

## Perbedaan Tingkat Stres pada Anak Usia Sekolah saat Pembelajaran di Sekolah dan di Rumah Akibat Anjuran *Social Distancing*

Ayudia Arisma<sup>1</sup>, Ririnisahawaitun<sup>1\*</sup>, Sasteri Yuliyanti<sup>1</sup>

<sup>1</sup>STIKes Hamzar Lombok Timur

\*Corresponding Author: [ririnisahawaitun@gmail.com](mailto:ririnisahawaitun@gmail.com)

---

### ABSTRAK

Pandemi COVID-19 di Indonesia mengharuskan diberlakukannya *social distancing* yang juga diterapkan dalam bidang pendidikan, berlaku juga pada anak usia sekolah untuk melakukan pembelajaran di rumah yang mengharuskan anak menggunakan sistem pembelajaran yang berbeda dengan sebelumnya dan ini menyebabkan stres pada anak ditambah harus mengerjakan tugas yang lebih banyak dari pada saat pembelajaran di sekolah. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan komparatif dan menggunakan desain penelitian *cohort*. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas IV - VI di SDN 1 Sukamulia, yang berjumlah 157 orang. Pengambilan sampel dengan menggunakan *stratified random sampling* yaitu sebanyak 114 sampel. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan yaitu *Independent Sampel t- test*. Dari hasil penelitian dapat dilihat saat pembelajaran di sekolah anak yang mengalami stres ringan sebanyak 9 anak, anak yang mengalami stres sedang sebanyak 37 anak, sedangkan anak yang mengalami stres berat adalah 11 anak. Anak yang melakukan pembelajaran di rumah mengalami stres berat yaitu sebanyak 17 anak, anak yang mengalami stres sedang ada 38 anak, sedangkan anak yang mengalami stres ringan sebanyak 2 anak. Berdasarkan uji analisis juga didapatkan hasil p-value 0,033. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara tingkat stres pada anak usia sekolah saat pembelajaran di sekolah dan di rumah akibat anjuran *social distancing* di SDN 1 Sukamulia.

**Kata Kunci: Tingkat Stres, Anak Usia Sekolah, Pembelajaran**

### ABSTRACT

The COVID-19 pandemic in Indonesia requires the implementation of social distancing which is also applied in the field of education, this also applies to school-age children to do learning at home which of course requires children to use a different learning system than before and this of course causes stress to children especially have to do more assignments than when learning at school. This type of research is quantitative research using a comparative approach and using a cohort research design. The population of this study were students in grades IV - VI, totaling 157 people. Sampling using stratified random sampling as many as 114 samples. Collecting data using a questionnaire. Analysis of the data used is the Independent Sample t-test. This can be seen from the results of research while studying at school, 9 children experienced mild stress, 37 children experienced moderate stress, while 11 children experienced severe stress. Children who study at home experience severe stress, namely 17 children, children who experience moderate stress, 38 children, while children who experience mild stress are 2 children. Based on the analysis test also obtained a p-value of 0.033. From the results of this study, it can be concluded that there is a significant difference between stress levels in school-age children while studying at school and at home due to the recommendation of social distancing at SDN 1 Sukamulia.

**Keywords : Stress Level, School Age Children, Learning**

---

## PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 di Indonesia merupakan bagian dari pandemi penyakit Coronavirus 2019 (COVID-19) yang sedang berlangsung di seluruh dunia. Penyakit ini disebabkan oleh koronavirus sindrom pernapasan akut berat 2 (SARS-CoV-2). Kasus positif COVID-19 di Indonesia pertama kali dideteksi pada 2 Maret 2020, ketika dua orang terkonfirmasi tertular dari seorang warga negara Jepang. Sampai tanggal 5 Desember 2020 Indonesia telah melaporkan 569.707 kasus positif COVID-19. Sementara, angka kematian 17.142 di Indonesia menjadi yang tertinggi ketiga di Asia, setelah India dan Iran. Namun, angka kematian diperkirakan jauh lebih tinggi dari data yang dilaporkan karena tidak dihitungnya kasus kematian dengan gejala COVID-19 akut yang belum dikonfirmasi atau dites (Palupi, 2020).

