 Magelang	IV A	28/476 x 241 = 14,1	14
8.	SD Negeri Kemirirejo 1 Magelang	IV B	28/476 x 241 = 14,1	14
9.	SD Negeri Kemirirejo 1 Magelang	V A	30/476 x 241 = 15,1	15
10.	SD Negeri Kemirirejo 1 Magelang	V B	31/476 x 241 = 15,6	16
11.	SD Negeri Kemirirejo 1 Magelang	VI A	32/476 x 241 = 16,2	16
12.	SD Negeri Kemirirejo 1 Magelang	VI B	33/476 x 241 = 16,7	17
13.	SD Negeri Tidar 6	I	16/476 x 241 = 8,1	8
14.	SD Negeri Tidar 6	II	20/476 x 241 = 10,1	10
15.	SD Negeri Tidar 6	III	26/476 x 241 = 13,1	13
16.	SD Negeri Tidar 6	IV	31/476 x 241 = 15,6	15
17.	SD Negeri Tidar 6	V	23/476 x 241 = 11,6	12
18.	SD Negeri Tidar 6	VI	22/476 x 241 = 11,1	11
Total				241

3.4.2.1 Kriteria Inklusi

Kriteria Inklusi adalah kriteria ataupun ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat di ambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2018). Kriteria inklusi pada penelitian ini didapatkan dari data dari pihak sekolah yang kemudian divalidasi melalui *Whatsapp*. Kriteria Inklusi pada penelitian ini yaitu:

- a. Anak yang melakukan *Study from Home* (SFH)
- b. Siswa yang bersekolah di SD Negeri Kemirirejo 1 Magelang atau SD Negeri Tidar 6
- c. Anak bersedia menjadi responden melalui perijinan wali

3.5 Waktu dan Tempat Penelitian

3.5.1 Waktu

Waktu penelitian ini dimulai pada bulan Oktober 2020 untuk pengambilan *Study* Pendahuluan dan berakhir pada bulan Juli 2021 untuk penyempurnaan hasil penelitian.

3.5.2 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Kemirirejo 1 dengan metode daring melalui *platform Google From* dan SD Negeri Tidar 6 dengan metode *offline*. Peneliti mengambil kedua SD tersebut sebagai tempat penelitian karena kedua SD tersebut memiliki karakteristik yang sama diantaranya kedua SD tersebut sama-sama melakukan metode *study from home* (SFH) sebagai metode pembelajaran, karakteristik siswa yang beragam dan persamaan respon siswa selama *study from home* (SFH).

3.6 Validitas dan Reabilitas

3.6.1 Validitas

Prinsip validitas atau kesahihan adalah pengukuran dan pengamatan, yaitu prinsip keandalan instrument dalam mengumpulkan data. Instrument harus dapat mengukur apa yang seharusnya diukur. Suatu instrument dikatakan valid apabila r tabel $< r$ hitung atau nilai $p < 0,05$ (Nursalam, 2017).

Hasil validitas pengukuran tingkat stress yang menggunakan kuesioner tingkat stress anak usia sekolah ini belum dinyatakan valid. Kuesioner ini akan dilakukan uji validitas. Pada pengujian uji validitas yang dilaksanakan di SD Negeri Kemirirejo 3 Magelang yang melibatkan 30 responden dengan karakteristik yang sama seperti responden penelitian. Peneliti menggunakan Uji Kolerasi *Person Product Moment* dengan memanfaatkan aplikasi *IBM SPSS Statistic 21* sehingga didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 3.3 Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen

