

**TINGKAT STRES IBU DALAM MENDAMPINGI ANAK SAAT
PEMBELAJARAN JARAK JAUH PADA MASA PANDEMI COVID-19
DI PERUMAHAN TELAGA PESONA CIKARANG BARAT**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)
pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam



1808306079

KEMENTERIAN AGAMA ISLAM REPUBLIK INDONESIA

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUSIKASI ISLAM

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)

SYEKH NURJATI CIREBON

2022/1444 H

**TINGKAT STRES IBU DALAM MENDAMPINGI ANAK SAAT
PEMBELAJARAN JARAK JAUH PADA MASA PANDEMI COVID-19
DI PERUMAHAN TELAGA PESONA CIKARANG BARAT**

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos)
pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam
Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam**



HILWA AZ ZAHRA

1808306079

KEMENTERIAN AGAMA ISLAM REPUBLIK INDONESIA

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUSIKASI ISLAM

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)

SYEKH NURJATI CIREBON

2022/1444 H

ABSTRAK

Hilwa Az Zahra (1808306079) TINGKAT STRES IBU DALAM MENDAMPINGI ANAK SAAT PEMBELAJARAN JARAK JAUH PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI PERUMAHAN TELAGA PESONA CIKARANG BARAT. Skripsi Cirebon, Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam. Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

Pandemi Covid-19 ini memiliki dampak besar pada berbagai sektor kehidupan di dunia, salah satunya di sektor pendidikan. Pada masa pandemi ini pemerintah mengeluarkan kebijakan dengan mengganti aktivitas pembelajaran yang dilakukan melalui tatap muka menjadi belajar di rumah masing-masing dengan metode jarak jauh. Selama masa pandemi Covid-19 stres merupakan emosi negatif yang sering dialami oleh ibu, stres yang dialami oleh ibu ini dikarenakan dipengaruhi oleh ketidakmampuan orang tua dalam mendampingi ataupun membimbing selama pembelajaran.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stres yang dialami oleh ibu saat mendampingi anak selama pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi Covid-19 di Perumahan Telaga Pesona Cikarang Barat, dengan objek penelitiannya yaitu para ibu yang bertempat tinggal di Perumahan Telaga Pesona.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mendampingi anak selama pembelajaran jarak jauh. Jumlah sample yang digunakan yaitu sebanyak 42 responden. Pengambilan sample dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner Depression Anxiety Stres Scale (DASS-42). Kuesioner diberikan dan di isi oleh responden secara door to door atau datang langsung ke rumah responden.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tingkat stres ibu sebelum melakukan pendampingan pembelajaran jarak jauh dari total N 42 yang mengalami stres normal sebanyak 100%, dan tingkat stres ibu selama melakukan pendampingan pembelajaran jarak jauh terdapat 71,4 % ibu yang mengalami stres normal, terdapat 14,3 % ibu yang mengalami stres ringan, 9,5 % ibu yang mengalami stres sedang, 4,8 % ibu yang mengalami stres berat, dan tidak ada ibu yang mengalami stres sangat berat. Sedangkan tingkat stres ibu setelah melakukan pendampingan pembelajaran jarak jauh yaitu berada pada kategori tingkat stres normal dengan frekuensi 100%.

Kata kunci : Tingkat stres, Ibu, Pembelajaran Jarak Jauh

ABSTRACT

Hilwa Az Zahra (1808306079) MOTHER'S STRESS LEVEL IN ACCOMPANYING CHILDREN DURING DISTANCE LEARNING DURING THE COVID-19 PANDEMIC AT TELAGA PESONA HOUSING WEST CIKARANG. Thesis Cirebon, Faculty of Islamic Da'wah and Communication. Department of Islamic Counseling Guidance.

The Covid-19 pandemic has had a major impact on various sectors of life in the world, one of which is in the education sector. During this pandemic, the government issued a policy by replacing learning activities carried out through face-to-face with learning at home using the distance method. During the Covid-19 pandemic, stress is a negative emotion that is often experienced by mothers, the stress experienced by mothers is due to the inability of parents to accompany or guide during learning.

The study was intended to determine the level of stress mothers experience accompanying children during distance learning during the Covid-19 pandemic at Telaga Pesona Housing Cikarang Barat with the object of research being mothers who live in Telaga Pesona Housing.