Provinsi NTB pun tidak luput menjadi daerah sebaran dari Covid-19. Pada tanggal 24 maret 2020, Zulkieflimansyah, selaku Gubernur, mengkonfirmasi terkait telah ditemukannya kasus positif untuk pertama kalinya di wilayah NTB. Pasien tersebut berasal dari pulau Lombok, yang terinfeksi karena pernah melakukan perjalanan ke daerah terjangkit virus corona selama 14 hari terakhir. Sejalan dengan data nasional, data pada Pemprov NTB juga menunjukkan konfirmasi kasus yang terus meningkat dari hari ke hari. Berdasarkan update terbaru 21 Desember 2020, NTB mencatat ada 5.238 kasus Covid-19 dengan perincian 4.255 orang dinyatakan sembuh, sebanyak 258 orang meninggal dunia (Maryanti et. al, 2020).

Memburuknya wabah virus Corona mengharuskan pemerintah mengambil sikap. Sehingga, presiden Republik Indonesia, Joko Widodo, menyarankan setiap individu untuk menerapkan *social distancing* guna menghadapi pandemi COVID-19. *Social distancing* tersebut diterapkan di segala aspek kegiatan, seperti pada kegiatan perkantoran, perdagangan, beribadah, dan tidak luput juga dari kegiatan pendidikan

Kondisi tersebut menyebabkan

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) menyiapkan skenario belajar dari rumah hingga akhir tahun 2020. Hal itu sebagai antisipasi andai wabah virus corona (Covid-19) masih belum berakhir di Indonesia hingga akhir tahun. Kegiatan belajar dari rumah ini berlaku untuk setiap jenjang pendidikan, mulai dari perguruan tinggi, SMA, SMP, dan yang menjadi sedikit lebih perhatian adalah anak usia sekolah dasar (SD).

Anak usia sekolah adalah usia anak yang masih memerlukan waktu yang cukup untuk bermain, dimana bermain itu sangat bermanfaat untuk perkembangan anak, namun dengan adanya kebijakan belajar dari rumah ini tentu waktu bermain anak akan terganggu dan dengan pola pembelajaran yang baru tentu anak harus beradaptasi lagi. Penerapan kebijakan belajar di rumah membuat sebagian anak merasa cemas dan tertekan. Banyaknya tugas yang diberikan oleh guru membuat banyak anak merasa stres dalam menjalani pembelajaran dari rumah (Chaterine, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dipublikasikan di JAMA Pediatrics Journal dan dilakukan di Hubei China serta melibatkan 2.330 anak sekolah membuktikan bahwa anak-anak usia sekolah yang mengalami karantina proses belajar akibat Covid-19 menunjukkan beberapa tanda-tanda tekanan emosional. Bahkan, penelitian lanjutan dari observasi tersebut menunjukkan bahwa 22,6% dari anak-anak yang diobservasi mengalami stres dan 18,9% mengalami gejala depresi. Hasil survei yang dilakukan oleh pemerintah Jepang juga menunjukkan hasil yang serupa, yaitu 72% anak-anak Jepang merasakan stres akibat Covid-19 (Fitria & Ifdil, 2020).

Di Indonesia, implementasi kebijakan pembatasan kegiatan pembelajaran di sekolah ini tentunya berdampak signifikan pada kesehatan mental para siswa meskipun dengan derajat yang bervariasi. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima 51 pengaduan dari berbagai daerah yang mengeluhkan anak menjadi tertekan dan kelelahan karena beban tugas. Tenggat waktu yang diberikan sempit, padahal banyak tugas yang harus dikerjakan segera dari guru mata pelajaran yang lain (Palupi, 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan data yaitu dari hasil wawancara yang dilakukan kepada 25 siswa, didapatkan 21 siswa mengeluh bahwa mereka merasa tidak nyaman

dengan sistem pembelajaran dari rumah karena selama penerapan pembelajaran dari rumah ini tugas yang diberikan guru lebih banyak dibanding saat pembelajaran disekolah dan mereka memberikan keterangan bahwa dalam memahami materi yang diberikan oleh guru lebih mudah dimengerti saat pembelajaran di sekolah dibanding saat pembelajaran di rumah, siswa juga mengungkapkan kurangnya waktu bermain akibat banyaknya tugas dari sekolah.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini kuantitatif dengan menggunakan pendekatan komparatif dan menggunakan desain penelitian *cohort*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah “Pembelajaran di rumah dan pembelajaran di sekolah”, Variabel dependen dalam penelitian ini adalah “Tingkat stress pada anak usia sekolah”. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV - VI di SDN 1 Sukamulia, yang berjumlah 157 orang. Pengambilan sampel dengan menggunakan *stratified random sampling* yaitu sebanyak 114 sampel. Pengambilan

data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner.