No	Pertanyaan (Y)	r tabel	r hitung	Keterangan
1.	Y1	0,3494	0,787	Valid
2.	Y2	0,3494	0,458	Valid
3.	Y3	0,3494	0,518	Valid
4.	Y4	0,3494	0,485	Valid
5.	Y5	0,3494	0,512	Valid
6.	Y6	0,3494	0,651	Valid
7.	Y7	0,3494	0,510	Valid
8.	Y8	0,3494	0,518	Valid
9.	Y9	0,3494	0,610	Valid
10.	Y10	0,3494	0,587	Valid
11.	Y11	0,3494	0,709	Valid
12.	Y12	0,3494	0,696	Valid
13.	Y13	0,3494	0,510	Valid
14.	Y14	0,3494	0,575	Valid
15.	Y15	0,3494	0,787	Valid
16.	Y16	0,3494	0,651	Valid
17.	Y17	0,3494	0,510	Valid
18.	Y18	0,3494	0,512	Valid
19.	Y19	0,3494	0,722	Valid
20.	Y20	0,3494	0,615	Valid
21.	Y21	0,3494	0,639	Valid
22.	Y22	0,3494	0,615	Valid
23.	Y23	0,3494	0,493	Valid
24.	Y24	0,3494	0,788	Valid
25.	Y25	0,3494	0,458	Valid

3.6.2 Reabilitas

Reabilitas atau keandalan adalah kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan apabila diukur ataupun diamati berkali-kali dalam waktu berlainan. Pengujian reabilitas digunakan untuk mengetahui konsistensi alat ukur apakah dapat

diandalkan dan konsisten jika dilakukan pengukuran berulang dengan instrument tersebut. Suatu instrument atau alat ukur dikatakan reliabel apabila nilai *cronch's alpha* $> 0,60$ (Nursalam, 2017).

Untuk memperoleh hasil perhitungan koefisien reabilitas alpha yang akurat, peneliti menggunakan program *IBM SPSS Statistic 21*. Dari hasil empiric yang diberikan kepada siswa kelas 1 sampai kelas 6 SD Negeri Kemirirejo 3 sejumlah 30 responden/siswa, diperoleh perhitungan koefisien reabilitas *Cornbach's Alpha* tingkat stress anak usia sekolah sebesar 0,938 yang berarti reliabel.

3.7 Alat dan Metode Pengumpulan Data

3.7.1 Alat Pengumpulan Data

Instrument pengumpulan data atau alat pengumpulan data tergantung pada macam dan tujuan penelitian serta data yang akan diambil ataupun dikumpulkan dalam penelitian (Notoatmodjo, 2018). Instrument yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah data demografi yang berisi tentang identitas responden yang meliputi nama (inisial), usia, kelas, nama sekolah, berapa hari dalam satu minggu melakukan *Study From Home* (SFH) dan berapa jam dalam satu hari melakukan *Study From Home* (SFH). Untuk kuesioner *Study From Home* (SFH) menggunakan *ceklist* apakah melaksanakan pemebelajaran *Study from Home* (SFH) atau tidak. Jika “Ya, sepenuhnya dirumah” memiliki skor 1, jika “Ya, Sebagian dirumah sebagian disekolah” memiliki skor 2 dan jika “Tidak, sekolah masuk seperti biasa” memiliki skor 0.

Pada kuesioner tingkat stress anak usia sekolah peneliti memodifikasi dengan mengganti beberapa kata untuk disesuaikan dengan pertanyaan yang akan diberikan kepada anak usia sekolah dan menghilangkan 7 pertanyaan kuesioner dari Winahyujati, (2014) yang meliputi pertanyaan terkait gejala stress dari segi emosional, intelktual dan interpersonal yang tertuang pada 25 pertanyaan. Pertanyaan dalam kuesioner tingkat stress anak merupakan pertanyaan *fourabel*

dengan bobot pilihan “Selalu” dengan skor 4, “Sering” dengan skor 3, “Kadang-Kadang” dengan skor 2 dan “Tidak pernah” dengan skor 1.

