

FAKTOR DAN TAHAP TEKINAN IBU BAPA TERHADAP PENDIDIKAN ANAK-ANAK SEMASA PANDEMIK COVID-19

Izzah Nur Aida Zur Raffar

Akademi Pengajian Islam Kontemporari, UiTM Cawangan Melaka,
Kampus Alor Gajah, 78000 Alor Gajah, Melaka, Malaysia

Nang Naemah Nik Dahalan

Akademi Pengajian Islam Kontemporari, UiTM Cawangan Melaka,
Kampus Alor Gajah, 78000 Alor Gajah, Melaka, Malaysia

Hamidah Jalani

Akademi Pengajian Islam Kontemporari, UiTM Cawangan Melaka,
Kampus Alor Gajah, 78000 Alor Gajah, Melaka, Malaysia

Mariam Farhana Md Nasir

Akademi Pengajian Islam Kontemporari, UiTM Cawangan Melaka,
Kampus Alor Gajah, 78000 Alor Gajah, Melaka, Malaysia

Nor Adina Abdul Kadir

Akademi Pengajian Islam Kontemporari, UiTM Cawangan Melaka,
Kampus Alor Gajah, 78000 Alor Gajah, Melaka, Malaysia

Sarah Dina Mohd Adnan

Akademi Pengajian Islam Kontemporari, UiTM Cawangan Melaka,
Kampus Alor Gajah, 78000 Alor Gajah, Melaka, Malaysia

Corresponding Author's Email: izzahnur@uitm.edu.my

Article history:

Received : 4 April 2023

Accepted : 10 April 2023

Published : 10 Mei 2023

ABSTRAK

Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) ketika pandemik COVID-19 menjejaskan kesejahteraan emosi, psikologi, mengundang kegelisahan, kerisauan, bersendirian dan kemurungan serta tekanan ekonomi berterusan. Ibu bapa turut tidak terkecuali terkesan dengan penularan COVID-19 dan PKP apabila bimbang dengan kesihatan mental dan emosi anak-anak pada musim PKP serta stres dan terbeban dengan proses pengajaran dan pembelajaran di rumah (PDPR). Oleh itu, krisis dan tekanan yang didapati wujud dalam kalangan ibu bapa perlu dikenalpasti bagi memelihara kelestarian kesejahteraan keluarga meskipun pandemik berlaku. Justeru, kajian ini dilakukan bagi mengenalpasti faktor

tekanan yang dialami oleh ibu bapa semasa tempoh pandemik dan menganalisis tahap tekanan ibu bapa dalam pendidikan anak-anak semasa tempoh pandemik. Reka bentuk kajian ini adalah kajian tinjauan. Kaedah pengumpulan data kuantitatif dilakukan menggunakan edaran borang soal selidik terhadap 516 ibu bapa yang dipilih secara bertujuan (*purposive sampling*) dan dianalisis menggunakan SPSS secara deskriptif menggunakan min, kekerapan dan peratusan. Hasil kajian menunjukkan antara faktor utama ibu bapa berasa tertekan ketika pandemik adalah disebabkan terkongkong berada bersama keluarga dengan nilai min=3.10. Selain itu, terdapat tiga jenis tahap tekanan ibu bapa semasa pandemik iaitu tahap rendah, sederhana dan tinggi. Kajian ini diharap dapat dimanfaatkan oleh ibu bapa dan semua keluarga muslim berhadapan dengan cabaran semasa, seterusnya menjadi indikator kepada pihak bertanggungjawab dalam usaha memberi pendidikan, bimbingan dan program bersesuaian ke arah keharmonian keluarga di Malaysia.

Kata Kunci: faktor, pandemik, pendidikan, ibu bapa, tekanan

PARENTAL STRESS FACTORS AND LEVELS ON CHILDREN'S EDUCATION DURING THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRACT

The Movement Control Order (MCO) during the COVID-19 pandemic affected emotional and psychological well-being, inviting anxiety, solitude, and depression, as well as constant economic stress. Parents are also not spared the spread of COVID-19 and MCO when worried about their children's mental and emotional health during the MCO season, as well as stress and being burdened by the process of teaching and learning at home (PDPR). Therefore, the crises and pressures found to exist among parents need to be identified in order to preserve the sustainability of family well-being despite the pandemic. Thus, this study was done to identify the stress factors experienced by parents during the pandemic period and to analyse the level of parental stress in children's education during the pandemic period. The design of this study is a survey. The quantitative data collection method was carried out using the circulation of questionnaires among 516 purposely selected parents (purposive sampling) and analysed using SPSS descriptively using mean, frequency, and percentage. The results showed that one of the main reasons parents feel stressed during the pandemic is because they are stuck with their family, with a mean of 3.10. In addition, there are three types of parental stress levels during the pandemic: low, medium, and high. It is hoped that this study will be used by parents and all Muslim families faced with current challenges, thus becoming an indicator of the responsible parties in providing education, guidance, and programmes towards family harmony in Malaysia.

