

## Kesehatan Mental Orangtua di Masa *New Normal* Pandemi COVID-19 dan Hubungannya Terhadap Kemampuan Sosial Anak Usia 6-9 Tahun di Kota Bekasi

Hilda Meriyandah Agil, Lisna Agustina, Dinda Nur Fajri Hidayati Bunga  
Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Medistra Indonesia  
hilda.meiryandah@gmail.com

### Abstrak

Era *New Normal* merupakan masa transisi Indonesia dari masa pandemi COVID-19, yang selama 2 tahun sebelumnya Indonesia serta dunia berada dalam kondisi sulit untuk berjuang bangkit melalui berbagai kebijakan. Kebijakan yang diambil untuk menekan laju penularan di berbagai sektor memberikan dampak positif dan negatif. Salah satunya adalah pembelajaran jarak jauh (PJJ) yang ditujukan bagi seluruh siswa, yang secara tidak langsung menutup kesempatan siswa untuk bersosialisasi secara langsung dengan teman sebayanya. Orangtua sebagai bagian terdekat dari anak memiliki tugas penting agar anak dapat mencapai tugas perkembangannya dengan baik, tetapi di sisi lain orangtua juga dalam fase sulit beradaptasi dengan pandemi. Tujuan dari penelitian ini adalah mengidentifikasi hubungan kesehatan mental orangtua di masa pandemi dengan kemampuan sosial anak. Data penelitian diambil di masa percobaan pembelajaran tatap muka tahun 2022. Desain penelitian ini adalah kuantitatif – observasi dengan pendekatan *cross sectional*. Data demografi dan status kesehatan mental orangtua diambil datanya melalui kuesioner DASS-42 (*depression, anxiety stress scale*) yang dibagikan kepada orangtua. Sedangkan kemampuan sosial anak, responden anak diminta untuk melakukan kegiatan permainan bersama teman selama  $\pm 5$  menit dan direkam. Selama proses permainan, kemampuan sosial anak dikaji dengan menggunakan *social skill scale*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh signifikan antara tingkat kecemasan orangtua dengan kemampuan sosial anak dalam bekerjasama ( $r=0.446$ ,  $p=0.01$ ). Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan landasan untuk memberikan intervensi yang tepat bagi orangtua untuk mengelola kecemasannya dan juga mendampingi anak meningkatkan kemampuan bekerjasama dengan orang lain.

**Kata kunci:** Kemampuan sosial anak, kesehatan mental orangtua, *new normal*, pandemi COVID-19

### Abstract

The New Normal Era is transitional period from the COVID-19 pandemic, which for the previous 2 years Indonesia and the world were in a difficult condition to struggle to get up through various policies. Policies taken to reduce the rate of transmission in various sectors have had positive and negative impacts. One of them is distance learning (PJJ) which is intended for all students, which indirectly closes students' opportunities to socialize directly with their peers. Parents as the closest part of the child have an important task so that children can achieve their developmental tasks properly, but on the other hand parents are also in a difficult time adapting to a pandemic. The purpose of this research is to identify the relationship between parents' mental health during a pandemic and children's social abilities. The research data was taken during the face-to-face learning trial period in 2022. The research design was quantitative – observation with a cross sectional approach. Demographic data and parents' mental health status were collected through the DASS-42 questionnaire (*depression, anxiety stress scale*) which was distributed to parents. While the social abilities of children, child respondents were asked to carry out game activities with friends for + 5 minutes and recorded. During the game process, children's social abilities are assessed using a social skills scale. The results showed that there was a significant influence between parents' anxiety levels and children's social skills in working together ( $r=0.446$ ,  $p=0.01$ ). The results of this study can be used

as a basis for providing appropriate interventions for parents to manage their anxiety and also help children improve their ability to cooperate with others.

