

PENGARUH *HARDINESS* TERHADAP STRES PADA IBU DALAM MEMBANTU ANAK-ANAK SD DI KECAMATAN TAMANSARI

Suhana

Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung¹

DOI: 10.29313/tjpi.v10i2.8984

Abstrak

Masa Pandemi Covid 19, diberlakukan pembelajaran jarak jauh (PJJ), hal ini membuat orang tua menghadapi situasi yang berbeda dari biasanya, ibu merasa kesulitan, kesal, pusing, cepat marah, pertanda gejala stres.. Namun ada juga ibu-ibu yang menjalaninya dengan semangat mengatasinya, karena merasa prestasi anaknya adalah tanggung jawabnya, tertantang untuk meningkatkan kemampuannya dalam mendampingi anak. Hal ini menunjukkan ciri-ciri dari kepribadian *hardiness*. *Hardiness* adalah kepribadian individu untuk mengubah kondisi yang penuh tekanan menjadi peluang untuk tumbuh dan berkembang. Tujuan dari penelitian untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *hardiness* terhadap stres pada ibu-ibu. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan analisis regresi linier sederhana. Subjek penelitian sebanyak 240 orang menggunakan alat ukur *hardiness* berdasarkan teori dari Kobasa dan Maddi dan alat ukur stres *Perceived Stress Scale-10* (PSS-10). Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh *hardiness* terhadap stres pada ibu-ibu yang membantu anaknya dalam kegiatan pembelajaran jarak jauh.

Kata kunci: *Hardiness*, Stres, Ibu, membantu belajar.

PENDAHULUAN

Pandemi covid-19 yang sudah berjalan sejak bulan Maret 2020 memberi dampak terhadap berbagai sektor dalam kehidupan, salah satunya adalah sektor pendidikan di Indonesia. Pemerintah memutuskan untuk memindahkan kegiatan belajar sekolah ke rumah masing-masing. Perubahan metode pembelajaran ini telah memaksa berbagai pihak untuk mengikuti jalur pembelajaran dengan menggunakan teknologi sebagai media pembelajaran *online*. Pendidikan ini bukan hanya tanggung jawab pemerintah, sehingga partisipasi orang tua sangat dibutuhkan untuk menjadi pendamping anak belajar selama di rumah. Elly Susilowati dan Mira Azzasyofia (Susilowati & Azzasyofia, 2020) menjelaskan dalam hasil surveynya yang menunjukkan bahwa hambatan dalam pendampingan belajar di masa pandemi ini lebih banyak dirasakan oleh orangtua yang memiliki anak-anak yang bersekolah di sekolah dasar. Hal ini disebabkan karena anak-anak SD membutuhkan bimbingan orang tua dalam menghadapi pembelajaran di rumah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Samantha M. Brown *etc* (Brown, Doom, Lechuga-Peña, Watamura, & Koppels, 2020) yang berjudul “*Stress and parenting during the global COVID19 pandemic*” menjelaskan bahwa tingkat stres pada orang tua meningkat selama pandemi Covid19. Dalam belajar mengajar jarak jauh, mengakibatkan tingkat ketergantungan anak pada orang tua cukup tinggi, sementara para orang tua yang bekerja di luar rumah, di dalam rumah, dan yang tidak bekerja pun terbiasa mempercayakan pendidikan kepada sekolah. Dalam kondisi pandemi ini, orang tua dituntut harus membantu membaca dan mengirim tugas kepada guru atau melalui *WhatsApp*. Stres membuat individu menjadi tidak nyaman. Oleh karena itu penting untuk diturunkan. Mengelola stres seseorang benar-benar tindakan penyeimbangan. Peran penting kepribadian *hardiness* untuk mengatasi stres yang dipicu oleh masalah yang muncul dalam situasi kehidupan. Mengacu pada penelitian sebelumnya Lambert *etc* (Vickie A. Lambert, Clinton E. Lambert, dan Hiroaki Yamase, 2003) *Psychological hardiness, workplace stress and related stress reduction strategies*, dan penelitian Klag dan Graham Bradley, 2004, yang berjudul *The role of hardiness in stress and illness : an exploration of the effect of negative affectivity and gender*. Beranjak dari dua hasil penelitian utama sebagai rujukan penelitian, peranan *hardiness* pada penurunan stres mendasari penelitian mengenai pengaruh *hardiness* terhadap stres yang dirasakan ibu-ibu yang memiliki anak sekolah dasar yang membutuhkan pendampingan dalam proses pembelajaran daring pada era pandemi.

