

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi Umum Penelitian

Riset ini dilaksanakan di Desa Ponowaren Kecamatan Tawang Sari Kabupaten Sukoharjo Provinsi Jawa Tengah Kodepos 57561 dengan Kode Kemendagri 33.11.03.2010. Desa Ponowaren dipimpin oleh seorang Kepala Desa, yang dibantu oleh seorang Sekertaris Desa dan beberapa Perangkat Desa. Desa Ponowaren menurut administrasi kewilayahan, terbagi menjadi 4 (empat) dusun atau kebayanan yang masing masing dipimpin oleh seorang kepala dusun atau kadus (bayan). Dari 4 (empat) dusun yaitu dusun Ponowaren, Jetis, Jonggolan dan Genengan dari keempat dusun tersebut terdise atas 15 dukuh. Batas wilayah Desa Ponowaren sebelah utara desa berbatasan dengan desa Karangjoho yang termasuk Kabupaten Klaten dan desa Majasto, sebelah timur desa berbatasan dengan desa Kateguhan dan desa Pojok, sebelah selatan desa berbatasan dengan desa Grajegan dan desa Kedunjambal, kemudian sebelah barat desa berbatasan Karangjoho (Klaten). Terdapat 3 sekolah dasar negeri dan 4 taman kanak-kanak di Desa Ponowaren. Jumlah penduduk Desa Ponowaren kurang lebih sebanyak 5789 jiwa dengan jumlah penduduk perempuan sebanyak 2856 jiwa (49,33%) dan jumlah penduduk laki-laki sebanyak 2933 jiwa (50,67%).

Kondisi desa berada di wilayah yang jauh dari kota, dengan hasil bumi utama warga desa ialah padi yang dalam kurun waktu dua tahun dapat panen hingga lima kali masa panen. Minimnya akses internet, kurangnya pengetahuan dalam penggunaan teknologi dan budaya menikah muda. Banyak ibu muda yang sudah memiliki anak dengan kematangan emosional yang kurang, sehinggadiharuskan untuk mendidik anak serta membina rumah tangga yang secara tidak langsung menimbulkan gejala pusing, cepat lelah, sulit tidur dan kelelahan emosional.

2. Analisis Univariat (Deskriptif)

Subjek atau responden penelitian ialah ibu rumah tangga yang mempunyai anak usia sekolah dasar (SD) di wilayah Desa Ponowaren yang berjumlah 106 orang ibu rumah tangga. Gambaran mengenai karakteristik subjek penelitian dijelaskan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi berdasarkan variabel penelitian.

a. Karakteristik Responden

Gambaran hasil penelitian yang telah dilakukan berdasarkan usia, jenis pekerjaan, penghasilan per bulan, pekerjaan suami, penghasilan suami per bulan, jenjang pendidikan, jumlah anak, selalu mendampingi belajar, intensitas pendampingan belajar dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 1 Karakteristik Responden di Desa Ponowaren (N=106)

No.	Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
1.	Usia		
	21-30 tahun	5	4.7%
	31-40 tahun	59	55.7%
	> 41 tahun	42	39.6 %
	Total	106	100 %
2.	Jenis Pekerjaan		
	Ibu rumah tangga	65	61.3 %
	Pekerja harian lepas	32	30.2 %
	Karjawan swasta	9	8.5 %
	Total	106	100 %
3.	Penghasilan Per Bulan		
	Rp 0-500.000	65	61.3 %
	Rp 500.000-1.000.000	27	25.5 %
	Rp 1.000.000-2.000.000	12	11.3 %
	Rp >2.000.000	2	1.9 %
	Total	106	100 %
4.	Pekerjaan Suami		
	Pekerja harian lepas	85	80.2 %
	Karjawan swasta	19	17.9 %
	PNS	2	1.9 %
	Total	106	100 %
5.	Penghasilan Suami		
	Rp 500.000-1.000.000	27	25.5 %
	Rp 1.000.000-2.000.000	40	37.7 %
	Rp >2.000.000	39	36.8 %
	Total	106	100 %
6.	Jenjang Pendidikan		
	SD	11	10.4 %
	SMP	51	48.1 %
	SMA/SMK	42	39.6 %
	Perguruan Tinggi	2	1.9 %
	Total	106	100 %

7.	Jumlah Anak		
	1	48	45.3 %
	2	50	47.2 %
	3	5	4.7 %
	>3	3	2.8 %
	Total	106	100 %
8.	Selalu mendampingi Belajar		
	Ya	106	100%
	Tidak	0	0%
	Total	106	100 %
9.	Intensitas Pendampingan Belajar		
	< 30 menit	56	52.8 %
	1-2 jam	49	46.2 %
	> 2 jam	1	0.9 %
	Total	106	100 %

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan paparan tabel 4.1 diatas didapatkan hasil gambaran karakteristik responden untuk mayoritas usia 31-40 tahun sebanyak 59 (55.7%), jenis pekerjaan mayoritas ibu rumah tangga sebanyak 65 (61.3%), penghasilan perbulan mayoritas Rp 0-500.000 sebanyak 65 (61.3%), pekerjaan suami mayoritas pekerja harian lepas sebanyak 85 (80.2%), penghasilan suami mayoritas Rp 1.000.000-2.000.000 sebanyak 40 (37.7%), jenjang pendidikan mayoritas SMP sebanyak 51 (48.1%), jumlah anak mayoritas mempunyai 2 orang anak sebanyak 50 (47.2%), seluruh ibu selalu mendampingi belajar anak sebanyak 106 (100%), intensitas pendampingan belajar mayoritas kurang dari setengah jam (< 30 menit) sebanyak 56 (61.3%).

b. Gambaran *Burnout* Ibu

Gambaran *Parental Burnout Assessment* (PBA) pada ibu di Desa Ponowaren yang disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 4. 2 Gambaran *Burnout* Ibu di Desa Ponowaren (N=106)

Kategori PBA	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
Rendah (< 48)	100	94.3 %
Sedang (48<X< 80)	6	5.7 %
Tinggi (> 80)	0	0%
Total	106	100 %

