

Peran Pendampingan Belajar Di Era New Normal Terhadap Kesehatan Mental Anak

Ama Noor Fikrati¹⁾, Dewi Sartika²⁾, dan Ira Wahyu Wardhani³⁾

¹⁾Program Studi Pendidikan Matematika, STKIP PGRI Jombang, Jalan Pattimura III No. 20, ama.noor@stkipjb.ac.id

²⁾Program Studi Pendidikan Bahasa Indonesia, STKIP PGRI Jombang, Jalan Pattimura III No. 20, d.sartika9721@gmail.com

³⁾Program Studi Pendidikan Matematika, STKIP PGRI Jombang, Jalan Pattimura III No. 20, wardhaniira12@gmail.com

Article history

Received : 20 Januari 2022

Revised : 14 Februari 2022

Accepted : 15 Maret 2022

*Corresponding Author

Ira Wahyu Wardhani

Email : wardhaniira12@gmail.com

Abstrak

Pada Era New Normal, proses belajar anak dilakukan secara online. Hal ini menyebabkan dampak baik dan buruk terhadap pembelajaran anak. Dampak baiknya, kegiatan pembelajaran masih dapat dilakukan meskipun tidak dengan bertatap muka. Dampak buruknya, lamanya kegiatan pembelajaran berbasis online ini dapat berdampak pada kesehatan mental anak. Kesehatan mental merupakan kondisi dari kesejahteraan yang disadari individu, yang di dalamnya terdapat kemampuan-kemampuan untuk mengelola stres kehidupan yang wajar, atau bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta berperan serta di komunitasnya. Tujuan adanya peran pendamping dalam proses pembelajaran ini sangatlah penting agar mampu membantu siswa dalam memahami materi, sehingga dapat mengurangi tingkat stress pada anak, dan kesehatan mental anak dapat terjaga. Subjek dalam penelitian adalah anak SD dusun Sarirejo-Karangtengah. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif karena dalam pemaparan data dilakukan secara deskriptif. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa Adanya pendampingan ini mampu meringankan beban siswa dalam belajar dan meredakan kebingungan anak serta mengurangi tingkat kestressan pada anak terhadap materi yang diajarkan karena dengan pendampingan bisa memberikan pemahaman atas materi yang sedang dibahas. Dengan demikian kesehatan mental anak bisa terjaga.

Kata Kunci : Belajar, Kesehatan Mental, Era New Normal

Abstract

In the New Normal Era, the process of learning children is done online. This leads to both good and bad effects on the child's learning. The good impact, learning activities can still be done even if not stood face to face. The bad impact, the length of this online-based learning activity can have an impact on children's mental health. Mental health is a condition of the well-being that individuals realize, in which there are abilities to manage the stress of a reasonable life, to work productively and produce, and participate in their communities. The purpose of the role of a companion in the learning process is very important in order to be able to help learners in understanding the material, to reduce the level of stress in children, and the child's mental health can be maintained. The subject of this study was an elementary school boy in sarirejo-karangtengah. This research uses qualitative methods because in the exposure of data is done descriptively. The results of this study state that this assistance is able to ease the burden of students in learning and reduce child confusion and reduce the level of distress in children to the material taught because with assistance can provide understanding of the material being discussed. Thus, the child's mental health can be maintained.

Keywords : Learn, Mental Health, New Normal Era

PENDAHULUAN

Di tengah masa pandemi Covid 19 yang masih berlangsung dan dimulainya Era New Normal, masyarakat dituntut untuk tetap mematuhi protokol kesehatan dalam beraktivitas sehari-hari (Aly M. N. dkk, 2020). Menurut Ketua Tim Pakar Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 Wiku Adisasmita (2020) Era New Normal adalah perubahan perilaku untuk tetap menjalankan aktivitas normal namun dengan ditambah menerapkan protokol kesehatan guna mencegah terjadinya penularan Covid-19. Hal ini berdampak hampir pada semua sektor, baik sosial, budaya, agama, ekonomi, hingga pendidikan. Pada sektor pendidikan, bagi siswa pedesaan yang tidak memiliki fasilitas lengkap dan mendukung pembelajaran online, menjadi salah satu faktor munculnya kondisi malas belajar dan contek mencontek. Hal ini disebabkan banyak orang tua yang merasa kesulitan dalam mengejar sistem pembelajaran online yang berbasis digital, sedangkan notabene orang desa cenderung kurang mengerti akan teknologi digital, menyebabkan orang tua kesulitan memberikan pendampingan pada anak khususnya usia SD dalam belajar.