**Keywords** : children social skill, COVID-19 pandemic, new normal, parents mental health

## **PENDAHULUAN**

Indonesia dan dunia melakukan berbagai cara sebagai upaya mengendalikan pandemi COVID-19 yang akhirnya mulai menunjukkan titik terang. Selama hampir 2 tahun masyarakat dibatasi aktivitasnya, termasuk anak-anak. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa isolasi sosial dan karantina berdampak secara signifikan pada kejadian ansietas dan *post-traumatic stress disorder* pada anak (1). Tidak hanya bagi anak-anak, COVID-19 juga memberikan pengaruh negatif besar terhadap Kesehatan mental orangtua khususnya ibu(2).

Berbagai kebijakan diambil pemerintah untuk menekan laju penularan virus ini bersamaan dengan keharusan menjalankan program pendidikan anak, salah satunya adalah pemberlakuan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) bagi para pelajar sesuai dengan SE No. 4 tahun 2020 dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia(3). Surat edaran ini diterapkan oleh seluruh lembaga pendidikan di Indonesia dari TK, SD, SMP, SMA bahkan perguruan tinggi.

Selama hampir 2 tahun berjalan PJJ menimbulkan berbagai macam dampak positif dan negatif. Selain anak-anak dapat tetap mengenyam pendidikan, anak-anak juga dapat mengenal teknologi lebih cepat. Akan tetapi, PJJ juga

memberikan dampak negatif, tidak hanya dari sisi anak, seperti tapi juga bagi orangtua. Salah satunya adalah meningkatnya stress orangtua karena harus mendampingi anaknya saat belajar dirumah dan menyelesaikan tugas dari para guru(4,5,6). Belum lagi ditambah dengan faktor lainnya yang dipengaruhi oleh pandemi COVID-19 seperti perubahan ekonomi keluarga, keterbatasan sosial dan komunikasi, serta rasa jenuh karena pandemi yang tak kunjung usai(7).

Tidak hanya dari sisi orangtua, anak-anak pun mengalami dampak dari kebijakan PJJ yang sudah dijalankan. Salah satunya adalah keterbatasan untuk bersosialisasi dengan orang lain, khususnya teman sebaya yang dapat menstimulasi tumbuh kembang anak<sup>(4)</sup>. Orangtua sebagai “pendamping” yang menghabiskan waktu lebih banyak bersama anak memiliki tugas penting untuk membantu anak mencapai tugas tumbuh kembangnya. Akan tetapi, melihat kondisi orangtua yang juga mengalami tuntutan untuk beradaptasi baik secara fisik dan mental, tentunya pendampingan bukanlah hal yang mudah.

Pada periode ajaran baru di tahun 2023, pemerintah Indonesia mulai menurunkan status kewaspadaan terhadap COVID-19 sehingga secara bertahap memasuki era *new normal* dan anak-anak mulai melakukan pembelajaran tatap muka secara terbatas. Akan tetapi, hal ini juga

memberikan kekhawatiran tersendiri bagi orangtua disaat anak-anak harus berinteraksi dengan orang lain dimana virus masih menjadi hal yang ditakuti. Di sisi lain, orangtua ingin anak-anak dapat memulai aktivitas seperti biasa dan meningkatkan stimulasi yang tepat khususnya untuk kemampuan sosialnya.

Mengembangkan kemampuan sosial anak sedari kecil adalah hal yang sangat penting. Kemampuan sosial memberikan kesempatan pada setiap individu (anak) dalam beradaptasi dengan baik, menciptakan dan memelihara hubungan sosial yang ada, serta memiliki efek jangka pendek dan panjang dalam kehidupan individu(5). Keterlambatan pada kemampuan sosial anak memiliki dampak jangka panjang yang mengakibatkan anak merasa kesepian, dan bahkan berisiko untuk menjadi masalah mental, memiliki interaksi yang buruk dengan lingkungan sekitar(9).

Berangkat dari paparan diatas, peneliti ingin mengkaji lebih jauh gambaran kesehatan mental orangtua di masa *new normal* serta hubungannya terhadap perkembangan kemampuan sosial anak. Hal ini memiliki tujuan jangka panjang untuk menyusun kebijakan yang dibutuhkan guna “mengejar ketertinggalan” dalam tumbuh kembang anak terhadap kemampuan sosialnya.