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan paparan tabel 4.2 diatas didapatkan hasil gambaran kategori *burnout* ibu mayoritas dalam kategori rendah sebanyak 100 responden (94.3%).

c. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Usia

Dibawah ini tabel gambaran *burnout* ibu berdasarkan usia responden

Tabel 4. 3 Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Usia di Desa Ponowaren (N=106)

		Kategori PBA		Total
		Rendah(<48)	Sedang (48<X<80)	
Usia	21-30 tahun	5 (0.04%)	0 (0%)	5
	31-40 tahun	58 (0.54%)	1 (0.00%)	59
	>41 tahun	37 (0.34%)	5 (0.47%)	42
Total		100	6	106

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan paparan tabel 4.3 diatas menunjukkan gambaran *burnout* ibu berdasarkan usia responden paling banyak pada usia 31-40 tahun dengan kategori *burnout* rendahsebanyak 58 responden.

d. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Jenis Pekerjaan

Dibawah ini tabel gambaran *burnout* ibu berdasarkan jenis pekerjaan responden

Tabel 4. 4 Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Jenis Pekerjaan di Desa Ponowaren (N=106)

		Kategori PBA		Total
		Rendah(<48)	Sedang (48<X<80)	
Jenis Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga	62 (0.68%)	3 (0.02%)	65
	Pekerja Harian Lepas	30 (0.28%)	2 (0.01%)	32
	Karyawan Swasta	8 (0.07%)	1 (0.00%)	9
Total		100	6	106

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan paparan tabel 4.4 diatas menunjukkan gambaran *burnout* ibu berdasarkan jenis pekerjaan responden paling banyak sebagai ibu rumah tangga dengan kategori *burnout* rendah 62 responden dan *burnout* sedang 3 responden.

e. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Penghasilan Perbulan

Dibawah ini tabel gambaran *burnout* ibu berdasarkan penghasilan perbulan responden

Tabel 4. 5 Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Penghasilan Perbulan di Desa Ponowaren (N=106)

		Kategori PBA		Total
		Rendah (<48)	Sedang (48<X<80)	
0-500.000		62 (0.58%)	3 (0.02%)	65

Penghasilan per bulan	500.000-1.000.000	25 (0.23%)	2 (0.01%)	27
	1.000.000-2.000.000	11 (0.10%)	1 (0.00%)	12
	> 2.000.000	2 (0.01%)	0 (0%)	2
Total		100	6	106

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan paparan tabel 4.5 diatas menunjukkan gambaran *burnout* ibu berdasarkan penghasilan perbulan responden paling banyak Rp 0-500.000 pada kategori *burnout* rendah 62 responden dan *burnout* sedang 3 responden.

f. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Pekerjaan Suami

Dibawah ini tabel gambaran *burnout* ibu berdasarkan pekerjaan suami responden

Tabel 4. 6 Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Pekerjaan Suami di Desa Ponowaren (N=106)

		Kategori PBA		Total
		Rendah (<48)	Sedang (48<X<80)	
Pekerjaan Suami	Pekerja Harian Lepas	79 (0.74%)	6 (0.05%)	85
	Karyawan Swasta	19 (0.17%)	0 (0%)	19
	PNS	2 (0.01%)	0 (0%)	2
Total		100	6	106

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan paparan tabel 4.6 diatas menunjukkan gambaran *burnout* ibu berdasarkan pekerjaan suami responden paling banyak sebagai pekerja harian lepas pada kategori *burnout* rendah 79 responden dan *burnout* sedang 6 responden.

g. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Penghasilan Suami

Dibawah ini tabel gambaran *burnout* ibu berdasarkan penghasilan suami responden

Tabel 4. 7 Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Penghasilan Suami di Desa Ponowaren (N=106)

		Kategori PBA		Total
		Rendah (<48)	Sedang (48<X<80)	
Penghasilan Suami	500.000-1.000.000	21 (0.19%)	6 (0.05%)	27
	1.000.000-2.000.000	40 (0.37%)	0 (0%)	40
	> 2.000.000	39 (0.36%)	0 (0%)	39
Total		100	6	106

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan paparan tabel 4.7 diatas menunjukkan gambaran *burnout* ibu berdasarkan penghasilan suami perbulan responden paling sedikit Rp 500.000-1.000.000 pada kategori *burnout* rendah 21 responden dan *burnout* sedang 6 responden.

h. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Jenjang Pendidikan

Dibawah ini tabel gambaran *burnout* ibu berdasarkan jenjang pendidikan responden

Tabel 4. 8 Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Jenjang Pendidikan di Desa Ponowaren (N=106)

		Kategori PBA		Total
		Rendah (<48)	Sedang (48<X<80)	
Jenjang Pendidikan	SD	9 (0.08%)	2 (0.01%)	11
	SMP	47 (0.44%)	4 (0.03%)	51
	SMA/SMK	42 (0.39%)	0 (0%)	42
	Perguruan Tinggi	2 (0.01%)	0 (0%)	2
Total		100	6	106

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan paparan tabel 4.8 diatas menunjukkan gambaran *burnout* ibu berdasarkan jenjang pendidikan responden paling banyak jenjang SMP pada kategori *burnout* rendah 47 responden dan *burnout* sedang 4 responden.

i. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Jumlah Anak

Dibawah ini tabel gambaran *burnout* ibu berdasarkan jumlah anak responden

Tabel 4. 9 Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Jumlah Anak di Desa Ponowaren (N=106)

		Kategori PBA		Total
		Rendah (<48)	Sedang (48<X<80)	
Jumlah Anak	1	48 (0.45%)	0 (0%)	48
	2	48 (0.45%)	2 (0.01%)	50
	3	3 (0.02%)	2 (0.01%)	5
	>3	1 (0.00%)	2 (0.01%)	3
Total		100	6	106

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan paparan tabel 4.9 diatas menunjukkan gambaran *burnout* ibu berdasarkan jumlah anak responden paling banyak 2 orang anak pada kategori *burnout* rendah 48 responden dan *burnout* sedang 2 responden.

