

PENGARUH PENDAMPINGAN ORANG TUA TERHADAP KESEHATAN MENTAL SISWA SEKOLAH DASAR DALAM PEMBELAJARAN JARAK JAUH

Ihda Hidayati Putri Utami¹, M. Anas Thohir²

Universitas Negeri Malang

ihda.hidayati.1516@gtstudents.um.ac.id¹, anas.thohir.fip@um.ac.id²

Abstract

Distance learning conducted online should be the responsibility of parents to accompany their children as a substitute teacher. The purpose of this study was to determine the effect of parental assistance on the mental health of elementary school students in distance learning. The qualitative method was carried out with a case study approach, and with 10 participants, 5th grade students in an elementary school in Tulungagung. The students are 9-10 years old. Sampling was done by purposive sampling and data analysis was done descriptively. In this study, two data collection techniques were used, namely questionnaires and interviews. From the results of the study, it can be concluded that parental assistance has an effect on the mental health of elementary school students in distance learning. However, it was found that there were many factors that hindered parental assistance. One of the main inhibiting factors was the busyness of parents and the readiness of parents as substitute teachers. During distance learning, children feel bored due to monotonous learning and children are more likely to be addicted to cellphones

Keywords: Parental Assistance, Mental Health, Distance Learning

Abstrak

Pembelajaran jarak jauh yang dilakukan secara daring seharusnya menjadi tanggung jawab orang tua untuk mendampingi anaknya sebagai pengganti guru. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendampingan orang tua terhadap kesehatan mental siswa sekolah dasar dalam pembelajaran jarak jauh. Metode kualitatif yang dilakukan dengan pendekatan studi kasus, dan dengan partisipan yang berjumlah 10 orang peserta didik siswa kelas V di salah satu Sekolah Dasar di Tulungagung. Siswa tersebut berumur 9-10 tahun. Pengambilan *sample* dilakukan dengan *purposif sampling* dan data analisis data dilakukan secara deskriptif. Pada penelitian ini menggunakan dua teknik pengumpulan data yaitu kuesioner dan wawancara. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pendampingan orang tua berpengaruh terhadap kesehatan mental siswa sekolah dasar dalam pembelajaran jarak jauh. Namun ditemukan banyak faktor yang menjadi penghambat dalam pendampigan orang tua salah satu faktor utama penghambat adalah kesibukan orang tua dan kesiapan orang tua sebagai pengganti guru. Selama pembelajaran jarak jauh berlangsung anak merasa jenuh akibat pembelajaran yang terkesan monoton dan anak berkemungkinan besar mengalami kecanduan *handphone*.

Kata kunci: Pendampingan Orang Tua, Kesehatan Mental, Pembelajaran Jarak Jauh

PENDAHULUAN

Dewasa ini kesehatan mental merupakan isu yang sering kali diangkat dalam sebuah penelitian tak terkecuali kesehatan mental siswa sekolah dasar. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental anak adalah keluarga. Keluarga pada dasarnya merupakan forum pertama untuk memberikan pendidikan kepada anak (Hyoscyamina, 2011). Sebelum terjadinya pandemi covid-19 tugas pendidikan akademik sering kali hanya limpahkan kepada pendidik, yang rata-rata masih berorientasi pada penyampaian materi-materi pelajaran tertentu. Yulianingsih et al., (2020) mengatakan bahwa hanya sebatas menanggung biaya, menyediakan infrastruktur dan berbagai keperluan materi lainnya merupakan suatu keterlibatan dalam dunia pendidikan anak. Namun beda dengan sekarang orang tua yang berperan untuk mendampingi siswa selama pembelajaran jarak jauh berlangsung.