This research is a quantitative descriptive research. The population in this study were mothers who accompanied their children during distance learning. The number of samples used is as many as 42 respondents. Sampling was done by using purposive sampling technique. The data collection tool in this study used a Depression Anxiety Stress Scale (DASS-42) questionnaire. the questionnaire is given and filled by the respondent door to door or comes directly to the respondent's house.

Based on the result of research and discussion, it can be concluded that the stress level of mother before conducting distance learning assistance from a total of N 42 who experienced normal stress was 100 percent, and the stress level of mothers during distance learning assistance was 71.4 percent of mothers, 14.3 percent of mothers with mild stress, 9.5 percent of mothers with moderate stress, 4.8 percent of mothers with severe stress, and no mothers with extreme stress. Meanwhile, the mother's stress level after conducting distance learning assistance was in the normal stress level category with a frequency of 100%.

Keywords: Stress level, Mother, Distance Learning

PERSETUJUAN

TINGKAT STRES IBU DALAM MENDAMPINGI ANAK SAAT PEMBELAJARAN JARAK JAUH PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI PERUMAHAN TELAGA PESONA CIKARANG BARAT



Pembimbing I

Drs. H. Muzaki, M.Ag

NIP. 19660720 199903 100 1

Pembimbing II

Bambang Setiawan, M.Pd

NIP. 19890706 201801 1 002

NOTA DINAS

Kepada

Yth.

Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati

di

Cirebon

Assalamu 'alaikum Wr. Wb

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan dan koreksi terhadap penulisan

Skripsi berikut ini :

Nama : Hilwa Az Zahra

NIM : 1808306079

Judul : **TINGKAT STRES IBU DALAM MENDAMPINGI ANAK SAAT PEMBELAJARAN JARAK JAUH PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI PERUMAHAN TELAGA PESONA CIKARANG BARAT**

Kami bersepakat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon untuk di Munaqosahkan.

Walaikumussalam Wr. Wb

Cirebon, November 2022

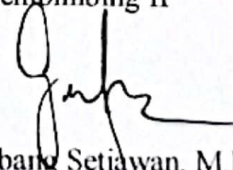
Pembimbing I



Drs. H. Muzaki, M.Ag

NIP. 19660720 199903 100 1

Pembimbing II



Bambang Setiawan, M.Pd

NIP. 19890706 201801 1 002

PERNYATAAN KEASLIAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Saya yang bertanda tangan di bawah ini.

Nama : Hilwa Az Zahra

NIM : 1808306079

Judul : TINGKAT STRES IBU DALAM MENDAMPINGI ANAK
SAAT PEMBELAJARAN JARAK JAUH PADA MASA
PANDEMI COVID-19 DI PERUMAHAN TELAGA PESONA
CIKARANG BARAT

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya penulis yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana (S-1) di IAIN Syekh Nurjati Cirebon;
2. Semua sumber yang penulis gunakan dalam penulisan skripsi ini telah dicantumkan sesuai ketentuan atau pedoman karya tulis ilmiah; dan
3. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini sebagian maupun seluruh isinya merupakan karya plagiat. Maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

Cirebon, November 2022

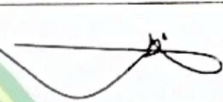
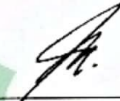
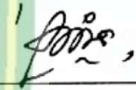


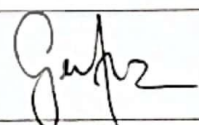


HILWA AZ ZAHRA


(1808306079)

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul : **“TINGKAT STRES IBU DALAM MENDAMPINGI ANAK SAAT PEMBELAJARAN JARAK JAUH PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI PERUMAHAN TELAGA PESONA CIKARANG BARAT”** oleh Hilwa Az Zahra NIM 1808306079 di munaqosahkan pada hari Kamis, 27 Oktober 2022 dihadapan dewan penguji dan dinyatakan LULUS. Skripsi ini salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI), Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.