- j. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Selalu Mendampingi Belajar
Dibawah ini tabel gambaran *burnout* ibu berdasarkan selalu mendampingi belajar anak

Tabel 4. 10 Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Selalu Mendampingi Belajar di Desa Ponowaren (N=106)

		Kategori PBA		Total
		Rendah (<48)	Sedang (48<X<80)	
Selalu Mendampingi Belajar	Ya	100 (0.94%)	6 (0.05%)	106
	Tidak	0 (0%)	0 (0%)	0
Total		100	6	106

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan paparan tabel 4.10 diatas menunjukkan gambaran *burnout* ibu berdasarkan selalu mendampingi belajar bahwa, seluruh responden selalu mendampingi anak belajar pada kategori *burnout* rendah 100 responden dan *burnout* sedang 6 responden.

- k. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Intensitas Pendampingan Belajar
Dibawah ini tabel gambaran *burnout* ibu berdasarkan intensitas pendampingan belajar

Tabel 4. 11 Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Intensitas Pendampingan Belajar di Desa Ponowaren (N=106)

		Kategori PBA		Total
		Rendah (<48)	Sedang (48<X<80)	
Intensitas Pendampingan Belajar	< 30 menit	55 (0.51%)	1 (0.00%)	56
	1-2 Jam	44 (0.41%)	5 (0.04%)	49
	> 2 Jam	1 (0.00%)	0 (0%)	1
Total		100	6	106

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan paparan tabel 4.11 diatas menunjukkan gambaran *burnout* ibu berdasarkan intensitas pendampingan belajar responden paling banyak melakukan pada waktu < 30 menit pada kategori *burnout* rendah 55 responden dan *burnout* sedang 1 responden.

- l. Karakteristik *Burnout* Ibu dalam Pendampingan Belajar Siswa Sekolah Dasar dengan Metode *Blended Learning* Selama Pandemi Covid-19 di Desa Ponowaren Berdasarkan Kuesioner *Parental Burnout Assessment*
Dibawah ini tabel karakteristik *burnout* ibu dalam pendampingan belajar siswa sekolah dasar dengan metode *blended learning* selama

pandemi covid-19 di desa ponowaren berdasarkan kuesioner *parental burnout assessment*

Tabel 4. 12 Karakteristik *Burnout* Ibu dalam Pendampingan Belajar Siswa Sekolah Dasar dengan Metode *Blended Learning* Selama Pandemi Covid-19 di Desa Ponowaren Berdasarkan Kuesioner *Parental Burnout Assessment* (n=106)

No.	Domain	Pertanyaan	Rerata ± s.b.	Median (minimum – maksimum)
1.	Kelelahan (<i>Exhaustion</i>)	Saya sangat lelah menjalani peran saya sebagai orang tua sehingga tidur saya seperti tidak pernah cukup	2,49 ± 1,968	1 (1-7)
2.	Perasaan berbeda dari diri sebelumnya (<i>Contrast with Previous Parental Self</i>)	Saya merasa seolah-olah saya telah kehilangan arah sebagai orang tua	1,56 ± 1,324	1 (1-7)
3.	Kelelahan (<i>Exhaustion</i>)	Saya merasa benar-benar kecewa dengan peran saya sebagai orang tua	1,59 ± 1,385	1 (1-7)
4.	Kelelahan (<i>Exhaustion</i>)	Saya tidak punya energi untuk merawat anak-anak saya	1,27 ± 0,799	1 (1-6)
5.	Perasaan berbeda dari diri sebelumnya (<i>Contrast with Previous Parental Self</i>)	Saya merasa seperti bukan lagi ayah/ibu yang baik seperti dulu bagi anak-anak saya	1,49 ± 1,157	1 (1-7)
6.	Perasaan muak (<i>Feelings of Being Fed Up</i>)	Saya tidak tahan lagi dengan peran saya sebagai ayah/ibu	1,14 ± 0,56	1 (1-4)
7.	Kelelahan (<i>Exhaustion</i>)	Saya merasa sangat kelelahan sebagai orang tua	1,4 ± 1,11	1 (1-6)
8.	Kelelahan (<i>Exhaustion</i>)	Saya bangun di pagi hari dengan perasaan lelah memikirkan hari yang akan dihabiskan untuk merawat anak-anak saya	1,55 ± 1,494	1 (1-7)
9.	Perasaan muak (<i>Feelings of Being Fed Up</i>)	Saya tidak menikmati kebersamaan dengan anak-anak saya	1,27 ± 0,931	1 (1-7)
10.	Perasaan muak (<i>Feelings of Being Fed Up</i>)	Saya merasa seperti tidak bisa mengatasi segalanya sebagai orang tua	1,56 ± 1,172	1 (1-7)
11.	Kelelahan (<i>Exhaustion</i>)	Seluruh energi saya habis hanya untuk menjalankan peran sebagai orang tua	1,89 ± 1,889	1 (1-7)
12.	Perasaan berbeda dari diri sebelumnya (<i>Contrast with Previous Parental Self</i>)	Saya malu telah menjadi orang tua seperti ini	1,38 ± 1,15	1 (1-7)
13.	Perasaan berbeda dari diri sebelumnya (<i>Contrast with Previous Parental Self</i>)	Saya tidak lagi bangga dengan diri saya sebagai orang tua	1,31 ± 1,107	1 (1-7)

14.	Berjarak secara emosional (<i>Emotional Distancing</i>)	Saya tidak bisa lagi menunjukkan rasa cinta saya yang besar kepada anak-anak saya	1,15 ± 0,548	1 (1-4)
15.	Kelelahan (<i>Exhaustion</i>)	Memikirkan semua yang harus saya lakukan untuk anak-anak saya saja sudah membuat saya merasa lelah	1,3 ± 0,864	1 (1-7)
16.	Kelelahan (<i>Exhaustion</i>)	Saya dalam keadaan sekedar bertahan dari hari ke hari dalam menjalani peran saya sebagai orang tua	2,48 ± 2,347	1 (1-7)

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan paparan table 4.12 tersebut dapat diketahui bahwa antara empat domain *Parental Burnout Assessment* yang mempunyai nilai rerata tertinggi yaitu pertanyaan nomor 1 pada domain Kelelahan (*Exhaustion*) 2,49.