Hal tersebut mengakibatkan tingkat ketergantungan anak pada orang tua cukup tinggi, sementara para orang tua yang bekerja di luar rumah, di dalam rumah, dan yang tidak bekerja pun terbiasa mempercayakan pendidikan kepada sekolah. Dalam kondisi pandemi ini, orang tua dituntut harus membantu membaca dan mengirim tugas kepada guru atau melalui *WhatsApp*, dimana keterlibatan ibu lebih banyak dibandingkan ayah dalam pendampingan belajar anak ini. Untuk mengisi kesenjangan antara tuntutan kemajuan teknologi dengan peranan orang tua untuk tetap memberikan pendampingan sebelum penguasaan perangkat yang diperlukan, kemandirian kondisi psikologis sebagai dasar utama untuk kesiapan individu untuk menangani semua tuntutan, tekanan dan tantangan yang muncul dalam perkembangan kehidupannya.

Dari hasil wawancara disebutkan bahwa bagi ibu-ibu yang bekerja di kantor atau yang berwirausaha, ia harus mengerjakan tugas kantor, menjalankan usahanya, mengurus rumah, dan menjadi guru anaknya, sementara pada ibu yang tidak bekerja di kantor atau berwirausaha, mereka merasa di masa pandemi ini beban kerjanya bertambah banyak selain pekerjaan rumah tangga, melayani suami, dan anak-anaknya sambil membantu mengajarkan atau mengerjakan tugas sekolah anak. Selain itu banyak hal yang harus dihadapi ibu dari sikap dan perilaku anak mereka, seperti anak yang sulit memahami materi, sulit konsentrasi, merasa bosan, dan tidak bisa diam.

Menurut Cohen, Kesler, dan Gordon (1997), stres timbul bila mendapat tugas yang dirasa berat dan tekanan lingkungan yang melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya, sehingga terjadi perubahan fisiologis/biologis dan psikologis pada individu. Hal ini sejalan dengan apa yang dijelaskan oleh Lazarus dan Folkman (1984) bahwa peristiwa kehidupan yang berpotensi menimbulkan stres dianggap meningkatkan risiko penyakit ketika seseorang merasa bahwa tuntutan peristiwa ini melebihi kapasitas seseorang (Cohen & Deverts, 2012). Stres akan semakin bertambah saat ibu merasa tidak bisa mengajarkan anak dengan baik, anak sulit mengerti, dan ketika anak tidak mau patuh pada ibu. Hal ini menjadikan beberapa ibu merasa kesal, mudah lelah, sulit berkonsentrasi, tidur yang kurang berkualitas, sakit kepala, dan tidak nafsu makan.

Dengan adanya proses belajar yang berubah selama pandemi ini, membuat orang tua, khususnya ibu, memberikan bentuk komitmen dalam mendampingi belajar anak, mengatur kontrol diri atas tekanan yang dihadapi, mendapatkan kesempatan dan tantangan dari proses pendampingan tersebut. Sikap dan perilaku tersebut berbeda-beda pada setiap ibu, ada yang tinggi dan rendah, sehingga hal tersebut menandakan bahwa kepribadian *hardiness* pada setiap ibu ini berbeda-beda. *Hardiness* adalah kumpulan karakteristik kepribadian atau *trait* individu yang berfungsi sebagai sumber daya tahan dalam menghadapi dan mengelola peristiwa kehidupan yang penuh stres.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi pengaruh *hardiness* terhadap stres pada ibu dalam mendampingi belajar anak-anak SD Kecamatan Tamansari belajar di rumah.