Permasalahan yang dihadapi orang desa, khususnya di dusun Sarirejo ini terdapat pada bidang pendidikan. Menurut UU No. 20 tahun 2003, Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara. Sedangkan menurut Menurut Ki Hajar Dewantara (Nugroho, J., 2020) menjelaskan tentang pengertian pendidikan yaitu: Pendidikan yaitu tuntutan di dalam hidup tumbuhnya anak-anak, adapun maksudnya, pendidikan yaitu menuntun segala kekuatan kodrat yang ada pada anak-anak itu, agar mereka sebagai manusia dan sebagai anggota masyarakat dapatlah mencapai keselamatan dan kebahagiaan setinggi-tingginya.

Pendidikan merupakan hal penting dalam kehidupan, Namun, adanya pandemi Covid-19 hingga menuju era new normal ini mengakibatkan anak belajar secara online di rumah yang membuat sebagian warga mengeluh dengan segala pembelajaran yang dihadapi oleh anaknya. Ketika mendapatkan tugas, orang tua merasa kesusahan untuk menjawabnya dan membutuhkan bantuan yang mampu memberikan arahan serta pendampingan anak-anaknya belajar di rumah.

Istilah pendampingan berasal dari kata kerja “mendampingi” yaitu suatu kegiatan menolong yang karena sesuatu sebab butuh didampingi. Menurut Deptan (2004), pendampingan adalah kegiatan dalam pemberdayaan masyarakat dengan menempatkan tenaga pendamping yang berperan sebagai fasilitator, komunikator, dan dinamisator. Pendampingan berarti bantuan dari pihak lain yang sukarela mendampingi seseorang atau pun dalam kelompok untuk memenuhi kebutuhan dan pemecahan masalah dari masing-masing individu maupun kelompok.

Berdasarkan dari pengertian pendampingan yang telah dijelaskan diatas, dapat disimpulkan bahwa pendampingan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah model atau cara dalam suatu aktivitas yang dilakukan dan dapat bermakna pembinaan, pengajaran, pengarahan dengan menempatkan tenaga pendamping sebagai fasilitator, komunikator dan dinamisator sehingga anak mampu mencapai kualitas belajar yang lebih baik.

Sementara itu, mayoritas masyarakat dusun Sarirejo ini lebih banyak yang bekerja sebagai buruh tani, sehingga kurang memiliki waktu untuk mendampingi anaknya belajar. Tidak hanya itu, tingkatan sekolah orang tua yang rendah juga menjadi faktor kesulitan dalam pendampingan belajar, yang mana mata pelajaran saat ini lebih sulit dibandingkan dengan muatan pelajaran zaman dahulu.

Rata-rata pendidikan orang tua di desa Sarirejo ini hanya tamatan SD, beruntung bagi mereka yang memiliki kerabat ataupun kakak yang sudah sekolah hingga jenjang yang lebih

tinggi. Namun Faktanya, tidak semua mampu mendampinginya dalam belajar, karena mereka pun memiliki tugas sendiri. Pembelajaran selama era new normal ini dianggap semakin banyak dari pada pembelajaran yang dilakukan di kelas, tidak jarang siswa ini kadang juga mengeluh tidak dapat memahami materi dengan baik dan hanya diberikan tugas, sedangkan dalam pemberian tugas ini tidak diberikan materi pengantar. Jikalau ada itu hanya berupa rumus dan contoh soal. Selain itu, bahan materi belajar atau buku pendamping juga masih kurang dapat memahami anak pada materi yang dibahas.

Tugas yang diberikan oleh pendidik, tidak diimbangi dengan penjelasan dan pemahaman terhadap siswa, sehingga siswa pun tidak memahami materi yang diajarkan. Tetapi kerap kali diberikan tugas dan tugas. Keterbatasan peminjaman buku ini pun terkadang menjadi kendala dalam pembelajaran dari rumah, teman yang tidak memiliki buku harus pergi untuk mengerjakan bersama temannya yang mendapat pinjaman buku. Tidak hanya itu, dalam pengerjaan tugas pun sebagian besar anak-anak di dusun Sarirejo ini biasanya mencotek dari jawaban teman yang sudah dibantu oleh kakak temannya. Sehingga kebiasaan contek mencotek pun semakin lekat pada mereka, sedangkan pemahaman yang didapatkan masih sangat minim.