Pembelajaran jarak jauh yang dilakukan secara daring seharusnya menjadi tanggung jawab orang tua untuk mendampingi anaknya sebagai pengganti guru. Selama pembelajaran jarak jauh pendampingan dari orang tua merupakan hal yang penting. Adanya keterlibatan orang tua dalam pembelajaran anak akan sangat menentukan keberhasilan dalam pembelajaran (Miftakhi & Ardiansah, 2020). Pendampingan dapat diartikan sebagai bimbingan yang sifatnya lebih dekat dengan subjek yang dituju terutama dalam hal perkembangan belajar anak (Ambaryanti, 2013). Menurut Kurniati et al., (2020) pendampingan yang diberikan oleh

orang tua di rumah dapat meningkatkan motivasi belajar anak. Namun tidak semua orang tua dapat melakukan pekerjaan rumah sekaligus menjadi guru pengganti selama pembelajaran jarak jauh. Orang tua yang memiliki pekerjaan dan kurangnya sarana dan prasarana membuat rang tua kesulitan dalam menjadi pendamping bagi anak. perubahan pembelajaran konvensional ke pembelajaran jarak jauh atau daring pasti memiliki banyak sekali tantangan salah satunya adalah kesehatan anak. Perubahan yang mendesak ini bisa saja mengakibatkan anak stres sehingga kesehatan anak terganggu.

Studi terkait kesehatan anak selama pembelajaran jarak jauh sebagian besar masih mengarah pada kesanggupan anak dalam menjalankan pembelajaran secara daring selama pandemi. Masih sedikit penelitian yang mengarahkan fokus mereka terkait keluarga yang dapat menjadi salah satu faktor kesehatan mental seorang anak. Penelitian terkait pendampingan orang tua kebanyakan hanya mengarah kepada pengaruh pendampingan orang tua secara umum (Miftakhi & Ardiansah, 2020; Nugroho et al., 2021; Rahmania et al., 2021). Penelitian tentang pengaruh pendampingan orang tua terhadap kesehatan mental anak sebagian besar masih berupa studi literatur yang mengaitkan dari beberapa sumber yang aktual. Namun belum ada penelitian secara faktual atau penelitian di lapangan terkait isu ini.

Inilah yang membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian terhadap isu ini. Penulis bertujuan untuk memberikan informasi terkait perlunya pembimbingan orang tua

selama pembelajaran jarak jauh berlangsung. Dari berbagai data di lapangan penulis ingin menyajikan faktor-faktor apa saja yang dapat menghalangi orang tua untuk memberikan bimbingan dan dampaknya bagi anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi kasus. Corbin (1990) menyebutkan bahwa penggunaan metode kualitatif akan memberikan data yang lebih kompleks dan rinci yang mana tidak dapat diungkapkan melalui metode kuantitatif. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pendampingan orang tua terhadap kesehatan mental siswa sekolah dasar dalam pembelajaran jarak jauh selama berlangsungnya pandemi Covid-19 yang sampai sekarang masih mewabah di Indonesia.

Untuk mencapai tujuan tersebut penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini dilakukan kepada siswa kelas V. Sample yang diambil sejumlah 8 siswa kelas V dengan usia sekitar 9-10 tahun. Penelitian ini bertempat di salah satu SD di Kecamatan Ngantru, Kabupaten Tulungagung.

Teknik pengumpulan data yang diambil menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner dan wawancara terhadap partisipan. Penggunaan *goggle form* dengan menggunakan skala linker melalui perantara. Sedangkan penggunaan wawancara terstruktur dengan menyiapkan beberapa pertanyaan sesuai dengan

permasalahan yang diteliti digunakan dalam pengambilan data dengan teknik wawancara (Rukajat, 2018). Pengambilan data melalui teknik wawancara dilakukan kepada siswa yang memenuhi kriteria penelitian setelah dilakukan penelitian melalui teknik kuesioner. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan melalui beberapa tahapan mulai dari pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Melalui metode kualitatif data yang di dapat menggunakan analisis data deskriptif dengan hasil berupa kata-kata tertulis atau lisan dari narasumber (Moleong, 2004).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan beberapa temuan sesuai dengan tujuan dari penelitian yaitu mengenai pengaruh pendampingan orang tua terhadap kesehatan mental siswa sekolah dasar dalam pembelajaran jarak jauh. Pengambilan data dilakukan menggunakan instrumen angket dengan menggunakan skala linker dengan partisipan yang berjumlah 10 orang siswa di salah satu SD di Kecamatan Ngantru, Kabupaten Tulungagung. Usia partisipan berkisar antara 9-10 tahun.