B. Pembahasan

1. Gambaran *Burnout* Ibu

Dari hasil analisis univariat *burnout* ibu yang menggunakan kuesioner *Parental Burnout Assessment* (PBA) terhadap subjek dalam riset ini yaitu seorang ibu yang melakukan pendampingan belajar siswa sekolah dasar dengan metode *blabded learning* di Desa Ponowaren yang berjumlah 106 orang didapatkan hasil mayoritas ibu berada pada kategori *burnout* rendah sebanyak 100 responden dengan presentase 94.3%, kemudian sisanya pada kategori *burnout* sedang sebanyak 6 orang dengan presentase 5.7%, dan tidak ada ibu yang mengalami *burnout* tinggi. Berdasarkan data analisis tersebut dapat dinyatakan bahwa ibu yang melakukan pendampingan belajar siswa sekolah dasar selama pandemi COVID-19 di desa Ponowaren dalam kategori *burnout* rendah.

Dalam riset ini total skor yang diperoleh ibu pada kuesioner *Parental Burnout Assessment* (PBA) yang terendah dengan total skor 16 sebanyak 34 responden, itu berarti semua pertanyaan yang dijawab ibu diberikan skor 1 dengan pernyataan “tidak pernah” dengan begitu skor total 16 berada pada kategori *burnout* rendah. *Burnout* rendah ini dipengaruhi

karena adanya keberadaan suami (pasangan) dalam mengatasi masalahnya dan sebagai penopang dalam keluarga, serta adanya *support system* yang baik dalam lingkungan keluarga maupun lingkungan sekitar bisa menjadi dukungan psikologis bagi ibu. Kemudian skor tertinggi 69 yang diperoleh ibu sebanyak 1 responden, dengan persebaran skor 1 “tidak pernah” dibubuhkan pada pertanyaan nomor 2, 4, dan 14, skor 3 “sebulan sekali atau kurang” dibubuhkan pada pertanyaan nomor 5 dan 15, skor 4 “beberapa kali sebulan” dibubuhkan pada pertanyaan nomor 1, 6, 8 dan 10, skor 6 “beberapa kali seminggu” dibubuhkan pada pertanyaan nomor 3, 7, 9, 13, dan 16, kemudian sisanya skor 7 “setiap hari” dibubuhkan pada pertanyaan nomor 11 dan 12 dengan begitu skor total 69 berada pada kategori *burnout* sedang. *Burnout* sedang disini lebih mengarah pada situasi yang sering memicu rasa marah ataupun rasa emosi secara tiba-tiba dalam merespon sesuatu, baik masalah yang berkaitan dengan anak maupun pekerjaan rumah tangga yang tidak mendapatkan solusi dan penyelesaian yang baik sehingga memunculkan emosi negatif dan perasaan tidak nyaman pada ibu kemudian menyebabkan kelelahan berlebih, gangguan tidur, otot-otot tegang dan merasa sakit.

Berdasarkan hasil wawancara pada sebagian besar ibu mengatakan bahwa pada saat mendampingi anak belajar mereka merasakan jenuh, lelah, tegang pada otot-otot tangan dan bahu, sering emosi juga merasa pusing sehingga sering memarahi anaknya dan tidak sabarran, karena disamping mengurus pekerjaan rumah tangga, seorang ibu atau istri juga harus berperan sebagai guru mendampingi anak ketika belajar dari rumah. Sejalan dengan penelitian Mikolajczak et al., (2021) yang menyatakan bahwa orang tua yang mengalami *burnout* akan merasakan gejala kelelahan secara bertahap. Pada tahap pertama orang tua yang mempunyai anak kecil cenderung akan merasakan kelelahan secara fisik yang luar biasa. Pada tahap selanjutnya orang tua berfokus pada penitipan anak dan mengalihkan pekerjaan mereka di malam hari yang mengakibatkan mereka menjadi lebih

mudah marah dan stres pada keesokan harinya, gangguan tidur, timbul kecemasan sehingga dapat menjadi stres kronis bagi orang tua.

Namun mereka melakukannya dengan ikhlas dan menganggap bahwa sudah sebagai kewajiban seorang ibu untuk mengajari dan mendampingi anak ketika belajar. Beberapa ibu juga mengatakan bahwa dengan adanya dukungan dari suami baik secara lahir maupun batin mereka menganggap itu sebagai semangat tersendiri bagi ibu rumah tangga. Disebutkan juga pada penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa dampak pandemi COVID-19 dapat terjadi beberapa perubahan yaitu perubahan perilaku dalam keluarga baik secara emosi maupun fisik, perubahan itu terjadi karena orang tua harus mendampingi anak belajar dan juga mengerjakan pekerjaan rumah secara bersamaan, kemudian selain perubahan perilaku, perubahan emosi dan psikologis juga terjadi dimasa COVID -19. Gangguan psikologis yang dialami yaitu kecemasan, stres ringan sampai stres berat dan bahkan dapat terjadi depresi pada anak maupun orang tua akibat dari karantina sehingga orang tua yang mengalami perubahan emosi yang mudah marah, tidak sabar dan susah dinasehati (Rosyad, et al., 2021). Sejalan dari penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa beberapa faktor yang dapat berpengaruh terhadap rendahnya *burnout* misalnya welas diri orang tua, kecerdasan emosional yang baik, praktek pengasuhan yang baik, adanya waktu luang, dan dukungan dari pasangan serta keluarga, status kepegawaian kondisi demografis lainnya seperti usia orang tua, usia saat anak pertama lahir, usia anak, jumlah anak juga dapat menjadi faktor penghambat *parental burnout* (Mikolajczak et al., 2018).