Panitia Munaqosah	Tanggal	Tanda Tangan
Ketua Jurusan Drs. H. Muzaki, M.Ag NIP. 19660720 199903 1 001	9-11-2022	
Sekretaris Jurusan Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 19830705 201101 1 014	9-11-2022	
Penguji I Dr. Hj. Rina Rindanah, S.Ag, M.Pd NIP. 19731009 199703 2 003	9-11-2022	
Penguji II Drs. Hj. Isnin Agustin Amalia, MA NIP. 19630805 198803 2 001	10-11-2022	
Pembimbing I Drs. H. Muzaki, M.Ag NIP. 19660720 199903 1 001	9-11-2022	
Pembimbing II Bambang Setiawan, M.Pd NIP. 19890706 201801 1 002	9-11-2022	

Cirebon, 15 November 2022

Mengetahui,

Dr. Hajam, M.Ag
NIP. 19670721 200312 1 002

RIWAYAT HIDUP



Nama lengkap penulis adalah Hilwa Az Zahra, lahir di Bekasi pada tanggal 5 Maret 2000. Penulis merupakan anak ke dua dari tiga bersaudara, putri dari pasangan Bapak Sofiyah dan Ibu Nasroh. Beralamat di Perumahan Telaga Pesona Blok L30/2 Desa Telaga Murni, Kecamatan Cikarang Barat, Kabupaten Bekasi.

Adapun riwayat pendidikan yang pernah ditempuh oleh penulis, yakni:

1. TK Islam Terpadu Nurut Taqwa 2006-2007
2. SD Negeri Kalijaya 2007-2012
3. MTs Al-'Imaroh 2012-2015
4. MA Al-'Imaroh tahun 2015-2018
5. IAIN Syekh Nurjati Cirebon Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
Jurusan Bimbingan Konseling Islam tahun 2018-2022

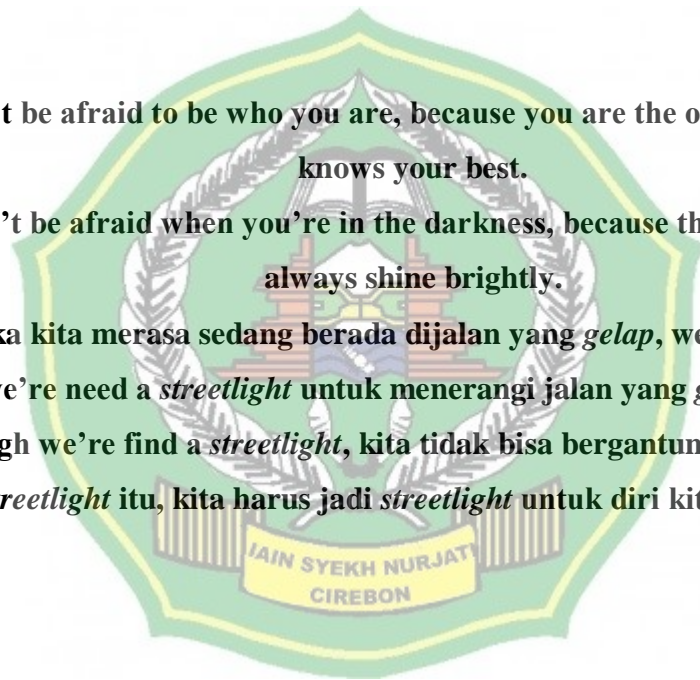
Penulis mengikuti program S1 pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam dengan program studi Bimbingan Konseling Islam dan mengambil judul skripsi **“TINGKAT STRES IBU DALAM MENDAMPINGI ANAK SAAT PEMBELAJARAN JARAK JAUH PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI PERUMAHAN TELAGA PESONA CIKARANG BARAT”**.
Dibawah bimbingan Bapak Drs. Muzaki M. Ag dan Bapak Bambang Setiawan M. Pd.

MOTTO

“Don’t be afraid to be who you are, because you are the only person who knows your best.

Don’t be afraid when you’re in the darkness, because the sun doesn’t always shine brightly.

Ketika kita merasa sedang berada di jalan yang *gelap*, we need to know that we’re need a *streetlight* untuk menerangi jalan yang *gelap*. But, even though we’re find a *streetlight*, kita tidak bisa bergantung dengan satu *streetlight* itu, kita harus jadi *streetlight* untuk diri kita sendiri.”