Berdasarkan data dan hipotesis peneliti, untuk mengetahui perbedaan tingkat stres pada anak usia sekolah saat pembelajaran di sekolah dan di rumah akibat anjuran *social distancing* maka analisa data yang digunakan yaitu *independent sampel t-test* dengan tingkat kemaknaan yang digunakan adalah 5% ( $\alpha = 0,05$ ). Panduan interpretasi hasil uji hipotesis bila nilai  $p < 0,05$  ( $H_0$  ditolak,  $H_a$  diterima) maka terdapat pengaruh bermakna antar variabel.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Seperti yang telah peneliti kemukakan dalam judul, penulis melakukan penelitian di Sekolah Dasar Negeri 1 Sukamulia Kecamatan Sukamulia Kabupaten Lombok Timur yang merupakan salah satu sekolah favorit di kecamatan Sukamulia yang di resmikan pada tanggal 1 Agustus tahun 1954 yang dibangun pada tanah seluas 4000 m<sup>2</sup> dan memiliki sarana prasarana sekolah yang memadai.

### 2. Karakteristik demografi responden

- a. Data Karakteristik demografi responden saat pembelajaran di sekolah

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi kelompok responden saat pembelajaran di sekolah

Karakteristik Demografi	Jumlah	Persentase
1. Usia		
a. 10 tahun	14	24.6
b. 11 tahun	20	35.1
c. 12 tahun	20	35.1
d. 13 tahun	3	5.3
TOTAL	57	100.0
2. Jenis Kelamin		
a. Laki-laki	29	50.9
b. Perempuan	28	49.1
TOTAL	57	100

Sumber: data primer 2021

Berdasarkan tabel di atas didapatkan data bahwa responden di SDN 1 Sukamulia usia terbanyak adalah 12 tahun dan 11 tahun sebanyak 35,1% dan

usia paling sedikit adalah 13 tahun sebanyak 5,3%. Berdasarkan jenis kelamin responden adalah perempuan sebanyak 49,1% dan laki-laki sebanyak 50,9%.

b. Karakteristik demografi responden saat pembelajaran di rumah

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi kelompok responden saat pembelajaran di rumah

Karakteristik demografi	Jumlah	Persentase
<b>1. Usia</b>		
a. 10 tahun	16	28.1
b. 11 tahun	16	28.1
c. 12 tahun	19	33.3
d. 13 tahun	6	10.5
<b>TOTAL</b>	<b>57</b>	<b>100.0</b>
<b>2. Jenis Kelamin</b>		
a. Laki-laki	28	49.1
b. Perempuan	29	50.9
<b>TOTAL</b>	<b>57</b>	<b>100.0</b>

Sumber: data primer 2021

Berdasarkan tabel di atas didapatkan data bahwa responden di SDN 1 Sukamulia yang melakukan pembelajaran di rumah usia terbanyak adalah 12 tahun yaitu 33,3% dan usia paling sedikit adalah 13 tahun sebanyak 10,5%. Berdasarkan jenis kelamin responden adalah perempuan sebanyak 50,9% dan laki-laki sebanyak 49,1%.

### 3. Variable yang diukur

a. Uji Normalitas

Tabel 4.3 hasil uji normalitas variabel tingkat stres pada anak usia sekolah saat pembelajaran di sekolah dan di rumah

Kelompok	Sig.	<i>a</i>
Pembelajaran di Sekolah	0.065	0,05
Pembelajaran di Rumah	0.077	

Berdasarkan tabel 4.3 di atas nilai signifikansi Kelompok pembelajaran di sekolah 0,065 dan kelompok pembelajaran di rumah 0,077 lebih

besar dari alpha (0.05). Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa distribusi data dari masing-masing variabel berdistribusi normal.