Berdasarkan hasil angket diketahui bahwa 70% siswa tidak mendapatkan pendampingan saat belajar dari orang tua selama pembelajaran jarak jauh sementara sisanya tidak mendapatkan pendampingan belajar dari orang tua. Dari hasil angket juga diketahui bahwa 80% siswa tidak mendapatkan waktu bermain bersama orang tua.

Berdasarkan hasil kuesioner peneliti menemukan beberapa hal yang masih kurang jelas sehingga peneliti melakukan teknik pengambilan data lain berupa wawancara terstruktur kepada para siswa yang telah mengisi angket tersebut dan memenuhi kriteria yang diinginkan. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilaksanakan siswa mengatakan bahwa:

“Ibu dan Bapak saya kerja di pagi hari, jadi tidak bisa mendampingi saat belajar lewat *google meet* atau *zoom* saat pagi”. Berdasarkan pernyataan dari siswa tersebut diketahui bahwa orang tuanya tidak dapat mendampingi karena kesibukan yang dimilikinya. Adapun siswa yang lain berkata, “Biasanya saya belajar di les-les anak, kalo di rumah orang tua sering tidak bisa kalo ditanya soal pelajaran”. Maka dari pernyataan tersebut diketahui pula bahwa orang tua tidak dapat menjalankan tugasnya sebagai pengganti guru di rumah. Orang tua kebanyakan masih sangat bergantung pada guru yang bertugas mengajar siswa. Ketergantungan pada guru masih melekat pada diri orang tua, mereka yang biasanya hanya mengantar dan menjemput anak mereka sekarang harus menjadi seorang pengganti guru di rumah.

Pada angket siswa menyebutkan bahwa mereka tidak mendapatkan pendampingan orang tua saat bermain di masa pandemi. Siswa mengatakan, “Orang tua biasanya sibuk, lebih suka main sama teman-teman. Biasanya main *game online* sama teman-teman seru banget”. Dari pernyataan tersebut diketahui bahwa orang tua jarang

menemani anak dalam bermain, mereka juga lebih suka bermain dengan teman-teman mereka. Dari pernyataan yang sama terdapat indikasi kecanduan *game* oleh anak. orang tua yang tidak menemani anak dan hanya meninggalkannya dengan perangkat pembelajaran yaitu *handphone* menjadikan anak berpotensi kecanduan *handphone*. Partisipan juga menambahkan bahwa selama pembelajaran jarak jauh dan pada masa pandemi dirinya tidak bisa mengajak orang tua mereka untuk bermain ke tempat wisata karena sebagian besar tempat wisata telah ditutup oleh pemerintah.

Penulisan artikel ini dilakukan untuk mengetahui seberapa pentingnya pendampingan orang tua kepada anak selama pembelajaran jarak jauh terhadap kesehatan mental anak. Pada hasil penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh pendampingan orang tua kepada anak selama pembelajaran jarak jauh terhadap kesehatan mental anak. Selama pembelajaran jarak jauh anak dihadapkan pada pembelajaran berbasis online atau dapat disebut pembelajaran daring (dalam jaringan) pada pembelajaran ini seharusnya orang tua dapat menjadi pengganti guru di rumah yaitu sebagai pendamping dan fasilitator untuk anak.

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan orang tua yang berperan sebagai pendamping sebagian besar tidak dapat menjalankan perannya karena urusan pekerjaan. Lilawati, (2020) menyebutkan bahwa peran orang tua dalam melakukan pendampingan selama pembelajaran jarak jauh

ditentukan oleh beberapa faktor seperti pendidikan, pekerjaan dan pendapatan orang tua. Kebanyakan orang tua yang berpendidikan tetap sibuk dengan pekerjaannya dibandingkan yang tidak berpendidikan tinggi. Ini menunjukkan bahwa orang tua dengan tingkat pendidikan yang tinggi dan pekerjaan yang tetap dan harus bekerja walaupun pada masa pandemi hal ini yang mengakibatkan orang tua kurang bisa membagi waktu untuk bekerja dan menemani anaknya. Menurut partisipan orang tua juga kurang bisa jika ditanya soal materi pelajaran. Sehingga kebanyakan orang tua memilih aktivitas les untuk menunjang pembelajaran anak selama pembelajaran jarak jauh (Hakim, 2020).