METODOLOGI

Metode penelitian kausalitas merupakan penelitian yang dilakukan dengan maksud mencari hubungan yang bersifat sebab akibat, dimana salah satu atau lebih variabel (variabel bebas) mempengaruhi variabel lain (variabel terikat).

Populasi dalam penelitian ini ibu dari siswa kelas 1 sampai kelas 3 SD di Kecamatan Tamansari Kota Bandung. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah gabungan antara insidental sampling dan *purposive*. Adapun sampel yang diperoleh pada penelitian ini berjumlah 240 orang.

Alat Ukur *Hardines*

Skala *hardiness* ini akan disusun sendiri oleh peneliti dengan menggunakan konsep *hardiness* menurut Kobasa (dalam Taylor, 1995:262) yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan. Dari aspek yang ada dalam variabel tersebut kemudian dikembangkan menjadi indikator-indikator perilaku yang mencerminkan *hardiness* ibu yang mendampingi anaknya belajar dirumah.

I. TABEL 3.2. KISI-KISI ALAT UKUR *HARDINESS*

Aspek	item		jumlah item
	favorable	unfavorable	
Commitment	20, 21, 25	22, 26	5
	23, 30, 39	4, 29	5
Control	1, 3, 6	2, 7	5
	5, 8,	9, 11, 13, 15	6
	10, 14, 17	12, 16, 18	6
Challenge	31, 34	32, 33	4
	19, 35, 36, 37	24, 27, 40	7
	38	28	2
Total item			40

Alat Ukur Stres

Skala stres yang diadaptasi dari skala PSS digunakan untuk mengukur sejauh mana suatu situasi dinilai seseorang sebagai stres. Skala yang dikembangkan oleh Cohen et al (1983) ini terdiri dari 10 item, disusun berdasarkan pengalaman dan persepsi individu terhadap kehidupan mereka yang tidak terprediksi (*unpredictability*), tidak terkontrol (*uncontrollability*), dan tertekan (*overloaded*) (Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 2013).

II. TABEL 3.4. KISI-KISI ALAT UKUR STRES

No	Dimensi Stres	Item		Jumlah Item
		Item favorable	Item Unfavorable	
1	<i>Feeling of unpredictability</i>	1, 6	4, 5	4
2	<i>Feeling of uncontrollability</i>	2, 10	7	3
3	<i>Feeling of overloaded</i>	3, 8, 9		3
Jumlah				10

Uji Validitas

Validitas kongsruksi dilakukan dengan analisa faktor. Analisa faktor dilakukan dengan cara mengkorelasikan antar skor item instrumen dalam suatu faktor, dan mengkorelasikan skor faktor dengan skor total. Bila skor semua item yang disusun berkorelasi positif dengan skor total, maka dapat dikatakan bahwa instrumen tersebut memiliki validitas atau sejalan dengan konsep teori yang digunakan. Berdasarkan hasil korelasi antara skor item dengan skor total maka dapat diketahui item yang valid dan tidak valid berdasarkan kriteria:

- a. Bila $r_s > 0,3$ maka item tersebut dikatakan valid
- b. Bila $r_s < 0,3$ maka item tersebut dikatakan tidak valid

Pengukuran validitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan program SPSS (*StatProduct and Service Solutions*).

Uji Reliabilitas

Dalam penelitian ini dilakukan menggunakan program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*). Hasil uji reliabilitas dengan menggunakan *cronbach alpha* pada 35 item valid dalam alat ukur *hardiness* menunjukkan hasil sebesar 0.952 yang berarti memiliki reliabilitas tinggi sekali. Sedangkan uji reliabilitas pada 10 item alat ukur stres (*PSS-10*) menunjukkan hasil sebesar 0.813 yang berarti memiliki reliabilitas tinggi sekali.