## b. Uji Statistik

### 1) Tingkat stres pada anak usia sekolah saat pembelajaran di sekolah

Tabel 4.4 Distribusi frekuensi tingkat stres pada anak usia sekolah saat pembelajaran di sekolah

Tingkat stres	Jumlah	Persentase (%)
Stres ringan	9	16
Stres sedang	37	65
Stres berat	11	19
Total	57	100

*Sumber: data primer 2021*

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa tingkat stres pada anak saat pembelajaran di sekolah mengalami stres ringan dengan jumlah 9 anak

(16%), sedangkan stres sedang sebanyak 37 anak (65%) dan yang mengalami stres berat sebanyak 11 anak (19%).

### 2) Tingkat stres pada anak usia sekolah at pembelajaran di rumah

Tabel 4.5 Distribusi frekuensi tingkat stres pada anak usia sekolah saat pembelajaran di rumah

Tingkat stres	Jumlah	Persentase (%)
Stres ringan	2	3
Stres sedang	38	67
Stres berat	17	30
Total	57	100

*Sumber: data primer 2021*

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa tingkat stres pada anak saat pembelajaran di rumah mengalami stres ringan dengan jumlah 2 anak

(3%), sedangkan stres sedang sebanyak 38 anak (67%) dan yang mengalami stres berat sebanyak 17 anak (30%).

### 2) Perbedaan Tingkat Stres pada anak usia sekolah saat pembelajaran di sekolah dan di rumah

Tabel 4.6 Distribusi frekuensi Perbedaan Tingkat Stres pada anak usia sekolah saat pembelajaran di sekolah dan di rumah

Lokasi Pembelajaran	Tingkat stres						P Value	
	Ringan		Sedang		Berat			Total
	N	%	N	%	N	%		
Sekolah	9	16	37	65	11	19	57	0,033
Rumah	2	3	38	67	17	30	57	0

*Sumber: data primer 2021*

Hasil analisis perbedaan tingkat stres pada anak saat pembelajaran di sekolah dan di rumah pada tabel 4.6 diketahui bahwa anak yang melakukan pembelajaran di sekolah mengalami stres ringan sebanyak 9 anak dengan persentase 16%, kemudian anak yang mengalami stres sedang sebanyak 37 anak dengan persentase 65%, sedangkan anak yang mengalami stres berat adalah 11 anak dengan persentase 19%. Anak yang melakukan pembelajaran di rumah mengalami stres berat yaitu sebanyak 17 anak dengan persentase 30%, kemudian anak yang mengalami stres sedang ada 38 anak dengan persentase 67%, sedangkan anak yang mengalami stres ringan sebanyak 2 anak dengan persentase 3%.

## **PEMBAHASAN**

### **1. Tingkat stres pada anak usia sekolah saat pembelajaran di sekolah**

Menurut Tad dalam Sudiana (2017) menyebutkan faktor-faktor yang dapat menyebabkan stres dalam sekolah, yaitu faktor dari aspek lingkungan sekolah dan elemen sekolah. Aspek lingkungan sekolah meliputi kondisi sekolah dan

lokasi sekolah, seperti jarak yang jauh antara sekolah dengan rumah, letak sekolah yang terlalu ramai, kondisi ruangan kelas, dan fasilitas yang diberikan sekolah. Elemen sekolah meliputi perilaku

guru, cara mengajar, lamanya mengejar, kompetensi antar siswa di dalam kelas, kurikulum sekolah, ujian, dan kegiatan ekstrakurikuler. Dari beberapa faktor penyebab stres tersebut akan menimbulkan stres pada anak dengan tingkatan stres ringan, sedang dan berat dengan berbagai gejala mulai