Keterbatasan orang tua akan penggunaan teknologi menjadi salah satu faktor tidak terlaksananya pendamping orang tua secara maksimal. Orang tua memberikan perangkat pembelajaran berupa *handphone*, namun tidak memantau penggunaan perangkat pembelajaran tersebut. Anak yang terlalu sering memegang *handphone* memiliki indikasi kecanduan *handphone*. Selain adanya kecanduan *handphone* menurut Novitasari (2019) dampak negatif dari penggunaan *handphone* adalah kesehatan otak terganggu, gangguan tidur, kesehatan mata terganggu, menjadi pribadi yang tertutup, kesehatan tangan terganggu, perilaku kekerasan, terpapar radiasi, pudarnya kreativitas, dan ancaman *cyberbullying*. Anak tersebut lebih suka bermain dengan *handphone* dari pada belajar. Mereka akan menjadi malas dalam mengikuti kegiatan

pembelajaran selama kegiatan belajar-mengajar secara daring berlangsung. Anak yang sudah mengalami kecanduan akan gadget selama pembelajaran tidak akan fokus pada topik yang dibicarakan oleh guru. Kebanyakan dari mereka akan lebih fokus kepada kapan waktu pembelajaran akan selesai.

Keadaan suasana yang monoton juga menjadi salah satu indikator terdapatnya gangguan mental pada anak. Suasana yang monoton sering membuat anak jenuh. Tidak seperti pembelajaran konvensional di mana siswa dapat berinteraksi dengan teman-temannya pada pembelajaran jarak jauh mereka harus melaksanakan pembelajaran secara individu di rumah (Hidayat et al., 2020). Keadaan yang monoton dan terkesan jenuh dapat membuat mental anak terganggu. Anak yang biasanya dapat berinteraksi dengan teman-temannya di sekolah sekarang harus belajar sendiri di rumah. Di sini diperlukan peran pendampingan dari orang tua agar anak tidak kesepian saat pembelajaran. Orang tua sebagai pendamping diharapkan dapat menjadi sebuah figur teman bagi seorang anak. Anak yang mendapatkan pendampingan selama pembelajaran tidak akan jenuh karena dapat berinteraksi dengan orang tua mereka.

Untuk memberikan pengalaman belajar yang menarik orang tua bisa memberikan dukungan psikologi dan pemberian *reward* kepada anak (Fauziah & Nadlifah, 2021). Pemberian dukungan psikologi dapat dilakukan dengan mendampingi mereka saat belajar, memberikan kata-kata semangat kepada anak, dan menasihati anak. Sedangkan

pemberian hadiah dapat dilakukan dengan memberikan janji kepada anak jika mendapatkan nilai yang bagus. Orang tua sebagai pendamping juga dapat lebih memotivasi anak untuk belajar. Pada masa pandemi memang sebagian besar tempat wisata masih belum beroperasi seperti sedia kala, namun dengan pendampingan orang tua dalam melakukan kegiatan-kegiatan baru yang positif selama di rumah dapat memberikan pengalaman lebih untuk anak. Selain itu juga dapat memberikan suasana belajar yang baru bagi anak.

KESIMPULAN

Simpulan berisi ringkasan hasil temuan yang memperlihatkan hasil dengan jelas yang dideskripsikan dengan kata-kata, diurutkan sesuai dengan pertanyaan penelitian yang telah dikemukakan di Pendahuluan.