Sasaran program kelompok belajar bersama ini ditujukan untuk membantu meringankan siswa khususnya tingkatan sekolah dasar yang berada di lingkungan dusun Sarirejo yang memerlukan bantuan pendampingan untuk belajar online di rumah. Meskipun nantinya sekolah sudah bisa normal kembali kegiatan, kelompok belajar bersama ini mampu memenuhi kebutuhan siswa yang belum diperoleh selama di sekolah atau meringankan siswa dalam memahami materi yang dipelajari di sekolah.

Biasanya siswa SD ini mengerjakan secara berkelompok, namun ada pula yang meminta bantuan tetangganya untuk mendampinginya belajar, seperti halnya yang dialami oleh pelaksana kegiatan. Oleh karena itu, pada

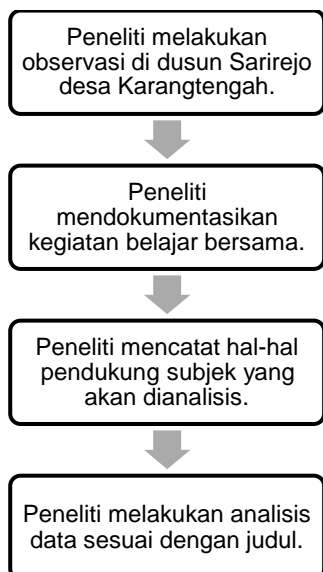
kegiatan pengabdian ini tujuannya untuk memberikan fasilitas belajar bersama bagi siswa SD di dusun Sarirejo-Karangtengah untuk mendapatkan pendampingan belajar di era new normal

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di dusun Sarirejo-Karangtengah dengan subjek penelitiannya adalah anak SD dusun Sarirejo. Metode yang digunakan dalam penelitian ini kualitatif, yakni memaparkan data secara deskriptif. Menurut Moleong (2007) Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dll, secara holistik, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. Sedangkan Ratna (2004) mengatakan bahwa dalam proses penelitian kualitatif ini merupakan penelitian yang memanfaatkan cara penafsiran dengan menyajikan data berbentuk deskripsi. Pada penelitian ini, pelaksana menggunakan metode kualitatif dengan berbasis pendidikan.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan sepemahaman dengan Sudikan (2014) teknik pengumpulan data dalam penelitian sebagai berikut (1) teknik perekaman, baik audio maupun audiovisual, (2) pemotretan, (3) pencatatan, (4) wawancara yang mendalam, dan (5) studi kepustakaan dan analisis dokumentasi. Sedangkan pada tahapan penelitian ini digunakan tahapan menurut Bugin (2011), sebagai berikut (1) pengumpulan data, (2) penggolongan (pengklasifikasian data), (3) penganalisisan data. Peneliti menggunakan teknik observasi dan juga studi pustaka.

Setelah itu, peneliti akan menghubungkan hasil telaah tersebut dengan kegiatan belajar mengajar melalui adanya pendampingan dan tidak pada anak usia SD terhadap kesehatan mental serta tekanan yang dialami oleh seorang siswa SD. Prosedur yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data penelitian adalah pada diagram berikut ini:



Gambar 1. Prosedur pengumpulan data penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pembelajaran yang dilakukan sekarang ini pastinya masih menjadi momok bagi beberapa siswa yang tidak bisa belajar sendiri terlebih dengan belajar online. Siswa terdiri dari berbagai macam karakter, baik dari karakter dari segi penerimaan materi, gaya belajar, daya penyerapan intruksi, dan lain sebagainya. Hasil dari riset Ikatan Psikolog Klinis (IPK) Indonesia 2020 ini menyatakan bahwa semakin tinggi jenjang anak, maka semakin rentan mengalami gangguan kesehatan mental.

Menurut WHO, kesehatan mental adalah kondisi dari kesejahteraan yang disadari individu, yang di dalamnya terdapat kemampuan-kemampuan untuk mengelola stres kehidupan yang wajar, untuk bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta berperan serta di komunitasnya (2019). Kesehatan mental merupakan terjemahan dari istilah mental hygiene. Mental berasal dari kata latin mens, mentis yang berarti jiwa, nyawa, sukma, roh, dan semangat, sedangkan hygiene berasal dari kata Yunani hygiene yang berarti ilmu tentang kesehatan. Jadi kesehatan mental menjelaskan tentang kehidupan mental

manusia dengan memandang manusia sebagai totalitas psikofisik yang kompleks. (Semium, 2006)

Dalam hal ini, guru dan orang tua berperan penting sebagai pendamping pertama bagi anak yang dapat menenangkan dan memberikan dukungan psikologis maupun gangguan kesehatan mental pada diri mereka. Pernyataan ini dilansir dari RDK FM Syarif Hidayatullah Jakarta dengan judul "Pentingnya Dukungan Kesehatan Mental Bagi Pelajar di Masa Pandemi" (Azzara, 2021).