Teknik Analisis Data

Perbandingan dilakukan pada skor pada setiap item terhadap skor maksimum. Kemudian nilai tersebut diukur berdasarkan kategori yang tersedia. Selanjutnya, untuk mengetahui pengaruh pengaruh *hardiness* terhadap stres, dilakukan teknik analisis regresi linier sederhana, dimana *hardiness* berperan sebagai variabel bebas (X), sedangkan stres berperan sebagai variabel terikat (Y). Berikut adalah bentuk umum model regresi linear sederhana:

$$\hat{Y} = \beta_0 + \beta_1 X$$

dimana:

- Y = Variabel Terikat
- X = Variabel Bebas
- β_0 = Konstanta
- β_1 = Koefisien Regresi

Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis deskriptif berdasarkan data yang diperoleh dari responden yang diteliti. Analisis deskriptif dilakukan dengan cara klasifikasi pengkategorian dengan cara mengelompokkan responden ke dalam kategori yang ditentukan berdasarkan panjang kelas interval. Penentuan panjang kelas interval didapatkan dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$\text{Panjang kelas interval} = \frac{\text{Skor maksimum} - \text{skor minimum}}{\text{Jumlah kategori}}$$

Keterangan :

- Skor maksimum = jumlah item x skor item tertinggi
- Skor minimum = jumlah item x skor item terendah
- Jumlah item pada variabel *hardiness* adalah 40 yang terdiri dari: 10 item pada aspek *commitment*, 17 item pada aspek *control*, dan 13 item pada aspek *challenge*. Seseorang dikatakan memiliki *hardiness* tinggi apabila ketiga aspek masuk ke dalam kategori tinggi pula.
- Jumlah kategori pada variabel *hardiness* adalah dua, sehingga terdapat dua kelompok yang terbagi menjadi responden dengan *hardiness* tinggi dan rendah.
- Jumlah item pada variabel stres akademik adalah 10 item. Jumlah kategori pada variabel ini adalah tiga, sehingga terdapat tiga kelompok yang terbagi menjadi responden dengan stres tinggi, sedang, dan rendah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran *Hardiness* pada Ibu yang Mendampingi Anak-anak SD Kecamatan Tamansari Belajar di Rumah

Tabel 1. Persentase Pengkategorian *Hardiness* pada Ibu yang Mendampingi Anak-Anak SD Kecamatan Tamansari Belajar di Rumah

Aspek	Persentase (dari skor ideal)	Kategori
<i>Commitment</i>	76,15%	Tinggi
<i>Control</i>	73,63%	Tinggi
<i>Challenge</i>	71,92%	Tinggi

Berdasarkan tabel 1, didapatkan hasil persentase aspek *commitment* sebesar 76,15% dari skor ideal di mana hasil persentase tersebut didapatkan dari skor 7.310 untuk tanggapan responden terhadap aspek *commitment* pada variabel *hardiness*. Secara ideal, skor yang diharapkan dari jawaban responden untuk aspek *commitment* adalah 9.600. Oleh karena itu, penilaian responden terhadap aspek *commitment* pada variabel *hardiness* berada pada kategori tinggi.

Menurut Kobasa, Maddi dan Khan (1982), komitmen dinyatakan sebagai kecenderungan untuk melibatkan diri dalam apa pun yang dilakukan. Sesuai dengan penilaian kognitif, orang berkomitmen memiliki tujuan yang memungkinkannya mengidentifikasi dan menemukan makna peristiwa, hal, dan orang-orang dari lingkungan. Hasil ini menunjukkan bahwa dalam situasi pandemik covid 19, Ibu -ibu yang mendampingi anak dalam belajar dirumah (PJJ) Pembelajaran dalam jaringan, mereka cukup memiliki kemampuan untuk aktif menangkap apa yang diperlukan untuk membantu anaknya belajar secara optimal di rumah.

Berdasarkan tabel 1 juga didapatkan hasil persentase aspek *control* sebesar 73,63% dari skor ideal di mana hasil persentase tersebut didapatkan dari skor 12.016 untuk tanggapan responden terhadap aspek *control* pada variabel *hardiness*. Secara ideal, skor yang diharapkan dari jawaban responden untuk aspek *control* adalah 16.320. Oleh karena itu, penilaian responden terhadap aspek *control* pada variabel *hardiness* berada pada kategori tinggi.