Hal tersebut terjadi dikarenakan koping ibu yang baik dan dukungan penuh dari suami. Pernyataan tersebut didukung dari penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa dukungan suami memberikan sumbangan efektif sebanyak 14.6% terhadap *burnout* (Yuliawan, Rahayuningsih, & Ambarwati, 2020). Hal ini karena ketika seseorang dihadapkan pada situasi yang sulit, mereka cenderung mengembangkan perasaan lelah secara emosional dan tidak mampu. Sementara itu, welas diri berperan sebagai

salah satu strategi koping positif yang menekan perasaan tidak mampu tersebut (Hashem & Zeinoun, 2020). Dalam penelitian lain menunjukkan bahwa dukungan sosial suami memiliki kontribusi terhadap rendahnya *burnout* yang dialami ibu rumah tangga yang tidak bekerja di Perumahan Griya Praja Mukti Kendal (Muna & Indrawati, 2022). Aspek penting yang berkaitan dengan *parental burnout*, yaitu perasaan berbeda dengan diri mereka sebelumnya, perasaan muak (*feelings of being fed up*) yang merujuk pada perasaan mati rasa dan tidak lagi bisa menikmati waktu yang dihabiskan dengan anak-anak (Mikolajczak et al., 2018). Penjelasan yang lebih rinci adalah karena seseorang yang merasa kelelahan secara emosional, apabila menerapkan welas diri, mencoba melihat situasi lebih objektif, menerima kekurangan diri sendiri, menyadari bahwa kesulitan tidak hanya dialami dirinya sendiri, serta terbuka pada perasaan negatif yang dirasakan tanpa menghakimi, mereka sangat mungkin untuk tidak larut dalam kelelahan emosional yang dirasakannya (Hashem & Zeinoun, 2020).

Kemampuan negosiasi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi strategi koping dalam mengatasi *burnout* pada ibu. Kemampuan untuk tidak terlalu memikirkan emosi negatif dan mempertahankan emosi positif dapat meningkatkan sumber-sumber koping personal dan sosial (Muarif & Adiyanti, 2020). Apabila *burnout* terjadi dapat berdampak pada masalah kesehatan jiwa yang berupa masalah gangguan tidur, penurunan kesejahteraan pada anak dan orang tua, tingkat kebahagiaan pada anak, meningkatnya kekerasan pada anak yang dilakukan oleh orang tua maupun anggota keluarga lainnya, dan kekerasan pada orang tua maupun pasangan (Rosyad, et al., 2021). Sejalan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa orang tua yang mengalami *parental burnout* menunjukkan gejala depresi, perilaku adaktif atau kecanduan, gangguan tidur, dan keinginan bunuh diri. Dampak *parental burnout* bagi anak adalah beresiko untuk mengalami penelantaran dan kekerasan dari orang tua. Pengabaian dan kekerasan dari orang tua ke anaknya memiliki efek jangka

panjang yang berbahaya bagi kesehatan mental anak (Kusumawardhani, 2021).

2. Distribusi Karakteristik *Burnout* Ibu dalam Pendampingan Belajar Siswa Sekolah Dasar dengan Metode *Blended Learning* Selama Pandemi Covid-19 di Desa Ponowaren Berdasarkan Kuesioner *Parental Burnout Assessment*

Dari hasil analisis univariat *burnout* ibu yang menggunakan kuesioner *Parental Burnout Assessment* (PBA) terbagi menjadi empat domain memuat 16 pertanyaan diketahui bahwa domain pertama Kelelahan (*Exhaustion*) terdiri dari pertanyaan nomer 1 tentang “Saya sangat lelah menjalani peran saya sebagai orang tua sehingga tidur saya seperti tidak pernah cukup” mempunyai rerata 2,49 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-7). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 1. Pertanyaan nomer 3 tentang “Saya merasa benar-benar kecewa dengan peran saya sebagai orang tua” mempunyai rerata 1,59 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-7). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 3. Pada pertanyaan nomer 4 tentang “Saya tidak punya energi untuk merawat anak-anak saya” mempunyai rerata 1,27 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-6). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 4. Pada pertanyaan nomer 7 tentang “Saya merasa sangat kelelahan sebagai orang tua” mempunyai rerata 1,4 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-6). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 7. Pada pertanyaan nomer 8 tentang “Saya bangun di pagi hari dengan perasaan lelah memikirkan hari yang akan dihabiskan untuk merawat anak-anak saya” mempunyai rerata 1,55 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-

7). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 8. Pada pertanyaan nomer 11 tentang “Seluruh energi saya habis hanya untuk menjalankan peran sebagai orang tua” mempunyai rerata 1,89 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-7). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 11. Pada pertanyaan nomer 15 tentang “Memikirkan semua yang harus saya lakukan untuk anak-anak saya saja sudah membuat saya merasa lelah” mempunyai rerata 1,3 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-7). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 15. Pada pertanyaan nomer 16 tentang “Saya dalam keadaan sekeadar bertahan dari hari ke hari dalam menjalani peran saya sebagai orang tua” mempunyai rerata 2,48 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-7). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 16.

Domain kedua Perasaan berbeda dari diri sebelumnya (*Contrast with Previous Parental Self*) terdiri dari pertanyaan nomer 2 tentang “Saya merasa seolah-olah saya telah kehilangan arah sebagai orang tua” mempunyai rerata 1,56 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-7). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 2. Pada pertanyaan nomer 5 tentang “Saya merasa seperti bukan lagi ayah/ibu yang baik seperti dulu bagi anak-anak saya” mempunyai rerata 1,49 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-7). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 5. Pada pertanyaan nomer 12 tentang “Saya malu telah menjadi orang tua seperti ini” mempunyai rerata 1,38 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-7). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden

tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 12. Pada pertanyaan nomer 13 tentang “Saya tidak lagi bangga dengan diri saya sebagai orang tua” mempunyai rerata 1,31 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-7). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 13.