3.7.2 Metode Pengumpulan Data

- a. Tahap persiapan mulai dari konsultasi kepada dosen pembimbing, studi Pustaka, penyusunan proposal, seminar proposal.
- b. Sebelum mencari data untuk penelitian, peneliti mengurus surat perizinan dari Universitas Muhammadiyah Magelang.
- c. Mengajukan surat permohonan studi pendahuluan dari institusi kepada Dinas Pendidikan Kota Magelang.
- d. Peneliti mengajukan permohonan izin dari Dinas Pendidikan Kota Magelang dan disampaikan sesuai tembusan di SD Muhammadiyah 1 Alternatif Kota Magelang, SD Kemirirejo 1 dan SD Negeri Tidar 6 untuk melakukan pengumpulan data.
- e. Peneliti melakukan ujian seminar proposal skripsi.
- f. Melakukan uji etik setelah mendapatkan rekomendasi berupa *Ethical Clearance* (EC) dari komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang, sebagai kelayakan etik penelitian.
- g. Peneliti melakukan pengumpulan data yang ada di SD Kemirirejo 1 dan SD Negeri Tidar 6 sesuai responden yang akan diteliti.
- h. Peneliti menggunakan *Whatsapp* untuk menyampaikan maksud dan tujuan penelitian dan untuk mengidentifikasi kesediaan siswa untuk menjadi responden serta memilih sampel sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Prosedur pengumpulan data responden, peneliti juga melampirkan lembar *Informed Consent* kepada semua responden.
- i. Peneliti membagikan kuesioner kepada siswa melalui *Platform Google Form* di SD Negeri Kemirirejo 1 Kota Magelang dan membagikan kuesioner secara *offline* di SD Negeri Tidar 6 Kota Magelang.
- j. Peneliti melakukan pengolahan data dan Analisa data.
- k. Peneliti melakukan seminar hasil penelitian.

3.8 Metode Pengolahan dan Analisa Data

3.8.1 Metode Pengolahan

Setelah data diperoleh kemudian akan dilakukan pengolahan data dengan tahap-tahap sebagai berikut:

a. *Editing*

Editing adalah kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan sisian formular atau questioner (Notoatmodjo, 2018). Pada penelitian ini dilakukan pengecekan isisan data responden serta lejelasan jawaban questioner responden dan mengkarifikasi data yang kurang jelas pengisiannya.

b. *Coding*

Coding yaitu mengubah data dalam bentuk kalimat ataupun huruf menjadi dta angka atau bilangan yang berguna dalam memasukkan data atau *Data Entry* (Notoatmodjo, 2018). Penggunaan kode penelitian ini yaitu: 1 = menggunakan metode dan 0 = tidak menggunakan metode.

c. *Processing/Data Entry*

Data merupakan jawaban-jawaban dari masing-masing responden dalam bentuk *kode* (angka atau huruf) kemudian di masukkan ke dalam program komputer (Notoatmojo, 2018). Peneliti memasukkan data yang sudah terkumpul ke dalam program komputer SPSS 21.

d. *Cleaning*

Pembersihan Data atau *Cleaning* adalah pengecekan data kembali dari setiap *sumber* data atau responden yang telah dimasukkan untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan kode, ketidak lengkapan dan kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi (Notoatmojo, 2018). Pada penelitian ini dilakukan pengecekan kode yang salah ataupun adanya ketidak lengkapan data sehingga akan dilakukan pembetulan atau koreksi.

3.8.2 Analisa Data

3.8.2.1 Analisa Univariante (Analisis Deskriptif)

Analisis univariate atau analisis deskriptif merupakan analisis yang bertujuan untuk menjelaskan ataupun mendeskripsikan karakteristik tiap variabel dalam penelitian (Notoatmojo, 2018). Pada penelitian ini analisis deskriptif digunakan untuk mengidentifikasi karakteristik responden seperti metode pembelajaran yang dilakukan, usia anak, anak duduk dibangku kelas berapa, jenis kelamin. Selain itu analisis univariat juga dilakukan untuk mengidentifikasi tingkat stress anak usia sekolah. Variable univariat dilakukan untuk melihat semua distribusi data dalam penelitian. Variable yang bersifat kategorik dalam penelitian ini adalah metode pembelajaran yang dilakukan, jenis kelamin, dan tingkat stress anak. Variabel yang bersifat numerik dalam penelitian ini adalah usia anak. Hasil Analisa data pada data kategorik akan dipaparkan menggunakan presentase dan frekuensi, sedangkan pada data numerik akan dipaparkan menggunakan mean standar deviasi dan nilai minimum, nilai maksimum.