Kontrol dinyatakan sebagai kecenderungan untuk merasa dan bertindak seolah memiliki pengaruh dalam menghadapi kemungkinan perubahan dalam hidup (Kobasa, Maddi, dan Khan, 1982). Kontrol juga merupakan bentuk kemampuan mengendalikan tindakan-tindakan yang diambil dalam peristiwa kehidupan. Dalam hal mendampingi anak-anak belajar di rumah dari gambaran hasil aspek kontrol yang dimiliki para ibu menunjukkan bahwa mereka memiliki kesiapan untuk menjalankan perannya sebagai ibu yang harus mendampingi anak-anaknya dalam proses pembelajaran jarak jauh, hal ini dampak atas perubahan kehidupan yang terjadi pada masa covid 19.

Kemudian berdasarkan tabel 1, didapatkan hasil persentase aspek *challenge* sebesar 71,92% dari skor ideal di mana hasil persentase tersebut didapatkan dari skor 8.976 untuk tanggapan responden terhadap aspek *challenge* pada variabel *hardiness*. Secara ideal, skor yang diharapkan dari jawaban responden untuk aspek *challenge* adalah 12.480. Oleh karena itu, penilaian responden terhadap aspek *challenge* pada variabel *hardiness* berada pada kategori tinggi.

Individu yang memiliki sikap terhadap tantangannya tinggi akan menerima kehidupan yang penuh stres dan perubahan stres sebagai kesempatan untuk tumbuh dalam kebijaksanaan dan memiliki kemampuan untuk belajar mengubahnya sebagai hal yang menguntungkan bagi dirinya (Maddi, 2013). Berdasarkan hasil ibu-ibu memiliki tantangan yang tinggi, menunjukkan bahwa mereka siap menyesuaikan diri dengan situasi yang terjadi saat ini.

Gambaran Stres pada Ibu yang Mendampingi Anak-anak SD Kecamatan Tamansari Belajar di Rumah

Tabel 2. Persentase Pengkategorian Stres pada Ibu yang Mendampingi Anak-Anak SD Kecamatan Tamansari Belajar di Rumah

Aspek	Persentase (dari skor ideal)	Kategori
<i>Feeling of Unpredictability</i>	56,46%	Sedang
<i>Feeling of Uncontrollability</i>	51,86%	Sedang
<i>Feeling of Overloaded</i>	46,64%	Rendah

Berdasarkan tabel 2, didapatkan hasil persentase aspek feeling of unpredictability sebesar 56,46% dari skor ideal di mana hasil persentase tersebut didapatkan dari skor 2.710 untuk tanggapan responden terhadap aspek feeling of unpredictability pada variabel stres. Secara ideal, skor yang diharapkan dari jawaban responden untuk aspek feeling of unpredictability adalah 4.800. Oleh karena itu, penilaian responden terhadap aspek feeling of unpredictability pada variabel stres berada pada kategori sedang.

Stres dalam bentuk ketidakberdayaan dan keputusasaan muncul ketika seseorang tidak mampu memprediksi suatu peristiwa yang terjadi dalam hidupnya, seperti bencana alam, meninggalnya orang yang di cintai. Berdasarkan hasil *feeling of unpredictability* pada variabel stres berada pada kategori sedang, hal ini berarti dalam menghadapi tugas pendampingan belajar anak dalam belajar jarak jauh kurang terencana, dan membuat mereka akan masih lemah dalam memprediksi sesuatu yang terjadi, variabel ini yang akan membuat mereka masih merasakan stres ketika melakukan pendampingan belajar anaknya.

Kemudian dari tabel 2 juga didapatkan hasil persentase aspek *feeling of uncontrollability* sebesar 51,86% dari skor ideal di mana hasil persentase tersebut didapatkan dari skor 1.867 untuk tanggapan responden terhadap aspek *feeling of uncontrollability* pada variabel stres. Secara ideal, skor yang diharapkan dari jawaban responden untuk aspek *feeling of uncontrollability* adalah 3.600. Oleh karena itu, penilaian responden terhadap aspek *feeling of uncontrollability* pada variabel stres berada pada kategori sedang.