Domain ketiga Perasaan muak (*Feelings of Being Fed Up*) terdiri dari pertanyaan nomer 6 tentang “Saya tidak tahan lagi dengan peran saya sebagai ayah/ibu” mempunyai rerata 1,14 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-4). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 6. Pada pertanyaan nomer 9 tentang “Saya tidak menikmati kebersamaan dengan anak-anak saya” mempunyai rerata 1,27 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-7). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 9. Pada pertanyaan nomer 10 tentang “Saya merasa seperti tidak bisa mengatasi segalanya sebagai orang tua” mempunyai rerata 1,56 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-7). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 10.

Domain keempat Berjarak secara emosional (*Emotional Distancing*) terdiri dari pertanyaan nomer 14 tentang “Saya tidak bisa lagi menunjukkan rasa cinta saya yang besar kepada anak-anak saya” mempunyai rerata 1,15 dengan nilai median (minimum – maksimum) 1 (1-4). Semakin rendah rerata dan median menunjukkan bahwa responden tidak pernah merasakan perasaan yang dinyatakan oleh pertanyaan kuesioner nomer 14.

Berdasarkan penjabaran diatas didapatkan bahwa mayoritas domain kelelahan yaitu ibu merasa kekurangan energi yang sangat luar biasa, nyeri otot, serta gangguan tidur. Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa tingkat kelelahan orang tua (*parental burnout*) yang

mempunyai anak SD memiliki rata-rata total sebesar 2,20 sebanyak 137 responden berada pada kondisi stres yang normal (Husniyyah & Azwar, 2022). Sebagai suatu masalah psikologis, *parental burnout* memiliki faktor pencegah dan pendorong. Beberapa contoh faktor pendorong terjadinya *parental burnout* adanya perfeksionisme, kecerdasan emosi yang rendah, banyaknya pekerjaan rumah, dan tidak adanya dukungan dari pasangan dan keluarga. Sementara itu faktor penghambat terjadinya *parental burnout* adalah kecerdasan emosi yang baik, adanya waktu luang, dukungan dari pasangan dan keluarga serta welas diri (Mikolajczak, Moira; Isabelle, Roskam;, 2018).

Terjadinya pandemi COVID-19 ini, berada diluar kendali siapapun. Banyak hal yang tidak bisa berjalan dengan normal karena situasi ini. Tahun masuk sekolah bagi anak ternyata harus dijalani dengan berbeda. Hal ini mungkin terasa mengecewakan. Orang tua yang telah memiliki banyak rencana dan praktek pengasuhan yang baik, dengan perubahan besar yang terjadi mungkin tidak bisa lagi menerapkannya. Orang tua mungkin gagal mencapai harapannya sendiri terhadap anak-anak mereka karena perubahan situasi yang kontras. Situasi ini membuat orang tua menjadi rentan untuk mengalami *parental burnout* yang salah satunya termanifestasi dalam perasaan berbeda dengan diri mereka sebelumnya, serta malu dengan diri mereka sendiri sebagai rag tua yang saat ini (Malchan, 2021).

Tetapi orang-orang dengan welas diri dan kecerdasan emosi yang baik akan berusaha untuk melihat bahwa diri mereka telah mengupayakan yang terbaik dan apa yang sekarang terjadi sama sekali berada diluar kendali mereka. Orang tua yang memiliki welas diri dan kecerdasan emosi yang baik akan dengan cepat menyadari bahwa orang lain di hampir seluruh belahan dunia mengalami hal yang sama. Mereka akan menyelam kedalam diri untuk menerima bahwa kekecewaan yang mereka rasakan atau kegagalan yang mereka alami adalah wajar (*self-kindness*) dan fokus pada apa yang bisa mereka lakukan secara konkret. Manifestasi perilaku yang

muncul dari orang tua yang memiliki welas diri yang baik ini kemudian diasumsikan akan menekan resiko *parental burnout* yang dialami.

3. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Usia

Dari hasil analisis univariat pada gambaran *burnout* ibu berdasarkan usia untuk mayoritas usia 31-40 tahun berjumlah 59 responden dengan kategori *burnout* rendah. Kemudian diikuti usia >41 tahun atau usia lebih dari 41 tahun yang berjumlah 37 responden juga pada kategori *burnout* rendah. Pada usia 31-50 tahun menunjukkan usia paruh baya atau dewasa bahwa aktivitas ibu rumah tangga paruh baya tersebut dalam mengalokasikan waktunya adalah cenderung tetap, dimana rata-rata alokasi waktu untuk mengurus rumah tangga adalah sekitar 300 menit atau 5 jam per hari (Yanto, 2021). Seseorang pada usia 45 tahun merupakan orang yang bahagia dalam rumah tangga atau pernikahannya dan membesarkan anak (Thahir & Ed, 2013). Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu menunjukkan bahwa usia yang terus bertambah menyebabkan penurunan produktivitas bekerja, sementara tanggung jawab dalam memenuhi perawatan anak harus tetap berjalan (Yunus, Wahyuni, & Hasanah, 2022). Bertambahnya usia juga meningkatkan potensi menjadi orang tua, karena pengalaman mengajarkan orang tua untuk menjadi lebih baik.

4. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Jenis Pekerjaan

Dari hasil analisis univariat pada gambaran *burnout* ibu berdasarkan jenis pekerjaan untuk mayoritas sebagai ibu rumah tangga berjumlah 62 responden dengan kategori *burnout* rendah. Hal ini sejalan dengan dengan penelitian Yunus, Wahyuni, & Hasanah (2022) yang menunjukkan bahwa sebagian besar data responden meliputi ibu yang tidak bekerja atau ibu rumah tangga karena kesehariannya berada dirumah dan melakukan pekerjaan monoton setiap harinya. Pada penelitian sebelumnya juga menyebutkan bahwa $burnout > 0,05$, secara parsial berpengaruh positif terhadap *intention to leave*, yang berarti apabila *burnout* semakin meningkat maka *intention to leave* juga akan semakin meningkat (Qodariah, 2021).