3.8.2.2 Analisa Bivariate

Analisis bivariate merupakan analisis yang dilakukan untuk mengetahui hubungan atau korelasi dari 2 variabel (Notoatmojo, 2018). Uji normalitas digunakan untuk menentukan apakah data berdistribusi normal atau tidak, dengan menggunakan grafik. Normal tidaknya data dapat dideteksi juga level plot grafik histogram. Uji normalitas data pada penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov*. Analisis data menggunakan uji *spearman* yaitu salah satu uji statistik non paramateris, digunakan apabila ingin mengetahui kesesuaian antara 2 subjek. Peneliti menggunakan uji *spearman* karena data yang diambil memiliki kategori nominal dan ordinal.

3.9 Etika Penelitian

Kode etik penelitian merupakan pedoman untuk setiap kegiatan penelitian yang melibatkan pihak peneliti atau subjek penelitian dengan pihak yang akan diteliti dan masyarakat yang akan memperoleh dampak dari hasil penelitian tersebut. Etika peneltian mencakup perilaku peneliti atau perilaku peneliti terhadap subjek

yang diteliti dan sesuatu yang akan dihasilkan oleh peneliti bagi masyarakat (Notoatmojo, 2018).

Penelitian ini telah mendapatkan rekomendasi berupa *Ethical Clearance (EC)* dari Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang, sebagai kelayakan etik penelitian. Kemudian peneliti mengajukan permohonan izin kepada tempat penelitian dan setelah itu peneliti melaksanakan penelitian dengan menekankan prinsip dan etika penelitian yang sesuai menurut *Ethical Clearance*.

Prinsip etika penelitian menurut (Notoatmojo, 2018) meliputi:

a. *Informed Consent*

Sebelum melakukan pengambilan data penelitian, calon responden diberi penjelasan mengenai tujuan dan manfaat dari penelitian yang dilakukan. Responden yang bersedia untuk diteliti telah menandatangani lembar persetujuan menjadi responden.

b. Manfaat (*Benefits*)

Pada penelitian ini responden dapat mengetahui apakah *Study From Home (SFH)* dapat mempengaruhi tingkat stress anak usia sekolah, sehingga anak dapat mengetahui apakah anak stress atau tidak dan adakah hubungan *Study From Home (SFH)* dengan tingkat stress anak usia sekolah.

c. *Non Maleficence*

Pada penelitian ini tidak akan merugikan responden. Peneliti akan menjelaskan kepada responden bahwa dalam penelitian ini tidak akan membahayakan atau menimbulkan resiko bagi responden. Serta tidak akan menyinggung perasaan responden apabila didalam kuesioner terdapat pertanyaan yang bersifat pribadi.

d. Keadilan (*Right To Justice*)

Setiap responden memiliki perlakuan yang sama mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan dan terminasi, tanpa adanya membedakan antara responden satu dengan yang lainnya

e. Tanpa Nama (*Anonymity*)

Untuk menjaga kerahasiaan responden, peneliti tidak mencantumkan nama responden dalam pengolahan data penelitian. Peneliti menggunakan inisial responden.

f. Kerahasiaan (*confidentiality*)

Semua data yang sudah diisi oleh responden dijamin kerahasiaan identitasnya oleh peneliti, seperti nama dan alamat yang tidak akan dipublikasikan. Sehingga hanya data-data tertentu yang ditampilkan untuk kebutuhan pengolahan data.