PERSEMBAHAN

Puji syukur Alhamdulillah, penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. atas segala Rahmat, Hidayah, Inayah dan Karunia-Nya kepada penulis, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Kepada dua orang hebat yang hadir dalam hidup saya, yaitu ayah dan mamah yang membuat segala hal yang dirasa tidak mungkin menjadi mungkin sehingga saya bisa sampai pada tahap di mana saya mampu menyelesaikan skripsi. Terima kasih atas segala doa, pengorbanan serta nasihat yang tiada henti kalian berikan selama ini, terima kasih karena selalu mendukung saya untuk mengejar impian. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat ayah dan mamah bahagia.
2. Kakah dan adik tersayang Muhammad Fiqri Rizky Pratama dan Muhammad Faqih Pasha Al-Bani terima kasih atas kasih sayang serta support yang kalian berikan.
3. Terima kasih yang tak terhingga kepada seluruh dosen jurusan BKI beserta para staf jurusan, terutama kepada dosen pembimbing Bapak Drs. Muzaki M. Ag dan Bambang Setiawan M.Pd yang telah memberikan arahan dan bimbingan sehingga skripsi ini dapat selesai. Mudah-mudahan selalu dalam lindungan Allah SWT.
4. Teman-teman hebat yang saya sayangi Soky Squad (Elsa Nurmalia, Try Hanifah, Zannuba Qothrunnada, Zakiah) terima kasih atas dukungan, inspirasi, serta dorongan yang telah kalian berikan selama ini, saya bahkan tidak bisa menjelaskan betapa bersyukur saya memiliki kalian dalam hidup saya, terima kasih telah kebersamaan sejak awal perkuliahan sampai saat ini.
5. Exo dan Stray Kids yang selalu menjadi penghibur dan penyemangat dalam menjalani hidup dan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Teman-teman se-perantauan, Anita, Anis, Ani, Ica F, Ica Rizka, Dea, Sasa, Iis, serta ALIMACRBN terima kasih telah memberi banyak kenangan selama perkuliahan, selamat berjuang dan salam sukses untuk kita semua.

7. Teman-teman seperjuangan angkatan 2018, terkhusus BKI B, terima kasih telah memberi banyak kenangan selama belajar di IAIN Syekh Nurjati Cirebon, salam sukses untuk kita semua.
8. Seluruh pihak yang berjasa membantu saya menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu, saya ucapkan terima kasih dan mohon maaf apabila ada kesalahan yang saya lakukan.



KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirrobil'alamiin, segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah *Subhanallahu Wa Ta'ala* yang telah melimpahkan segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul **“TINGKAT STRES IBU DALAM MENDAMPINGI ANAK SAAT PEMBELAJARAN JARAK JAUH PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI PERUMAHAN TELAGA PESONA CIKARANG BARAT”**. Sholawat beserta salam semoga tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, keluarganya, sahabatnya, dan semoga sampai pada kita semua selaku umatnya. Aamiin.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Strata Satu (S1) pada jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk teman-teman jurusan Bimbingan Konseling Islam. Dalam penyusunan skripsi ini Penulis menyadari bahwa proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan, dan dukungan dari berbagai pihak yang terkait. Oleh karena itu, penulis mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. H. Sumanta, M. Ag, selaku Rektor Intitut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon.
2. Bapak Dr. Hajam, M. Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Intitut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon.
3. Bapak Drs. Muzaki M. Ag, selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Intitut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon dan selaku Dosen Pembimbing I Skripsi.
4. Bapak Dr. Jaja Suteja, M.Pd, selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam Intitut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon.
5. Bapak Bambang Setiawan M. Pd, selaku Dosen Pembimbing II Skripsi.
6. Orang tua saya, Bapak Sofian dan Ibu Nasroh, beserta kakak dan adik saya.
7. Rekan seperjuangan mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Intitut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon angkatan 2018.

Akhir kata penulis ucapkan terima kasih banyak kepada pihak yang turut memberikan dukungan, semoga Allah SWT. Senantiasa membalas setiap dukungan yang diberikan kepada penulis, Aamiin Allahumma Aamiin.

Penulis berharap siapa pun yang membaca skripsi ini semoga mampu mengambil ilmu yang ada di dalamnya. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan dapat menambah ilmu pengetahuan, Aamiin Allahuma Aamiin.