Tujuan dari penelitian ini adalah melihat hubungan kesehatan mental orangtua dengan kemampuan sosial anak selama masa pandemi COVID-19 di wilayah Kota Bekasi.

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif analitik dan desain *cross sectional*. Tahapan dalam penelitian ini meliputi 1) Identifikasi masalah, 2) Perumusan masalah, 3) Penelusuran pustaka, 4) Penyusunan rancangan penelitian, 5) Pengajuan etika penelitian, 6) Pengambilan data, 7) Pengolahan atau analisa data, 8) Membuat laporan hasil penelitian dan, 8) Proses publikasi. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *purposive sampling* pada orangtua yang berdomisili di Kota Bekasi memiliki anak usia Sekolah Dasar kelas 1 dan 2, serta menjalani PJJ selama masa pandemi.

Pengumpulan data dilakukan dengan 3 tahap, 1) Menggunakan metode pengisian kuesioner untuk data demografi orangtua; 2) Mengukur tingkat stress orangtua dengan kuesioner DASS-42; 3) Mengukur kemampuan sosial anak dilakukan dengan merekam video durasi 5 menit saat anak berinteraksi dengan anak lainnya dan diobservasi dengan instrument *Social Skill Scale*. Seluruh rangkaian pengambilan data dilakukan di tengah tahun 2022 saat kondisi pandemi COVID-19 mulai mereda dan masyarakat bersiap memasuki periode *new normal*.

Instrumen penelitian yang digunakan mengukur kesehatan mental adalah DASS-42, yaitu kuesioner seperangkat tiga skala laporan diri yang dirancang untuk mengukur keadaan emosi negatif dari depresi, kecemasan, dan stres(10). Akan tetapi dalam penelitian kali ini hanya digunakan aspek pertanyaan kecemasan dan stres.

*Social Skill Scale* (SSS) mengkaji kemampuan interaksi anak melalui 3 aspek utama, yaitu asersi atau tuntutan, self-control, dan kerjasama. Asersi tertuang dalam item nomor 1 – 8, seperti ‘membuat kontak mata saat berbicara dengan orang lain’, dan ‘mengucapkan salam yang tepat kepada orang lain’. Sedangkan aspek self-control yang mengkaji kemampuan anak dalam mengontrol diri seperti ‘tidak menunjukkan emosi berlebihan diruang publik’, dan ‘bersedia menunggu gilirannya sendiri’ berada di item 9 – 16. Aspek terakhir adalah kemampuan kerjasama yang berada di item 17 – 24 mengkaji ‘membantu teman tanpa diminta’, ‘menghibur orang lain yang mengalami kegagalan atau sedang(8).

Penelitian ini telah mendapatkan hasil uji etik dari KEPK STIKes Prima dengan nomor 198/EC/KEPK/STIKES-PI/VII/2022. Data dianalisis secara univariat untuk melihat gambaran karakteristik responden, dan analisis regresi linear untuk melihat korelasi antar kedua variabel independen dan dependen dengan aplikasi SPSS.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengikutsertakan 100 orang anak dan orangtua yang berdomisili di Kelurahan Sepanjang Jaya Rawalumbu Kota Bekasi. Setelah input data, terdapat 7 kuesioner yang tidak lengkap, sehingga harus dikeluarkan dari analisis. Pada hasil analisis, didapatkan sebanyak 93 partisipan dengan rentang usia anak adalah 6-9 tahun. Sedangkan usia orangtua sangat beragam yaitu dari usia 23 - 58 tahun. Adapun partisipasi

pengisian mayoritas diikuti oleh “Ibu” (84.9%), dan lainnya adalah “Ayah” (15.1%).