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan serta analisis yang peneliti lakukan, dapat disimpulkan bahwa responden yang mendominasi penelitian ini adalah responden yang bersekolah di SD Negeri Kemirirejo 1 Kota Magelang dengan jumlah responden 141. Responden yang mendominasi penelitian ini berada dikelas 4 dan kelas 6 yaitu sejumlah 44 responden dengan usia yang mendominasi adalah usia 10 tahun dengan jumlah 53 responden. Dalam penelitian ini didominasi anak menjalankan SFH setiap hari sejumlah 143 responden dan menjalankan SFH 1-2 jam perhari sejumlah 123 responden. dari hasil analisis univariat yang dilakukan, anak yang menjalankan SFH mengalami stress ringan dan stress sedang dengan prosentase anak yang mengalami stress ringan sejumlah 83% dan yang mengalami stress sedang 17%. Sehingga dari hasil analisis yang dilakukan maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara *study from home* (SFH) dengan tingkat stress anak usia sekolah. Hubungan tersebut dapat dilihat dari hasil *uji spearman rank*, nilai p-value = 0,022 ($<0,05$ = berkolerasi) dan rentang koefisien kolerasi $r = -0,263$ ($0,26-0,50$ = cukup kuat) serta didapatkan arah hubungan negative sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak.

5.2 Saran

Saran yang penlititi berikan terkait dengan *study from home* (SFH) dengan tingkat stress anak sekolah yaitu :

5.2.1 Bagi Tenaga Pendidikan

Bagi tenaga pendidikan, diharapkan dalam proses pembelajaran dari rumah atau *study from home* (SFH) ini lebih kreatif dalam metode pelaksanaannya sehingga peserta didik tidak hanya selalu diberi soal kemudian mengerjakan soal, karena hal tersebut dapat mempengaruhi Kesehatan mental anak dan proses belajar dari rumah atau *study from home* (SFH) menjadi tidak menyenangkan dan berkesan

untuk anak. Pada metode belajar dari rumah atau *study from home* (SFH) ini juga diharapkan tenaga pendidikan tetap membangun nilai-nilai karakter terhadap peserta didik karena membangun nilai-nilai karakter peserta didik amatlah penting bagi peserta didik untuk perkembangan peserta didik.

5.2.2 Bagi Orang Tua

Diharapkan bagi orang tua selalu mendampingi anak saat anak melaksanakan belajar dari rumah tatap muka dengan guru maupun saat sedang mengerjakan tugas. Selain itu, orang tua diharapkan tidak terlalu menuntut anak baik itu menuntut anak mempunyai nilai yang bagus, memiliki prestasi yang tinggi dan lain-lain. Orang tua juga diharapkan tidak menimbulkan stressor bagi anak sehingga anak tidak mengalami stress yang akan menghambat perkembangan dan pertumbuhan anak.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, dari penelitian ini diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian untuk memperbaharui keilmuan yang berhubungan dengan penelitian ini. Diharapkan pula peneliti selanjutnya dapat menghubungkan beberapa metode terapi yang berkaitan dengan pengurangan tingkat stress kepada anak usia sekolah akibat dari *study from home* (SFH), sehingga didapatkan pencapaian menurunnya tingkat stress anak akibat dari *study from home* (SFH).