Perasaan yang dialami ketika seseorang tidak mampu mengontrol berbagai peristiwa yang terjadi sehingga akan memberikan efek terhadap munculnya kondisi stres. Perasaan-perasaan yang tidak dapat ia kendalakan atas sesuatu yang menimpa pada saat pendampingan anak belajar di rumah, masih rentan ibu-ibu mengalami stress, karena anak adalah sumber emosional sehingga bila gejala akan perasaan kesal, kecewa bila anaknya sulit untuk menyesuaikan diri ketika menjalani pembelajaran jarak jauh dalam situasi covid 19.

Terakhir, dari tabel 2, didapatkan hasil persentase aspek *feeling of overloaded* sebesar 46,64% dari skor ideal di mana hasil persentase tersebut didapatkan dari skor 1.679 untuk tanggapan responden terhadap aspek *feeling of overloaded* pada variabel stres. Secara ideal, skor yang diharapkan dari jawaban responden untuk aspek *feeling of overloaded* adalah 3.600. Oleh karena itu, penilaian responden terhadap aspek *feeling of overloaded* pada variabel stres berada pada kategori rendah.

Pengaruh *Hardiness* terhadap Stres pada Ibu yang Mendampingi Anak-anak SD Kecamatan Tamansari Belajar di Rumah

Tabel 3. Koefisien Determinasi

Model Regresi	R-square
<i>Hardiness</i> terhadap Stres	0,612

Berdasarkan tabel 3, dapat disimpulkan bahwa kontribusi besaran pengaruh *hardiness* terhadap stres sebesar 61,2%. Adapun besaran lainnya, yaitu 38,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor yang tidak dilibatkan pada model.

Sumbangsih variabel *hardiness* terhadap stres cukup besar, artinya mereka para ibu-ibu yang memiliki kepribadian *hardiness* akan dapat mampu meredakan stress yang dialaminya saat mengemban tugas sebagai pendamping anak dalam pembelajaran jarak jauh, namun demikian stres akan lebih dipicu oleh faktor-faktor eksternal yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