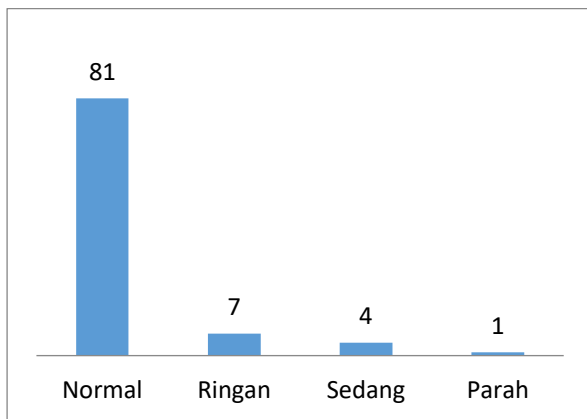
Adapun gambaran pekerjaan orangtua, paling banyak adalah Ibu Rumah Tangga dipengaruhi dengan sebagian besar pengisi adalah ibu. Sedangkan gambaran informasi gabungan pendapatan orangtua di lingkungan Sepanjang Jaya, paling banyak berpenghasilan diantara lebih dari 1 juta rupiah, akan tetapi tidak sampai batas upah minimum rakyat Kota Bekasi (UMR).

Tabel 1. Data Demografi Responden

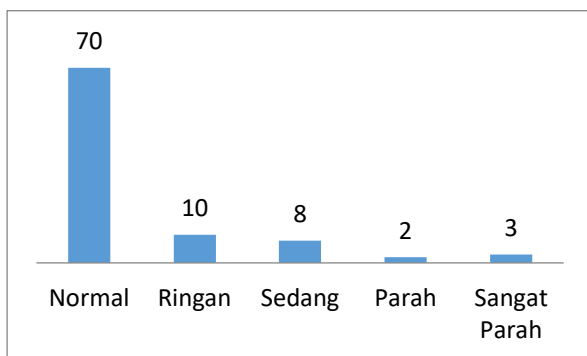
Variabel	n	%
<b>Hubungan dengan anak</b>		
Ayah	14	15
Ibu	75	85
<b>Pekerjaan orangtua</b>		
Pegawai swasta	9	9.6
Wiraswasta	11	11.8
IRT	61	65.6
Buruh harian	9	9.6
Tidak bekerja	3	3.4
<b>Pendapatan</b>		
<1juta	33	35.5
1 juta - <UMR	49	52.7
UMR	10	10.8
>UMR	1	1
<b>Orangtua WFH</b>		
Ya	32	34.4
Tidak	61	65.6

Gambaran stres orangtua selama masa pandemi COVID-19 didapatkan bahwa sebagian besar memiliki tingkat stres yang normal (87%), akan

tetapi masih ada yang mengalami stres sedang (4%) bahkan kategori parah (1%). Meskipun saat pengambilan data, anak-anak sudah mulai menjalani pembelajaran secara langsung, masih terdapat hal-hal yang membuat orangtua merasa stres dengan yang terjadi akibat pandemi COVID-19 dan selama menjalani masa *new normal*. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang juga menemukan adanya orangtua dengan level stres berat atau parah karena dampak dari pandemi(11), dan semakin meningkat di tahun kedua karena masalah lainnya yang terus menumpuk dengan lainnya (4).



Gambar 1. Diagram Batang Gambaran Tingkat Stres Orangtua



Gambar 2. Diagram Batang Gambaran Tingkat Kecemasan Orangtua

Hasil analisis univariat terhadap tingkat kecemasan orangtua menunjukkan sebagian besar orangtua memiliki level kecemasan di kategori "normal" (n=70, 75.3%). Akan tetapi masih ada yang merasakan kecemasan parah (n=2, 2%), bahkan sangat parah (n=3, 3%) karena pandemi COVID-19. Banyaknya hal yang berubah selama pandemi terjadi, membuat orangtua merasakan ketakutan berlebih (6).