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D. V. (2018). Faktor Penyebab Stres Akademik Pada Siswa (Studi Deskriptif Pada Siswa Kelas 4 dan 5 SD Bentara Wacana Muntilan). *Director*, 1(2), 2018. [https://www.uam.es/gruposinv/meva/publicaciones/jesus/capitulos_espanyol_jesus/2005_motivacion para el aprendizaje Perspectiva alumnos.pdf](https://www.uam.es/gruposinv/meva/publicaciones/jesus/capitulos_espanyol_jesus/2005_motivacion_para_el_aprendizaje_Perspectiva_alumnos.pdf)https://www.researchgate.net/profile/Juan_Aparicio7/publication/253571379_Los_estudios_sobre_el_cambio_conceptual_
- Ani, A. (2017). *Perbedaan Stimulasi Dan Perkembangan Personal Sosial Anak Usia Sekolah Antara Anak Yang Diasuh Grandparent Dan Orang Tua* (Vol. 14, Issue 1).
- Atzizia, R. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stres dalam Pendidikan Kedokteran. *Jurnal Agromedicine*.
- Brown, S. M., Doom, J. R., Lechuga-Peña, S., Watamura, S. E., & Koppels, T. (2020). Stress and parenting during the global COVID-19 pandemic. *Child Abuse and Neglect*, August. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104699>
- Bujuri, D. A. (2018). Analisis Perkembangan Kognitif Anak Usia Dasar dan Implikasinya dalam Kegiatan Belajar Mengajar. *LITERASI (Jurnal Ilmu Pendidikan)*, 9(1), 37. [https://doi.org/10.21927/literasi.2018.9\(1\).37-50](https://doi.org/10.21927/literasi.2018.9(1).37-50)
- Chaterine, R. N. (2020). *Siswa belajar dari rumah, KPAI: Anak-anak stres dikasih banyak tugas*.
- Eka Putri & Suryana. (2021). ANALISIS TINGKAT STRES ORANGTUA DAN ANAK KELAS SATU SD BELAJAR DARI RUMAH SELAMA PANDEMI. *ACADEMIA*.
- Griffith, A. K. (2020). Parental Burnout and Child Maltreatment During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Family Violence*. <https://doi.org/10.1007/s10896-020-00172-2>
- Handarini, O. I., & Wulandari, S. S. (2020). Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH) Selama Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(3), 496–503.

- Hesti Mahmudah, D. R. (2019). Hubungan Antara Kelekatan Anak-Orang Tua Dengan Stres Akademik Pada Siswa Sd N Srandol Wetan 02 Semarang Dengan Sistem Pembelajaran Full Day School. *Empati*, 7(4), 33–42.
- Ibung. (2008). *Stress Pada Anak (6-12 tahun)*. : Elek Media Komputindo.
- Jannah, M. (2017). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1(1), 243–256. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1493>
- Jatira, Y., & S, N. (2021). Fenomena Stress dan Pembiasaan Belajar Daring dimasa Pandemi Covid-19. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(1), 35–43. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i1.187>
- Karo, M. B. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Strategi Pencegahan Penyebaran Virus Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional Hardiknas*, 1–4.
- Kemendikbud. (2017). *Peraturan Menteri (Permen) Nomor 23 Tahun 2017 Tentang Hari Sekolah*.
- Kurniawan & Nasir. (2014). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Implementasi E-learning di Kalangan Mahasiswa Perguruan Tinggi Swasta di Kota Palembang. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan PKM Sains, Teknologi Dan Kesehatan*, 04, 505–5012.
- Latip, A. (2020). Komunikasi Pada Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemi COVID-19. *Edukasi Dan Teknologi*, 1(2), 107–115. https://www.researchgate.net/profile/Abdul_Latip/publication/341868608_PERAN_LITERASI_TEKNOLOGI_INFORMASI_DAN_KOMUNIKASI_PADA_PEMBELAJARAN_JARAK_JAUH_DI_MASA_PANDEMI_COVID-19/links/5ed773c245851529452a71e9/PERAN-LITERASI-TEKNOLOGI-INFORMASI-DAN-KOMUNIKASI
- LLC, E. (2014). *E-learning Concepts, Trends, Applications*. Talentlms.Com. <https://www.talentlms.com/wp-content/uploads/2018/09/elearning-101-%0Aconcept-trends-applications.pdf>
- Meutia. (2021). Dampak Pandemi Covid 19 Pada Psikis Dan Ingatan Anak. *Al-Madrasah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 5(2), 62.