Membagi dan menggunakan waktu dengan baik adalah kunci untuk menyeimbangkan peran dengan tidak memaksakan diri dalam menjalankan tugasnya karena akan berdampak negatif pada dirinya sendiri. Sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa beban ibu rumah tangga tidak hanya secara fisik melainkan secara mental, pekerjaan rumah yang menumpuk, juga berperan sebagai guru untuk mendampingi anak-anaknya. Banyaknya pekerjaan rumah tangga yang harus diselesaikan oleh ibu rumah tangga pada setiap harinya kerap membuatnya dilanda kelelahan dan bosan yang tidak berkesudahan. Kelelahan yang dialami ibu rumah tangga tersebut merupakan salah satu pertanda adanya gejala *burnout* (Muna & Indrawati, 2022). Ibu rumah tangga memiliki waktu yang sedikit untuk beristirahat, jika menilai waktu 24 jam juga kurang jika mengurus pekerjaan rumah dan menjadi guru di rumah (Kurniasari et al., 2022).

5. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Penghasilan Per Bulan

Dari hasil analisis univariat pada gambaran *burnout* ibu berdasarkan penghasilan per bulan mayoritas Rp 0-500.000 sebanyak 63 responden pada kategori *burnout* trendah, sementara itu penghasilan dengan jumlah paling sedikit Rp >2.000.000 sebanyak 2 responden pada kategori *burnout* trendah. Dari pernyataan diatas yang mendominasi penghasilan perbulan ibu adalah Rp 0-500.000 karena dari distribusi jenis pekerjaan juga mayoritas tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga yang tidak mempunyai penghasilan, penghasilan utamanya dari pendapatan suami. Namun berdasarkan wawancara ada juga beberapa ibu yang selain sebagai ibu rumahtangga mereka juga ada yang membuat kue, menjahit, dan menitipkan makanan ke warung-warung sehingga mereka juga mempunyai sedikit pendapatan selain dari suami. Didukung dari penelitian sebelumnya yang mengatakan peran perempuan atau istri selama pandemi COVID-19, yaitu melakukan pekerjaan sebagai istri dan ibu bagi anak-anaknya, mengatur dan melakukan pekerjaan rumah tangga, serta bekerjasama mewujudkan keluarga yang harmonis dan sejahtera dari aspek ekonomi (Rahman & Angraeni, 2020).

Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa COVID-19 tidak hanya mempengaruhi pada sektor perekonomian tetapi juga sektor pendidikan. Dimana merosotnya pekerokomian keluarga membuat ibu rumah tangga melakukan sejumlah pekerjaan yang dirasa dapat membantu perekonomian keluarganya, ibu rumah tangga disamping mengerjakan pekerjaan rumah juga menjadi guru yang mendampingi anak mereka ketika sekolah *online*, ibu rumah tangga memiliki kesulitan ekonomi tidak hanya berperan sebagai ibu dan guru akan tetapi juga berperan sebagai pekerja untuk membantu mencukupi kebutuhan keluarganya (Kurniasari et al., 2022).

6. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Pekerjaan Suami

Dari hasil analisis univariat pada gambaran *burnout* ibu berdasarkan jenis pekerjaan suami untuk mayoritas sebagai pekerja harian lepas berjumlah 79 responden pada kategori *burnout* rendah. Dari pernyataan diatas ditampilkan bahwa mayoritas responden bekerja sebagai pekerja harian lepas dilihat dari letak geografisnya bahwa desa Ponowaren merupakan desa dengan sumber penghasilan utamanya adalah padi, karena banyak persawahan yang terbentang juga sumber aliran air yang memadai. Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada ibu juga menyebutkan bahwa suaminya bekerja sebagai buruh tani, tukang batu, tukang kayu, berdagang dan buruh serabutan dengan penghasilan yang tidak menetap.

Selain itu pekerjaan suami merupakan upaya yang dilakukan orang tua untuk memenuhi kewajibannya yang berperan sebagai orang tua dengan memberikan motivasi, memberikan pengawasan serta memberikan fasilitas belajar melalui bekerja untuk mendapatkan penghasilan (Sukatin et al., 2021). Tingkat kepuasan orang tua terletak pada seberapa mampunya orang tua untuk memenuhi kebutuhan anak-anaknya, ketika kesulitan ekonomi orang tua akan menjadi mudah marah, stres, frustasi dan tertekan (Nurfa'izah & Julyarni, 2022). Persepsi dampak ekonomi terhadap konsumsi keluarha, daya beli, dan pemenuhan kebutuhan yang dapat berdampak pada pola konsumsi, gaya hidup kualitas dan kuantitas makanan

yang dapat mempengaruhi status gizi keluarga yang berdampak pada konsisi kesehatan keluarga (Dewi, Sriatmi, & Nandini, 2021).

7. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Penghasilan Suami

Dari hasil analisis univariat pada gambaran *burnout* ibu berdasarkan penghasilan suami mayoritas berpenghasilan sebesar Rp 1.000.000-2.000.000 sebanyak 40 responden pada kategori *burnout* rendah, sementara itu pendapatan paling sedikit sebesar Rp 500.000-1.000.000 sebanyak 21 responden pada kategori *burnout* rendah. Dari pernyataan diatas tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap angka penghasilan suami. Sejalan dengan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa dukungan instrumental suami adalah jenis dukungan yang berupa benda-benda, materi, atau jasa termasuk didalamnya memberikan nafkah untuk keluarganya melalui penghasilan dari pekerjaan mereka (Yuliawan, Rahayuningsih, & Ambarwati, 2020). Namun dalam penelitian lain mengatakan bahwa kendala dalam pembelajaran daring membuat orang tua harus bertanggung jawab dalam mencukupi peralatan elektronik untuk media belajar anak mereka, pendapatan keluarga sering kali dikaitkan dengan status kemampuan ekonomi keluarga (Nurfa'izah & Julyarni, 2022).

8. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Jenjang Pendidikan

Dari hasil analisis univariat pada gambaran *burnout* ibu berdasarkan jenjang pendidikan responden untuk jenjang pendidikan atau pendidikan terakhir ibu sebagian besar SMP sebanyak 47 responden pada kategori *burnout* rendah, kemudian jenjang pendidikan SMA/SMK sebanyak 42 responden pada kategori *burnout* rendah, lalu pendidikan SD sebanyak 9 pada kategori *burnout* rendah dan jenjang pendidikan perguruan tinggi sebanyak 2 responden pada kategori *burnout* rendah. Dari pernyataan tersebut orang tua diharuskan untuk mempelajari materi-materi yang telah disampaikan agar pembelajaran berlangsung lancar. Semua orang tua harus memahami juga mata pelajaran, dikarenakan tidak semua orang tua memiliki pendidikan tinggi. Namun kebanyakan tugas siswa dikerjakan oleh orang tua dan dengan adanya pembelajaran daring ini, orang tua dapat

melihat perkembangan anak-anaknya (Safitri & Hidayah, 2021). Tingkat pendidikan yang rendah jika dihadapkan dengan tugas dan beban kerja yang melebihi kapabilitasnya cenderung akan meningkatkan stres dan mengalami *burnout* (Indiawati et al., 2022). Dalam penelitian lain mengatakan bahwa tingkat pendidikan seseorang berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk menyerap informasi yang dia terima kemudian mengelolanya menjadi pengetahuan. Tingkat pendidikan juga menentukan untuk mudah dan tidaknya seseorang menyerap dan memahami ilmu yang diperolehnya, pada umumnya semakin tinggi pendidikan maka akan semakin tinggi pula pengetahuan seseorang (Nurfa'izah & Julyarni, 2022).

9. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Jumlah Anak

Dari hasil analisis univariat pada gambaran *burnout* ibu berdasarkan jumlah anak mayoritas mempunyai 2 orang anak sebanyak 48 responden pada kategori *burnout* rendah dan 2 responden pada kategori *burnout* sedang, selanjutnya responden yang mempunyai 1 orang anak sebanyak 48 responden pada kategori *burnout* rendah, kemudian yang mempunyai 3 orang anak sebanyak 3 responden pada kategori *burnout* rendah dan 2 responden pada kategori *burnout* sedang, lalu yang mempunyai anak yang lebih dari 3 (>3) sebanyak 1 responden pada kategori *burnout* rendah dan 2 responden pada kategori *burnout* sedang. Dari hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa berapapun jumlah anak yang dimiliki, sama-sama berpotensi mengalami *burnout*, kondisi keluarga tidak dapat dilepas dari *burnout* karena salah satu penyebab *exhaustion*, *cynicism*, dan *professional efficacy* adalah *work-home interference* dan anak yang mempengaruhi keadaan tersebut (Swasti, Ekowati, & Rahmawati, 2017).

10. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Selalu Mendampingi Belajar

Dari hasil analisis univariat pada gambaran *burnout* ibu berdasarkan selalu mendampingi belajar anak menyatakan bahwa seluruh ibu mendampingi anak ketika belajar mayoritas 100 responden pada kategori *burnout* rendah. Hal tersebut berarti bahwa pendampingan belajar oleh ibu siswa sekolah dasar berada pada kategori sangat baik. Hasil

tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar ibu sudah mendampingi anak dalam belajar di rumah. Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pendampingan belajar oleh orang tua menjadi salah satu aspek yang perlu selalu ditingkatkan dengan melalui proses pembiasaan (Jafar, K, Nahar, & Amin, 2022). Jadi semakin baik pendampingan belajar yang dilakukan oleh orang tua maka akan menghasilkan prestasi belajar yang baik untuk anak-anak mereka. Namun dalam mendampingi anak dalam belajar dimasa pandemi COVID -19 dapat memunculkan dampak negatif yaitu perubahan perilaku oleh orang tua, perubahan emosi dan psikologis, serta dapat berdampak juga terhadap kesehatan jiwa (Rosyad, et al., 2021).

11. Gambaran *Burnout* Ibu Berdasarkan Intensitas Pendampingan Belajar

Dari hasil analisis univariat pada gambaran *burnout* ibu berdasarkan intensitas pendampingan belajar mayoritas < ½ jam atau kurang dari setengah jam sebanyak 55 responden pada kategori *burnout* rendah, kemudian intensitas 1-2 jam sebanyak 44 responden pada kategori, dan untuk intensitas >2 jam atau lebih dari 2 jam sebanyak 1 responden pada kategori *burnout* rendah. Dalam penelitian ini orang tua sudah melakukan pendampingan belajar secara maksimal, orang tua berperan sangat baik dalam menjalankan kewajibannya, meskipun dari segi usia, pendidikan, status pekerjaan, penghasilan orang tua yang kurang mendukung namun orang tua dapat memberikan fasilitas dan perhatian waktu sepenuhnya dalam proses belajar campuran. Dari hasil penelitian terdahulu menyatakan bahwa orang tua merupakan sosok yang intensitas pertemuannya paling intens dengan anak sehingga pendampingan orang tua sangat diperlukan sebagai koordinasi guru dengan orang tua saat anak belajar di rumah (Jafar, K, Nahar, & Amin, 2022). Didukung dari penelitian yang telah dilakukan oleh Safitri & Hidayah (2021) yang menyatakan bahwa dalam waktu belajar, penggunaan waktu belajar sangat penting, orang tua juga memiliki peran untuk mengatur waktu belajar yang efektif buat anak.

Dalam survei penelitian ini, hasil kategorisasi keseluruhan aspek komponen *burnout* ibu, karakteristik responden mayoritas responden mengalami tingkat rendah dalam kategori *burnout* ibu. Hal ini dimungkinkan karena ketahanan dan keterampilan coping orang tua khususnya ibu dalam mengelola manajemen stres yang cukup baik.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam riset ini terdapat hal yang tidak dapat dikendalikan oleh peneliti yaitu responden mungkin saja berpura-pura atau malu mengakui perasaan dan perbuatannya kepada anak mereka dalam menjawab kuesioner.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
PERPUSTAKAAN