dari gejala fisik seperti perubahan pola makan, jantung berdebar-debar, dan jari-jari terasa pegal. Kemudian gejala emosi seperti siswa merasa sedih, dan merasa ketakutan. Dan gejala perilaku dari anak yang menimbulkan stres seperti perubahan pola tidur, merasa bosan dan sulit berkonsentrasi (Jannah, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dapat diketahui bahwa dari sejumlah anak yang mengisi kuesioner tingkat stres saat pembelajaran di sekolah di SDN 1 Sukumulia menunjukkan bahwa tingkat stres pada anak saat pembelajaran di sekolah mengalami stres ringan dengan jumlah 9 anak (16%) yang dapat dilihat dari jawaban responden pada kuesioner yang menunjukkan stres ringan pada pernyataan tentang mudah lupa tentang penjelasan guru karena terlalu banyak yang dijelaskan dengan responden menjawab ya sebanyak 63%, merasa sedih bila guru selalu membandingkan prestasinya dengan prestasi teman kelas lainnya dengan responden menjawab ya sebanyak 49%. Kategori tingkat stres sedang sebanyak 37 anak (65%) yang dilihat dari jawaban responden pada kuesioner yang menunjukkan stres sedang pada pernyataan sulit berkonsentrasi karena capek duduk di kelas terlalu lama dengan responden menjawab ya sebanyak 70%, kemudian pada pernyataan tentang perubahan pola tidur di malam hari bila besoknya menghadapi ulangan dengan responden menjawab ya sebanyak 56%. Kategori tingkat stres berat sebanyak 11 anak (19%) yang dilihat dari jawaban responden pada kuesioner yang menunjukkan stres berat pada pernyataan aku merasakan jantungku berdebar-debar saat diminta kedepan untuk mengerjakan soal dengan responden menjawab ya sebanyak 68%, pada pernyataan telapak tanganku berkeringat saat menghadapi ulangan yang menunjukkan responden mengalami ketakutan dengan yang menjawab ya sebanyak 53% responden.

### **2. Tingkat stres pada anak usia sekolah saat pembelajaran di rumah**

Pembelajaran dari rumah dapat menimbulkan stres akademik yang di

sebabkan oleh beberapa stresor di antaranya seperti adaptasi dengan lingkungan pembelajaran yang baru, banyak tugas yang diterima oleh siswa akibat dari target kurikulum dan terdapat banyak keterbatasan dalam proses pembelajaran di rumah seperti tidak adanya papan tulis sehingga siswa harus mendengarkan penjelasan guru dengan baik, suasana pembelajaran dari rumah juga turut menjadi stresor penyebab stres bagi anak dengan suasana pembelajaran di rumah yang banyak sumber kebisingan menjadikan anak kurang berkonsentrasi dalam menerima materi pembelajaran. Sehingga menimbulkan rasa ketidakpuasan siswa selama proses pembelajaran di rumah, hal itu membuat siswa merasa berat dan sulit memahami materi pembelajaran. Banyak siswa yang merasa jika pembelajaran di sekolah bisa membuat anak lebih mudah memahami penjelasan guru. Beberapa stresor tersebut dapat membuat anak muncul rasa ketakutan akan kemajuan nilai akademiknya sehingga menimbulkan stres pada anak (Andiarna, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian ini yang dilakukan oleh peneliti dapat diketahui bahwa dari sejumlah anak yang mengisi kuesioner tingkat stres saat pembelajaran di rumah di SDN 1 Sukamulia menunjukkan bahwa tingkat stres pada anak saat pembelajaran di rumah mengalami stres ringan dengan jumlah 2 anak (3%) yang dapat dilihat dari jawaban responden pada kuesioner yang menunjukkan stres ringan pada pernyataan tentang mudah lupa jadwal masuk sekolah karena jadwal yang tidak menentu dengan responden menjawab ya sebanyak 53%, merasa sedih karena jarang bertemu dengan teman-temannya dengan responden menjawab ya sebanyak 75%. Kategori tingkat stres sedang sebanyak 38

anak (67%) yang dilihat dari jawaban responden pada kuesioner yang menunjukkan stres sedang pada pernyataan sulit berkonsentrasi karena

suasana belajar dari rumah hal tersebut dapat disebabkan karena lingkungan belajar yang tidak efektif dengan responden menjawab ya sebanyak 65%, kemudian pada pernyataan tentang merasa tidak nyaman dengan sistem pembelajaran dari rumah hal tersebut menjadikan anak mengalami kebosanan, dan mengalami perubahan jam tidur di malam hari karena mengerjakan pekerjaan rumah dengan responden menjawab ya sebanyak 65%. Kategori tingkat stres berat sebanyak 17 anak (30%) yang dilihat dari jawaban responden pada kuesioner yang menunjukkan stres berat pada pernyataan aku merasakan jantungku berdebar-debar saat akan menghadapi ulangan karena kurang memahami materi saat pembelajaran dari rumah dengan responden menjawab ya sebanyak 58%.