Analisis univariat yang dilakukan terhadap kemampuan sosial anak menunjukkan nilai rata-rata yang cukup baik (dari nilai maksimal 16) untuk aspek penerimaan (Mean=11,1) dan kontrol diri (Mean=13,6). Akan tetapi untuk aspek kemampuan bekerjasama, anak-anak memperoleh nilai yang rendah (Mean=3,2). Hal ini mungkin terjadi karena anak-anak mengalami kesulitan untuk bersosialisasi dengan anak sebayanya karena sebelumnya di masa pandemi mereka memiliki keterbatasan dalam berinteraksi. Hal ini tentu berdampak pada kemampuan anak untuk bekerjasama seperti saling mendukung saat gagal atau saling memberi apresiasi saat lainnya berhasil.

Hasil uji regresi linear (tabel 2) menunjukkan bahwa tingkat kecemasan orangtua berhubungan secara linear terhadap kemampuan sosial anak dalam bekerja sama dengan orang lain. Hal ini dapat disebabkan karena anak merasakan atau melihat kecemasan yang dialami oleh orangtuanya, terlebih lagi di masa-masa pandemi(11). Sehingga orangtua cenderung melarang anak untuk bersosialisasi oleh orang lain, terlebih lagi bekerja sama yang

mengharuskan terpapar langsung dengan orang lain. Penelitian sebelumnya menunjukkan orangtua yang pandai berkomunikasi dengan orang lain, dapat menjadi contoh bagi anak dalam membuka persahabatan dengan orang lain. Tetapi ketika perilaku dan sikap sosial orang tua yang buruk diperlihatkan kepada anak-anak, mereka juga akan meniru orangtuanya(12).

Tabel 2. Hasil Uji Regresi Linear Kesehatan Mental Orangtua (Stres dan Cemas) terhadap Kemampuan Sosial Anak

Variabel independen	Variabel dependen					
	KS "Penerimaan"		KS "Kontrol diri"		KS "Kerjasama"	
	R	95% CI	R	95% CI	R	95% CI
Tingkat Stress	0.168	0.47-4.31	0.043	12.820-14.425	0.168	0.476-4.318
Tingkat Cemas	0.078	8.168-12.952	0.001	12.826-14.287	0.446*	0.84-3.09

\*p<0.05

Di masa pandemi, anak-anak menghabiskan lebih banyak waktu di rumah, sehingga perasaan yang dialami orangtua dan terwujud dalam perilaku menjadi hal yang ditiru anak-anak. Penelitian lain juga menemukan bahwa orangtua yang mengalami gangguan Kesehatan mental seperti stress dan kecemasan dapat meningkatkan risiko kekerasan pada anak dan berdampak pada tumbuh kembangnya di masa mendatang (13,14).

Dalam penelitian ini menemukan nilai yang cukup baik untuk kategori kemampuan sosial "penerimaan" serta "kontrol diri", artinya anak-anak dapat mengembangkan aspek ini selama berinteraksi dengan orangtua, seperti melakukan

kontak mata saat berbicara, bersedia bersabar menunggu giliran, dan lainnya.

Akan tetapi, untuk aspek "Kerjasama" mendapatkan nilai yang relatif rendah. Kemampuan kerjasama diukur dengan membantu teman yang kesulitan, mengapresiasi teman yang berhasil melakukan tugas, dan menyemangati teman yang gagal. Hal ini tidak tampak dilakukan selama proses observasi, anak-anak cenderung tidak berespon saat temannya berhasil atau gagal. Kecemasan dan stress yang dialami orangtua selama masa pandemi memberikan pengaruh terhadap interaksi yang terjadi dengan anak (15), sehingga seringkali orangtua tidak memberikan apresiasi atau pun ungkapan semangat terhadap anak (13).

**KESIMPULAN**

Masa pandemi merupakan masa yang sulit bagi seluruh pihak, termasuk orangtua dan anak. Intervensi khusus diperlukan bagi orangtua untuk dapat mengelola stress dan kecemasan, serta bagi anak-anak agar dapat bersosialisasi dengan baik di lingkungan yang sebenarnya.