SIMPULAN

1. Tingkat *hardiness* pada ibu dalam mendampingi anak-anak SD kecamatan tamansari belajar di rumah berada pada kategori tinggi. Berdasarkan aspek *hardiness*, dapat dikatakan bahwa ibu memiliki tingkat *commitment*, *control*, dan *challenge* yang berada pada kategori tinggi.
2. Tingkat stres pada ibu dalam mendampingi anak-anak SD kecamatan tamansari belajar di rumah berada pada kategori sedang. Berdasarkan aspek stres, dapat dikatakan bahwa ibu memiliki tingkat *feeling of unpredictability* dan *feeling of uncontrollability* yang berada pada kategori sedang. Adapun tingkat *feeling of overloaded* pada ibu berada pada kategori rendah.
3. *Hardiness* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stress, dengan kontribusi pengaruh sebesar 61,2%. Adapun hubungan kausal yang dibentuk pada model memiliki pengaruh negatif, berarti hal ini sesuai dengan hipotesis yang dibuat oleh peneliti dimana semakin tinggi *hardiness* ibu maka semakin rendah stresnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada para ibu di Kecamatan Taman Sari yang telah bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- 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>
- Cohen, S., & Deverts, D. J. (2012). Who 's Stressed? Distributions of Psychological Stress in the United States in Probability Samples from. *Journal of Applied Social Psychology*, 1320–1334. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2012.00900>.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (2013). *Stress A Global Measure of Perceived*. 24(4), 385–396.
- Cohen, S., Kessler, Ronald C., & Gordon, L. U. (1997). *MEASURING STRESS*. New York: OXFORD UNIVERSITY PRESS.
- Farisa, F.C. (2020, 13 April). KPAI Terima 213 Pengaduan Pembelajaran Jarak Jauh, Mayoritas Keluhkan Beratnya Tugas dari Guru. <https://nasional.kompas.com/read/2020/04/13/15584711/kpai-terima-213-pengaduan-pembelajaran-jarak-jauh-mayoritas-keluhkan?page=all>.
- Kawuryan, S. P. (2012). Karakteristik siswa SD Kelas Rendah dan Pembelajarannya. *PPSD FIP UNY*, (c), 1–6.
- Kemendikbud RI. (2020, November 1). Peluncuran Program: "Belajar dari Rumah" [Video File]. Diakses dari <https://youtu.be/21axUkEQhOQ?t=1>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.(2020,April 13). *Bersama hadapi korona*. <https://drive.google.com/file/d/1N2U6CDqoCYUHcMP-BFbE0-4Z1LZSjH1E/view>
- Klag, S., & Bradley, G. (2004). The role of hardiness in stress and illness: An exploration of the effect of negative affectivity and gender. *British journal of health psychology*, 9(2), 137-161.
- Lambert, V. A., Lambert, C. E., & Yamase, H. (2003). Psychological hardiness, workplace stress and related stress reduction strategies. *Nursing & Health Sciences*, 5(2), 181-184.
- Maddi, S. R. (2013). *Springer briefs in psychology. Hardiness: Turning stressful circumstances into resilient growth*. New York, NY, US: Springer Science.
- Noor, Hasanudin. (2009). *Psikometri : Aplikasi dalam Penyusunan Instrumen Pengukuran perilaku*. Bandung : Universitas Islam Bandung.
- Novalita, R. (2019). Perbandingan Pendidikan Negara Belgia Dengan Negara Indonesia. *Jurnal Spasial*, 4(3), 75–84. <https://doi.org/10.22202/js.v4i3.2395>
- Parentstory. (2020,September 16). *Peran ayah dalam pengasuhan anak dimasa new normal*. <https://www.parentstory.com/blog/peran-ayah-pengasuhan-anak-di-masa-new-normal>
- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Santoso, P. B., Wijayanti, L. M., Choi, C. H., & Putri, R. S. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 1–12. Retrieved from <https://ummaspul.e-journal.id/Edupsycouns/article/view/397>
- Pusat, P. (2020). Peraturan Pemerintah (PP) tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19). *Peraturan Pemerintah (PP)*. <https://doi.org/10.1201/9781420065121>
- Prastiwi, D. (2020, 17 September). Deretan Fakta Terkait Belajar Online Sebabkan Anak SD Meninggal Dunia. <https://www.liputan6.com/news/read/4358782/deretan-fakta-terkait-belajar-online-sebabkan-anak-sd-meninggal-dunia>.
- Rajab, M. (2020). Pendidikan di Tengah Pusaran Wabah Corona. Retrieved June 22, 2020, from Detiknews website: <https://news.detik.com/kolom/d-4945590/pendidikan-di-tengah-pusaran-wabah-corona>
- Sadaghiani, N. S. K. (2011). The role of hardiness in decreasing the stressors and biological, cognitive and mental reactions. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 2427–2430. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.474>
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*, 6(2), 214–224. <https://doi.org/10.17509/t.v6i2.20887>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : PT. Alfabet
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung : CV. Alfabeta.

- Supardi. (2015). Arah Pendidikan di Indonesia dalam Tataran Kebijakan dan Implementasi. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 2(2), 111–121. <https://doi.org/10.30998/formatif.v2i2.92>
- Susilowati, E., & Azzasyofia, M. (2020). *The Parents Stress Level in Facing Children Study From Home in the Early of Covid-19 Pandemic in Indonesia*. 2(3), 1–12. <https://doi.org/10.200609/ijsoc.v2i3.117>
- Tim KPAI (2020, April 28). Ada 246 Aduan di KPAI soal Belajar Daring, Siswa Keluhkan Tugas Menumpuk-Kuota. <https://www.kpai.go.id/berita/ada-246-aduan-di-kpai-soal-belajar-daring-siswa-keluhkan-tugas-menumpuk-kuota>.
- WHO. (2020). Pertanyaan jawaban terkait COVID-19 untuk publik. Retrieved June 21, 2020, from <https://www.who.int/indonesia/news/novel-coronavirus/qa-for-public>