### **3. Perbedaan Tingkat Stres pada anak usia sekolah saat pembelajaran di sekolah dan di rumah**

Berdasarkan uji statistik yang dilakukan didapatkan hasil adanya perbedaan tingkat stres pada anak usia sekolah saat pembelajaran di sekolah dan di rumah akibat anjuran social distancing di SDN 1 Sukamulia. dimana jumlah anak yang termasuk dalam kategori stres ringan lebih banyak saat pembelajaran di sekolah dibanding saat pembelajaran di rumah sedangkan jumlah siswa yang termasuk dalam kategori stres sedang dan berat lebih banyak saat pembelajaran di rumah dibandingkan saat pembelajaran di sekolah. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian saat pembelajaran di sekolah anak yang mengalami stres ringan sebanyak 9 anak dengan persentase 16%, kemudian anak yang mengalami stres sedang sebanyak 37 anak dengan persentase 65%, sedangkan anak yang mengalami stres berat adalah 11 anak dengan persentase 19%. Anak yang melakukan pembelajaran di rumah mengalami stres berat yaitu sebanyak 17 anak dengan persentase 30%, kemudian anak yang mengalami stres sedang ada 38 anak dengan persentase 67%, sedangkan anak yang mengalami stres ringan sebanyak 2 anak dengan persentase 3%.

Perbedaan tingkat stres pada saat pembelajaran di sekolah dan di rumah tersebut dapat disebabkan karena adanya stresor yang

menimbulkan stres baik saat

pembelajaran di sekolah maupun di rumah. Saat pembelajaran di rumah terjadi adaptasi terhadap perubahan sistem pembelajaran yang baru yang tidak seperti biasanya saat pembelajaran di sekolah, meskipun telah di terbitkan kurikulum darurat dalam masa pandemi namun tetap saja perubahan sistem pembelajaran menimbulkan ketidaknyamanan bagi anak hal ini dapat dilihat pada kuesioner dengan pernyataan aku merasa tidak nyaman dengan metode pembelajaran dari rumah dengan 65% responden menjawab ya.

Menurut Gerungan (2010) dalam Asmarani (2017), adaptasi adalah penyesuaian diri sekaligus sebagai bentuk mengubah diri sesuai dengan kondisi lingkungan. Manusia senantiasa menyesuaikan diri dengan lingkungan fisik, psikis, dan rohaniah. Ada berbagai macam bentuk adaptasi, salah satu hal yang menjadi contoh adaptasi pada masa pandemi ini adalah adaptasi terhadap perubahan lingkungan pembelajaran dan perubahan sistem pembelajaran.

Perubahan sistem pembelajaran, perubahan kondisi lingkungan yang baru menyebabkan timbulkan stres akademik. Pembelajaran di rumah akibat pandemi covid-19 merupakan sistem pembelajaran yang baru yang dirasakan oleh anak. Perubahan yang terlalu singkat ini menyebabkan kebingungan pada anak dan ditambahkan dengan kendala-kendala yang ditemui anak saat proses pembelajaran dari rumah ini menyebabkan anak menjadi stres (Andriana, 2020).

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan didapatkan simpulan sebagai berikut:

1. Saat pembelajaran di sekolah yang mengalami stres ringan dengan jumlah 9 anak (16%), sedangkan stres sedang sebanyak 37 anak (65%) dan yang mengalami stres berat sebanyak 11 anak (19%).
2. Saat pembelajaran di rumah

menunjukkan bahwa yang mengalami stres ringan dengan jumlah 2 anak (3%), sedangkan stres sedang sebanyak 38 anak (67%) dan yang mengalami stres berat sebanyak 17 anak (30%).