Pendampingan orang tua selama pembelajaran jarak jauh sangat diperlukan untuk kesehatan mental anak. Namun banyak faktor-faktor yang menghambat orang tua dalam memberikan pendampingan, yaitu keterbatasan ilmu, keterbatasan pengetahuan akan penggunaan teknologi, dan kesibukan yang tidak dapat ditunda. Orang tua banyak yang memilih kegiatan les sebagai kegiatan penunjang untuk anak-anak mereka. Suasana belajar yang terkesan monoton juga menjadi salah satu faktor kejenuhan yang dirasakan oleh seorang anak. Selama pembelajaran jarak jauh berlangsung anak lebih sering bermain dengan *handphone* dan dapat menyebabkan tidak dapat lepas dari *handphone* atau dengan kata lain kecanduan *gedget*. Anak yang memiliki kecanduan *gedget*

cenderung lebih pemalas dari pada anak yang normal. Di sinilah perlunya pendampingan orang tua. Orang tua sebagai pendamping diharapkan dapat menjadi pengawas, fasilitator, dan motivator untuk anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada Bapak M. Anas Tohir yang telahh memberikan bantuan maupun masukan dalam penyelesaian penelitian ini. Peneliti juga mengucayakan trimakasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan bantuan dalam bentuk apapun selama penulis menyelesaikan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambaryanti, R. (2013). Hubungan intensitas pendampingan belajar orang tua dengan kualitas hasil belajar siswa di ra al-islam mangunsari 02 semarang tahun pelajaran 2011/2012. *Indonesian Journal of Early Childhood Education Studies*, 2(2). <https://doi.org/10.15294/ijeces.v2i2.9240>
- Corbin, J. M. (1990). *Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and techniques*. Sage.
- Fauziah, N., & Nadlifah, N. (2021). Jenuh Belajar: Strategi Orang Tua dalam Membrosamai Anak Belajar di Masa Pandemi COVID-19. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 6(2), 98–108. <https://doi.org/10.14421/golde.nage.2019.51-01>
- Hakim, L. (2020). Pendampingan Orang Tua dalam Pembelajaran

- Daring. *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 18(2), 192–220. <https://doi.org/10.36456/inventa.4.2.a2607>
- Hidayat, D. R., Rohaya, A., Nadine, F., & Ramadhan, H. (2020). Kemandirian belajar peserta didik dalam pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 34(2), 147–154. <https://doi.org/10.21009/PIP.342.9>
- Hyoscyamina, D. E. (2011). Peran keluarga dalam membangun karakter anak. *Jurnal Psikologi*, 10(2), 144–152. <https://doi.org/10.14710/jpu.10.2.144-152>
- Kurniati, E., Alfaeni, D. K. N., & Andriani, F. (2020). Analisis peran orang tua dalam mendampingi anak di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 241–256. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.541>
- Lilawati, A. (2020). Peran orang tua dalam mendukung kegiatan pembelajaran di rumah pada masa pandemi. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 549–558. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.630>
- Miftakhi, D. R., & Ardiansah, F. (2020). Peranan Orang Tua Siswa dalam Melaksanakan Pendampingan Pembelajaran dari Rumah Secara Online. *JOEAI: Journal of Education and Instruction*, 3(2), 151–158. <https://doi.org/10.31539/joeai.v3i2.1726>
- Moleong, L. J. (2004). Metode penelitian kualitatif, PT. Remaja Rosdakarya: Bandung.
- Novitasari, N. (2019). Strategi Pendampingan Orang Tua Terhadap Intensitas Penggunaan Gadget Pada Anak. *Al-Hikmah: Indonesian Journal of Early Childhood Islamic Education*, 3(2), 167–188. <https://doi.org/10.35896/ijecie.v3i1.53>
- Nugroho, A., Hawanti, S., & Pamungkas, B. T. (2021). Kontribusi orang tua dalam pendampingan belajar siswa selama masa pandemi. *Jurnal Basicedu*, 5(4), 1690–1699. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i4.969>
- Rahmania, S., Wijayanti, R., & Hakim, S. L. (2021). Strategi Orang Tua Dalam Pendampingan Belajar Anak Selama Pandemi Covid-19. *Literasi: Jurnal Kajian Keislaman Multi-Perspektif*, 1(1), 99–110. <https://doi.org/10.22515/literasi.v1i1.3259>
- Rukajat, A. (2018). *Pendekatan penelitian kualitatif (Qualitative research approach)*. Deepublish.
- Yulianingsih, W., Suhanadji, S., Nugroho, R., & Mustakim, M. (2020). Keterlibatan Orangtua dalam Pendampingan Belajar Anak selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1138–1150. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.740>