Cirebon, November 2022

Penulis



DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
NOTA DINAS	iii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
RIWAYAT HIDUP.....	vi
MOTTO.....	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikas Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Pertanyaan Penelitian.....	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Kegunaan Penelitian.....	7
BAB II LANDASAN TEORI.....	8
A. Konsep Dasar Stres	8
1. Pengertian Stres.....	8
2. Klasifikasi Stres.....	9
3. Tingkatan Stres.....	10
4. Aspek Stres.....	12

5. Sumber Stres.....	14
6. Faktor yang Menyebabkan Stres	16
B. Konsep Dasar Ibu	17
C. Pandemi Covid-19.....	19
D. Pembelajaran Jarak Jauh	20
E. Kerangka Pemikiran.....	24
F. Penelitian Terdahulu	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Waktu dan Tempat.....	27
B. Jenis Penelitian.....	27
C. Desain Penelitian.....	27
D. Variabel Operasional Penelitian.....	28
E. Teknik Pengumpulan Data.....	28
F. Instrumen Penelitian.....	30
G. Manajemen Penelitian.....	36
H. Sumber Data/Informan.....	36
I. Teknik Pengumpulan Data.....	37
J. Teknik Analisis Data.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	40
B. Gambaran Tingkat Stres.....	41
1. Statistik Deskriptif Variabel.....	41
2. Hasil Wawancara.....	55
C. Pembahasan Analisis Deskriptif	58
D. Keterbatasan Penelitiann.....	63

BAB V PENUTUP.....	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Sample	30
Tabel 3.2 Blueprint Kuesioner DASS-42 Sebelum Uji	31
Tabel 3.3 Skala Alternatif Jawaban	32
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas	32
Tabel 3.5 Koefisien Reabilitas	34
Tabel 3.6 Hasil Uji Reabilitas Kuesioner DASS-42	34
Tabel 3.7 Kategorisasi Tingkat Stres DASS-42	35
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia	41
Tabel 4.2 Hasil Tingkat stres Ibu Sebelum Mendampingi Pembelajaran Jarak Jauh Pada Anak	42
Tabel 4.3 Distribusi frekuensi dan presentase kuesioner tingkat stres ibu sebelum mendampingi anak pembelajaran jarak jauh	43
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia	44
Tabel 4.5 Hasil Tingkat Stres Ibu Saat Mendampingi Pembelajaran Jarak Jauh	45
Tabel 4.6 Distribusi frekuensi dan presentase kuesioner tingkat stres ibu selama mendampingi anak pembelajaran jarak jauh	46
Tabel 4.7 Item Pertanyaan nomor 4	47
Tabel 4.8 Item Pertanyaan nomor 8	48
Tabel 4.9 Item Pertanyaan nomor 9	48
Tabel 4.10 Item Pertanyaan nomor 10	49
Tabel 4.11 Item Pertanyaan nomor 14	49
Tabel 4.12 Item Pertanyaan nomor 18	50
Tabel 4.13 Item Pertanyaan nomor 22	50
Tabel 4.14 Item Pertanyaan nomor 24	50
Tabel 4.15 Item Pertanyaan nomor 27	51
Tabel 4.16 Item Pertanyaan nomor 28	51
Tabel 4.17 Item Pertanyaan nomor 30	52
Tabel 4.18 Item Pertanyaan nomor 34	52
Tabel 4.19 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia	53

Tabel 4.20 Hasil Tingkat Stres Ibu Setelah Mendampingi Pembelajaran Jarak Jauh.54

Tabel 4.21 Distribusi frekuensi dan presentase kuesioner tingkat stres ibu setelah mendampingi anak pembelajaran jarak jauh54



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 <i>Diagram Pie</i> Sebaran responden berdasarkan usia ibu sebelum mendampingi pembelajaran jarak jauh	41
Gambar 4.2 <i>Diagram Pie</i> Sebaran responden berdasarkan usia ibu saat mendampingi pembelajaran jarak jauh	44
Gambar 4.1 <i>Coulomb Chart</i> Nilai Kuesiomer Tingkat Stres	45
Gambar 4.3 <i>Diagram Pie</i> Sebaran responden berdasarkan usia ibu setelah mendampingi pembelajaran jarak jauh	54