- Nevid, S.F, Rathus, A.S., Greene, B. (2003). *Psikologi Abnormal Edisi Kelima*. Erlangga.
- Notoatmodjo. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Notoatmojo, S. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 4*. Salemba Medika.
- Padjar, S., Suprapti., Danang., dan F. (2019). Media Pembelajaran E-Learning Dengan Metode Parsing Untuk Meningkatkan Efektifitas Pembelajaran di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Sistem Informasi, Teknologi Informasi Dan Sistem Komputer*.
- Palupi, T. N. (2020). Tingkat Stres pada Siswa-Siswi Sekolah Dasar dalam Menjalankan Proses Belajar di Rumah Selama Pandemi Covid-19. *Tingkat Stres Pada Siswa-Siswi Sekolah Dasar Dalam Menjalankan Proses Belajar Di Rumah Selama Pandemi Covid-19*, 9(2), 18–29.
- Pangondian R. A., Santosa, P. I., & Nugroho, E. (2019). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kesuksesan Pembelajaran Daring Dalam Revolusi Industri 4.0. *Seminar Nasional Teknologi Komputer & Sains (SAINTEKS)*, 1(1), 56–60. <https://www.prosiding.seminar-id.com/index.php/sainteks/article/view/122>
- Pohan, A. E. (2020). *Konsep Pembelajaran Daring Berbasis Pendekatan Ilmiah*. Penerbit CV. Sarnu Untung.
- Potter & Perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik Edisi 4*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Potter & Perry. (2010). *Fundamental Keperawatan Buku 1 Edisi 7* (dr. A. F. Nggie (ed.); 7th ed.). Salemba Medika.
- Purniasari, M. M. (2018). *Hubungan Tingkat Stress Dengan Pola Makan Anak Usia Sekolah*.
- Rahmasari dkk. (2020). Pengaruh Pembelajaran Online Terhadap Kemandirian Belajar Siswa Kelas II SD Muhammadiyah 17 Surabaya di Tengah Pandemi Covid-19. *Inventa: Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 4, 165.
- Riany, Y. E. (2020). Peningkatan Kasus Kekerasan Anak Selama Pandemi

- COVID-19. *Nasional.Sndonews.Com*.
<https://nasional.sindonews.com/read/189226/18/kekerasan-orang-tua-kepada-anak-pada-masa-pandemi-1602079802?showpage=all>
- Rida, dkk. (2020). Menumbuhkan Kemandirian Siswa Selama Pembelajaran Daring Sebagai Dampak COVID-19 Di SD. *JPRD (Jurna Riset Pendidikan Dasar)*, 1, 11.
- Rohana, S. (2017). *Bermain musik angklung untuk menurunkan stres akademik pada anak sekolah dasar*.
- Rohayani, F. (2020). Menjawab Problematika Yang Dihadapi Anak Usia Dini di Masa Pandemi COVID-19. *QAWWAM: JOURNAL FOR GENDER MAINSTREAMING*, 14, 32.
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid -19:(Online Learning in the Middle of the Covid -19 Pandemic). *Biodik*, 6(2), 214–224.
- Sari, T. & S. (2021). Dampak Pembelajaran Daring Bagi Siswa Sekolah Dasar Selama Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 2(1), 11.
- Satuan Tugas Penanganan COVID-19. (2020). *peta-sebaran*. Covid19.Go.Id. <https://covid19.go.id/peta-sebaran-covid19>
- Setiawan, H. &. (2020). Pembelajaran Daring di Masa Pandemi COVID-19 pada Perguruan Tinggi Keagamaan Islam. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 3, 12–23.
- Soetjiningsih & Ranuh. (2016). *Tumbuh Kembang Anak Edisi 2*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Penerbit Alfabeta.
- Wardani dan Ayriza. (2021). *Analisis Kendala Orang Tua dalam Mendampingi Anak Belajar di Rumah Pada Masa Pandemi Covid-19*. 776.
- Weinberg & Gloud. (2014). *Foundations Of Sport And Exercise Psychologi*. Kenities.
- WHO. (2020). *WHO Coronavirus Disease (COVID19) Dashboard*. Covid19.Who.Int.

https://covid19.who.int/?gclid=Cj0KCQiAoab_BRCxARIsANMx4S6DUmQsP0KVRcCcjYCMt9ZCwn7e8kRL4tg_NMGrU8jFgOcUFX_pN90aAquBEALw_wcB

Winahyujati, elista tri. (2014). Tingkat stres Belajar Siswa Belajar SMP yang mempersiapkan ujian nasional. *Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*.