

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa tingkat stres ibu sebelum melakukan pendampingan pembelajaran jarak jauh menunjukkan bahwa frekuensi paling tinggi dengan kategori tingkat stres yaitu berada pada frekuensi 42 atau 100% yang merujuk pada kategori tingkat stres normal. Gambaran stres normal pada ibu sebelum melakukan pendampingan pembelajaran jarak jauh pada anak yaitu ibu tidak merasakan sulit untuk beristirahat dan tidak mudah gelisah.
2. Tingkat stres ibu saat mendampingi anak selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi Covid-19 di Perumahan Telaga Pesona menunjukkan berada pada kategori tingkat stres yang berbeda-beda yaitu ada 71,4% ibu yang mengalami stres normal, 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 berat. Gambaran tingkat stres ibu selama mendampingi pembelajaran jarak jauh pada anak yaitu tidak cenderung bereaksi berlebihan, mudah merasa kesal, merasa banyak menghabiskan energi karena cemas, tidak sabaran, mudah tersinggung, tidak kesulitan untuk beristirahat, mudah marah, kesulitan untuk tenang setelah sesuatu yang mengganggu, sulit mentoleransi gangguan atau kendala terhadap hal yang sedang dilakukan, dapat memaklumi hal apaun yang menghalangi ibu untuk menyelesaikan hal yang sedang dilakukan, mudah gelisah.
3. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa setelah ibu melakukan pendampingan pembelajaran jarak jauh ibu berada pada kategori tingkat stres normal yaitu pada frekuensi 42 atau 100%. Gambaran stres normal pada ibu setelah melakukan pendampingan pembelajaran jarak jauh pada anak yaitu ibu tidak merasakan sulit untuk beristirahat dan tidak mudah gelisah.

B. Saran

1. Bagi masyarakat

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi informasi tambahan bagi masyarakat mengenai tingkat stres yang dialami ibu selama melakukan pendampingan pembelajaran jarak jauh selama masa pandemi Covid-19.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan mengembangkan penelitian tentang tingkat stres orang tua selama mendampingi anak saat pembelajaran jarak jauh dimasa pandemi Covid-19 dengan skala responden yang lebih besar untuk memperoleh hasil yang lebih maksimal. Berdasarkan keterbatasan penelitian yang ada dalam penelitian ini, diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk mencari lebih banyak responden sehingga dapat mewakili populasi yang ada serta diharapkan untuk lebih rinci dan lebih teliti dalam memberikan penjelasan mengenai tata cara mengisi kuesioner atau angket sehingga dapat memperkecil resiko eliminasi data.