Keberadaan peran orang tua atau pendamping belajar ini sangat penting bagi siswa. Adanya pendamping ketika belajar ini dapat menjadi pendengar atas segala keluhan yang ia rasakan, ataupun juga tempat bertanya atas apa yang belum mereka ketahui. Ketika semua perasaan sudah dapat dilepaskan, dapat diartikan beban pikiran mereka sedikit berkurang karena pikiran mereka sudah terlepaskan. Kondisi belajar daring pun, membuat banyak anak tidak memiliki tempat untuk bercerita atau bergurau, lain halnya dengan pembelajaran yang dilaksanakan secara tatap muka. Mereka bisa menikmati hiburan dengan bersenda gurau dengan temannya ditengah waktu belajar. Sehingga pikiran bisa kembali segar, berbeda dengan pembelajaran daring yang bisa dibilang sangat monoton serta tidak cukup interaktif.

Berdasarkan observasi dan wawancara terhadap anak-anak SD yang mengikuti program kegiatan program belajar bersama ini diperoleh hasil bahwa anak-anak merasa lebih nyaman dan tenang jika belajar ada yang mengajari. Ketika dalam kondisi yang bingung atas materi yang diberikan ada tempat untuknya bertanya, sehingga itu tidak terlalu membebankan pikirannya. Selain itu juga pembelajaran online yang terkadang tidak diberikan pengantar atau pembahasan materi ini sangat mengganggu proses belajar, karena siswa dituntut untuk bisa memahami secara mandiri, sedangkan kapasitas dan karakteristik masing-masing anak berbeda. Bahkan ketika pembelajaran tatap muka dan diberikan

penjelasan masih terdapat siswa yang belum mampu memahami materi yang diajarkan.

Hal tersebut pasti cukup terbayangkan bagaimana susah dan tersiksanya pikiran anak yang mengalami hal tersebut. Adanya pendampingan ini mampu meredam kebingungan anak serta mengurangi tingkat ke-stresan pada anak terhadap materi yang diajarkan karena dengan pendampingan bisa memberikan pemahaman atas materi yang sedang dibahas. Dengan demikian kesehatan mental anak bisa terjaga.



Gambar 2. Kegiatan pendampingan belajar anak SD di Dusun Sarirejo

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa pembelajaran dengan sistem daring ini memiliki sisi negatif bagi kesehatan. Seperti halnya belajar mandiri yang tidak tahu mana salah dan mana benar, kejadian seperti ini terkadang mampu membuat seseorang frustrasi yang akhirnya akan berputus asa dalam belajar ataupun mengerjakan sesuatu.

- 1) Kegiatan belajar yang didampingi oleh kedua orang tua atau guru dapat meringankan beban siswa dalam belajar.
- 2) Pendampingan ketika belajar sangat penting dilakukan untuk mengurangi tingkat ke-stresan pada anak, sehingga kesehatan mental anak terjaga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada semua pihak yang melatarbelakangi dan mendukung dalam kepenulisan penelitian ini. Dengan hormat tersampaikan terima kasih kepada

1. Kegiatan belajar yang didampingi oleh kedua orang tua atau guru dapat meringankan beban siswa dalam belajar
2. Pendampingan ketika belajar sangat penting dilakukan untuk mengurangi tingkat ke-stresan pada anak, sehingga kesehatan mental terjaga

DAFTAR PUSTAKA

- Aly M. N. dkk, 2020. Panduan Aman "New Normal" Menghadapi Pandemi Covid-19. *Journal of Public Service*.4(2)
- Annisa, Nurul G, dkk. 2020. Hubungan Sistem Pembelajaran Daring dengan Kesehatan Mental Mahasiswa di Era Covid-19 Menggunakan Chi-Square dan Dependency Degree. *Jurnal Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*.
- Bugin, Burhan. 2011. *Metodologi Penelitian Kualitatif: Aktualisasi Metodologis ke Arah Ragam Varian Kontemporer*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Ratna, Nyoman K. 2004. *Teori, Metode, dan Teknik Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sudikan, Setya Yuwana. 2014. *Metode Penelitian Sastra Lisan*. Surabaya: Citra Wacana.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Yulianingsih, Wiwin, dkk. 2021. Keterlibatan Orang Tua dalam Pendampingan Belajar Anak Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- World Health Organization. 2003. *Kesehatan Mental dalam Kedaruratan* Department of

Mental Health and Substance Dependence
World Health Organization Geneva