3. Berdasarkan hasil uji statistik dengan mengguakan uji *independen t-test* menghasilkan nilai *v palue* 0,033 yang menyatakan bahwa adanya perbedaan

## DAFTAR PUSTAKA

- Aji, R. H. S. (2020). Dampak COVID-19 pada pendidikan di Indonesia: Sekolah, keterampilan, dan proses pembelajaran. Salam.
- Andiarna, F., & Kusumawati, E. (2020). Pengaruh pembelajaran daring terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi covid-19. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 139-149.
- Anggraini, Dian Vivi (2018). "Faktor Penyebab Stres Akademik Pada Siswa (Studi Deskriptif Pada Siswa Kelas 4 Dan 5 SD Bentara Wacana Muntilan)". Skripsi. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Budiyati, G. A., & Oktavianto, E. (2020). Stres Dan Resiliensi Remaja Di Masa Pandemi Covid-19. *Husada Mahakam: Jurnal Kesehatan*, 10(2), 102-109.
- Bujuri, Dian Andesta. (2018). "Analisis perkembangan kognitif anak usia dasar dan implikasinya dalam kegiatan belajar mengajar." *LITERASI (Jurnal Ilmu Pendidikan)*.
- Desmita. (2014). *Psikologi Perkembangan Persrta Didik cetakan ke-5*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Fitria, L., & Ifdil, I. (2020). Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 6(1), 1-4.
- Herdiana, D. (2020). Konstruksi Konsep Social Distancing Dan Lockdown Dalam Perspektif Kebijakan Publik. *Inovasi Pembangunan: Jurnal Kelitbangan*, 8(02), 107-107.
- Jannah, Miftahul. (2015). "Tugas-tugas perkembangan pada usia kanak-kanak." *Gender Equality: International Journal of Child and Gender Studies*.
- Jannah, Nur Ifdatul. (2016). "Gambaran Tingkat Stres Pada Anak Usia Sekolah Dengan



- Hospitalisasi di RSUD Labuang Baji". Skripsi. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, keperawatan, Universitas Islam Negeri Alauddin, Makassar.
- Latifah, Umi. (2017). "Aspek perkembangan pada anak Sekolah Dasar: Masalah dan perkembangannya." *Academica: Journal of Multidisciplinary Studies*.
- Livana, P. H., Mubin, M. F., & Basthomi, Y. (2020). " Learning Task" Attributable to Students' Stress During the Pandemic Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203-208.
- Maryanti, S., Netrawati, I. G. A. O., & Nuada, I. W. (2020). Pandemi Covid-19 dan Implikasinya Pada Perekonomian NTB. *MEDIA BINA ILMIAH*, 14(11), 3497- 3508.
- Mastura, M., & Santaria, R. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Proses Pengajaran Bagi Guru Dan Siswa. *Jurnal Studi Guru Dan Pembelajaran*, 3(2), 289-295.
- Noorratri, E. D., Faizah, I., & Purwaningsih, W. (2020). Penurunan Tingkat Stres Pada Siswa Penerapan Full Day School Dengan Terapi Ice Breaking Berupa Gerak Dan Lagu. *Proceeding of The URECOL*, 93-99.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Nursalam. 2016. *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Prakritis*. Edisi 4. Salemba Medika. Jakarta.
- Palupi, T. N. (2020). Tingkat Stres pada Siswa-Siswi Sekolah Dasar dalam Menjalankan Proses Belajar di Rumah Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan SDM*, 9(2), 18-29.
- Rahman, S. (2016). Faktor-faktor yang mendasari stres pada lansia. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 16(1).
- Rahmawati, Etika. (2015). "Peningkatan Aktivitas dan Hasil Belajar Energi Melalui Model Team Assisted Individualization (Tai) di SD Negeri Kertaharja 01 Kabupaten Tegal". Skripsi. Ilmu Pendidikan, Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Negeri Semarang, Tegal.
- Riyanto, Agus. (2019). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Riyanto, Agus. (2020). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Sarayati, Safirah. (2016). " Analisis Faktor Perilaku Seksual Pada Anak Sd Di Sdn Dukuh Kupang Ii – 489 Kecamatan Dukuh Pakis Kelurahan Dukuh Kupang Surabaya". Skripsi. Fakultas Keperawatan, Pendidikan Ners , Universitas Airlangga, Surabaya.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif*. Bandung.:R&D. Alfabeta.
- Tabi'in, A. (2020). Problematika Stay At Home Pada Anak Usia Dini Di Tengah Pandemi Covid 19. *Jurnal Golden Age*, 4(1), 190-200.
- Warmansyah, J. (2020). Program Intervensi Kembali Bersekolah Anak Usia Dini Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 743-754.