**PENUTUP**

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada seluruh responden yang terlibat, serta kepada KemendikbudRistek yang telah memberikan dukungan dana dalam pelaksanaan penelitian ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

[1]. Fong VC, Iarocci G. Child and Family Outcomes Following Pandemics: A

- Systematic Review and Recommendations on COVID-19 Policies. [cited 2023 Jun 23]; Available from: <https://academic.oup.com/jpepsy/article/45/10/1124/5934002>
- [2]. Penna AL, de Aquino CM, Pinheiro MSN, do Nascimento RLF, Farias-Antúnez S, Araújo DABS, et al. Impact of the COVID-19 pandemic on maternal mental health, early childhood development, and parental practices: a global scoping review. *BMC Public Health*. 2023 Dec 1;23(1).
- [3]. Kemendikbud. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan » Republik Indonesia [Internet]. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI. 2020 [cited 2022 Feb 9]. Available from: <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/mendikbud-terbitkan-se-tentang-pelaksanaan-pendidikan-dalam-masa-darurat-covid19>
- [4.] Selfi Lailiyatul Iftitah MFA. Peran orang tua dalam mendampingi anak di rumah selama pandemi covid-19. *JCE (Journal of Childhood Education)*. 2020;4(2):71–81.
- [5]. Susilowati E, Azzasyofia M. View of The Parents Stress Level in Facing Children Study From Home in the Early of COVID-19 Pandemic in Indonesia [Internet]. *International Journal of Science and Society*. 2020 [cited 2022 Feb 6]. p. 1–12. Available from: <https://ijsoc.goacademica.com/index.php/ijsoc/article/view/117/101>
- [6]. Achterberg M, Dobbelaar S, Boer OD, Crone EA. Perceived stress as mediator for longitudinal effects of the COVID-19 lockdown on wellbeing of parents and children. *Sci Rep*. 2021 Dec 1;11(1).
- [7]. Piqueras JA, Tilburg M Van, Adams EL, Smith D, Caccavale LJ, Bean MK. Parents Are Stressed! Patterns of Parent Stress Across COVID-19. *Frontiers in Psychiatry* | [www.frontiersin.org](http://www.frontiersin.org) [Internet]. 2019 [cited 2023 Jun 23];1:626456. Available from: [www.frontiersin.org](http://www.frontiersin.org)
- [8]. Takahashi Y, Okada K, Hoshino T, Anme T. Developmental Trajectories of Social Skills during Early Childhood and Links to Parenting Practices in a Japanese Sample. *PLoS One*. 2015;10(8):1–14.
- [9]. Lodder GMA, Scholte LGRHJ, Engels RCME. Adolescent Loneliness and Social Skills : Agreement and Discrepancies Between Self- , Meta- , and Peer- Evaluations. *J Youth Adolesc*. 2016;45(12):2406–16.
- [10]. Damanik ED, Erida Rusli. Pengujian reliabilitas, validitas, analisis item dan pembuatan norma Depression Anxiety Stress Scale (DASS). [Depok]: Universitas Indonesia; 2006.
- [11]. Bhattacharjee A, Ghosh T. COVID-19 Pandemic and Stress: Coping with the

- New Normal. *J Prev Health Promot.* 2022 Jan;3(1):30–52.
- [12]. Zhu C. The Important Factor of Children's Social Skills: Parents' Styles [Internet]. 2021. Available from: [www.sciencedaily.com/releases/2004/07/04072208](http://www.sciencedaily.com/releases/2004/07/04072208)
- [13]. Meade J. Mental Health Effects of the COVID-19 Pandemic on Children and Adolescents A Review of the Current Research. [cited 2023 Jun 23]; Available from: <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2021.05.003>
- [14]. Furlong M, McGilloway S, Mulligan C, Killion MG, McGarr S, Grant A, et al. Covid-19 and Families With Parental Mental Illness: Crisis and Opportunity. *Front Psychiatry.* 2021 Jul 27;12.
- [15]. Johnson MS, Skjerdingsstad N, Ebrahimi O v., Hoffart A, Johnson SU. Parenting in a Pandemic: Parental stress, anxiety and depression among parents during the government-initiated physical distancing measures following the first wave of COVID-19. *Stress and Health* [Internet]. 2021 [cited 2022 Feb 6]; Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/smi.3120>