Keywords: factors, pandemic, education, parents, stress

PENGENALAN

Kajian mengenai pandemik semakin banyak dilakukan berikutan seluruh dunia kini berhadapan dengan kesan dan akibat wabak pandemik dan pasca COVID-19, antaranya kajian yang dilakukan oleh Talha (2020), Greyling et.al (2020), Brooks et al. (2020), Jiao et al. (2020), Orgilés et al. (2021), Sahid et.al (2020), (Li et al. (2020), Shigemura et al. (2020), Dong et al. (2020), Wenjun et al. (2020), Fisher et al. (2020), Cusinato et al. (2020), Wu, Q. & Xu. Y (2020), (Brooks et al. 2020) dan Heather et al. (2020). Pandemik COVID-19 yang berlarutan telah mengubah senario kehidupan harian masyarakat. Sekatan sosial yang dilaksanakan kebanyakan negara termasuk Malaysia telah memberi kesan kepada aspek politik, ekonomi, sosial, kesihatan dan pendidikan (Abdul Aziz et al., 2020).

Langkah-langkah pencegahan seperti pelaksanaan perintah kawalan pergerakan yang menghadkan pelbagai aktiviti sosial telah membawa kepada perubahan gaya hidup harian masyarakat berbanding kehidupan sebelumnya (Talha 2020). Hal ini tidak hanya berlaku di Malaysia, malahan dialami oleh segenap penduduk dunia dengan penguatkuasaan perintah berkurung (lockdown) bagi mengawal penyebaran virus COVID-19 (Greyling et al., 2020). Dari sisi keselamatan masyarakat, penguatkuasaan ini diakui sebagai suatu langkah pencegahan yang sangat baik. Walaubagaimanapun, tidak dinafikan akan kesan sampingan yang wujud di sebalik sekatan sosial yang dilaksanakan ini terhadap individu, keluarga dan masyarakat. Dari sudut ekonomi, dipersetujui kalangan penyelidik Barat mahupun tempatan (Abdul Aziz et al., 2020) akan kesan dihadapi oleh pasaran buruh di seluruh dunia yang mempengaruhi faktor pengeluaran dan juga permintaan. Perkara ini jelas mengakibatkan segala aktiviti ekonomi menjejaskan pendapatan isi rumah dan perniagaan.

Kajian oleh Brooks et al. (2020), Jiao et al. (2020) dan Orgilés et al. (2021) mendedahkan bagaimana sekatan sosial ini menjejaskan kesejahteraan emosi pada orang dewasa dan kanak-kanak. Hal ini kerana pembatasan dan penghadan segala aktiviti yang belum pernah terjadi pada kehidupan sebelum yang akhirnya menyumbang kepada peningkatan konflik domestik (Jiao et al. 2020). Tidak ketinggalan merasai kesan yang sama di Malaysia, bila mana pandemik ini mampu membangkitkan tekanan psikologi negatif kepada semua individu (Ali, 2020) seperti gejala kegelisahan dan kerisauan, rasa bersendirian dan kemurungan akibat proses kuarantin yang panjang dan tekanan ekonomi yang berterusan. Natijah kepada kesan sampingan ini secara tidak langsung telah mencetuskan implikasi buruk dan tekanan terhadap semua aspek kehidupan komuniti khususnya emosi individu yang seterusnya boleh melarat dalam institusi keluarga.

Institusi kekeluargaan tidak terkecuali dari tempas pandemik ini. Ibu bapa turut terkesan dengan penularan COVID-19 dan PKP apabila bimbang dengan kesihatan mental dan emosi anak-anak pada musim PKP serta stres dan terbeban dengan proses pengajaran dan pembelajaran di rumah (PDPR) (Megat 2021). Sehubungan itu, timbul persoalan seperti apakah faktor yang menyebabkan ibu bapa tertekan ketika pandemik? bagaimanakah tahap tekanan yang dialami oleh

ibu bapa dalam pendidikan anak-anak semasa pandemik? Justeru, kajian ini dilakukan bagi mengenalpasti faktor tekanan yang dialami oleh ibu bapa semasa tempoh pandemik dan menganalisis tahap tekanan ibu bapa dalam pendidikan anak-anak semasa tempoh pandemik.

METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini menggunakan pendekatan kaedah kuantitatif dalam usaha menjawab objektif yang dibincangkan. Rekabentuk kajian ialah kajian tinjauan (*survey*). Instrumen utama yang digunakan dalam kajian ini untuk pengumpulan data ialah borang soal selidik melalui 'google form' menerusi platform maya. Kebolehpercayaan instrumen adalah diperolehi melalui kajian rintis untuk menguji ketekalan tinjauan dengan nilai Pekali indeks Alpha Cronbach sebelum menjalankan kajian sebenar. Pengkaji menjalankan kajian rintis terhadap 50 orang ibu bapa dalam kalangan kakitangan Universiti Teknologi MARA Cawangan Melaka untuk mendapatkan kebolehpercayaan instrumen soal selidik kajian ini. Kemudian, keputusan kajian rintis dianalisis menggunakan ujian kebolehpercayaan Alpha (α) Cronbach alat ukuran dan menunjukkan nilai pekali kebolehpercayaan mencapai 0.882.

Oleh itu, nilai kebolehpercayaan instrumen soal selidik dalam kajian ini menunjukkan bahawa instrumen itu berada dalam kedudukan kebolehpercayaan yang tinggi, berkesan dan konsisten, serta boleh digunakan untuk penyelidikan sebenar (Sekaran & Bougie, 2013). Pemilihan jawapan responden dalam tinjauan diukur menggunakan skala jenis Likert dengan skor 1 'sangat tidak setuju' (STS), 2 'tidak setuju' (TS), 3 'Setuju' (S) dan 4 'sangat setuju' (SS). Seterusnya, data soal selidik dianalisis menggunakan program *Statistical Package for The Social Science* (SPSS) secara deskriptif dan dipersembahkan menerusi nilai kekerapan, skor min, peratus dan sisihan piawai untuk mengetahui faktor dan tahap tekanan ibu bapa semasa tempoh pandemik.

HASIL KAJIAN

Bahagian ini akan membincangkan berkenaan tujuan kajian ini dilakukan iaitu bagi mengenalpasti faktor tekanan yang dialami oleh ibu bapa semasa tempoh pandemik dan menganalisis tahap tekanan ibu bapa dalam pendidikan anak-anak semasa tempoh pandemik.

I. Faktor Tekanan Ibu Bapa Dalam Tempoh Pandemik

Antara tujuan kajian ini dilakukan untuk mengenalpasti punca tekanan ibu bapa ketika pandemik. Hasil kajian mendapati antara punca tekanan ibu bapa adalah tekanan emosi mengurus anak semasa PKP, terkongkong berada bersama keluarga semasa PKP, stres dengan tingkahlaku anak di rumah, jadual harian terbatas akibat sekolah ditutup, tertekan berhadapan dengan tugas kerja secara atas talian semasa PKP, kemurungan apabila ekonomi keluarga terjejas semasa

PKP, sukar mengambil alih tugas mengajar dan memantau pembelajaran anak semasa PKP, stres bekerja dari rumah dalam masa yang sama menguruskan keluarga.

Hasil kajian mendapati kebanyakan responden mengetahui bahawa ramai ibu bapa terkongkong berada bersama keluarga semasa PKP dengan nilai min 3.10 (s.p. = 0.72) diikuti dengan menghadapi kemurungan apabila ekonomi keluarga terjejas semasa PKP dengan nilai min sebanyak 3.01(s.p. 0.80). Manakala ibu bapa sukar mengambil alih tugas mengajar dan memantau pembelajaran anak semasa PKP adalah sedikit dengan nilai min= 2.56 (s.p. 0.84) dan seterusnya ibu bapa tertekan berhadapan dengan tugas kerja secara atas talian semasa PKP adalah sedikit dengan nilai min sebanyak 2.62 dan sisihan piawai 0.83. Ini dapat digambarkan menerusi jadual 1 berikut:

Jadual 1: Faktor Tekanan Ibu Bapa Ketika Pandemik

Bil	Punca Tekanan	Peratus (%)				Min	S.P
		STS	TS	S	SS		
B1	Saya menghadapi tekanan emosi mengurus anak semasa PKP	14.7 (76)	48.4 (250)	31.0 (160)	5.8 (30)	2.72	0.78
B2	Saya terkongkong berada bersama keluarga semasa PKP	30.2 (156)	51.9 (268)	15.9 (82)	10 (1.9)	3.10	0.72
B3	Saya stres dengan tingkahlaku anak di rumah	18.2 (94)	50.2 (259)	28.5 (147)	3.1 (16)	2.84	0.75
B4	Saya berasa jadual harian saya terbatas akibat sekolah ditutup	17.6 (91)	42.1 (217)	33.5 (173)	6.8 (35)	2.71	0.83
B5	Saya tertekan berhadapan dengan tugas kerja secara atas talian semasa PKP	13.8 (71)	44.0 (227)	33.1 (173)	9.1 (47)	2.62	0.83
B6	Saya menghadapi kemurungan apabila ekonomi keluarga terjejas semasa PKP	29.1 (150)	47.5 (245)	19.2 (99)	4.3 (22)	3.01	0.80
B7	Saya sukar mengambil alih tugas mengajar dan memantau pembelajaran anak semasa PKP.	14.0 (72)	37.2 (192)	39.7 (205)	9.1 (47)	2.56	0.84
B8	Saya stres bekerja dari rumah dalam masa yang sama menguruskan keluarga semasa PKP.	16.7 (86)	45.9 (237)	29.5 (152)	7.9 (41)	2.71	0.83

Sumber: Soal Selidik 2020

II. Tahap Punca Tekanan Ibu Bapa Dalam Pendidikan Anak-Anak Ketika Pandemik

Seterusnya, kajian dilakukan bagi menganalisis tahap tekanan ibu bapa semasa tempoh pandemik berlaku. Hasil kajian menunjukkan terdapat tiga jenis tahap punca berlakunya tekanan semasa tempoh pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) iaitu rendah, sederhana dan tinggi. Menurut Othman (2021) menyatakan wabak COVID-19 mempunyai kesan yang besar terhadap setiap aspek kehidupan merangkumi politik, ekonomi dan sosial dan telah memberikan reaksi yang pelbagai dari segenap lapisan masyarakat. Jadual 2 menunjukkan tahap punca berlakunya tekanan semasa tempoh PKP yang tinggi ialah sebanyak 9.1% atau 47 orang responden. Tahap penerimaan yang rendah terhadap punca berlakunya tekanan semasa tempoh PKP ialah 21.5% dengan 111 orang responden. Manakala tahap yang sederhana terhadap punca berlakunya tekanan semasa tempoh PKP ialah 69.4% atau sama dengan 358 orang responden.

Jadual 2: Tahap Punca Berlakunya Tekanan Semasa Tempoh Pandemik

Tahap	Kekerapan	Peratus (%)
Rendah (0-18)	111	21.5
Sederhana (19-29)	358	69.4
Tinggi (30-40)	47	9.1
Min : 22.27		Minimum : 8
Sisihan Piawai : 4.80		Maximum : 40

Sumber: Soal Selidik (2020)

PERBINCANGAN

Antara faktor tekanan semasa pandemik menurut dapatan kajian, menunjukkan ibu bapa berasa terkongkong apabila bersama keluarga semasa PKP (min=3.10). Menurut Ali & Rashid (2020), tidak dinafikan akan ada unsur tekanan dan kebimbangan dalam kalangan ibu bapa dan keluarga ketika menjalani PKP namun ia akan lebih menjejaskan bagi mereka yang menetap di kediaman sempit dan sesak termasuk di flat atau apartmen. Keadaan persekitaran rumah yang terkongkong ditambah kepada isu kewangan keluarga yang terjejas sepanjang PKP mampu membuatkan ibu bapa dan keluarga gagal mengawal tekanan dan akhirnya menjejaskan keluarga mereka sendiri. Impak psikologi yang mungkin dialami ibu bapa atau keluarga termasuklah berada dalam keadaan bimbang sepanjang masa, tidak boleh fokus pada kerja yang dilakukan, cepat marah, sentiasa berfikiran negatif dan paling bahaya ia boleh membawa kepada perasaan ingin membunuh diri. Hasil penemuan United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF Malaysia) melalui kajian yang dilaksanakan dalam kalangan 500 buah perumahan kos rendah di Kuala Lumpur menunjukkan dapatan membimbangkan dalam aspek kesejahteraan apabila tahap kerisauan

keluarga dengan petunjuk peraturan lebih 40% merupakan suatu kebimbangan utama (UNICEF, 2020). Hanya penyesuaian sendiri dan strategi daya tindak yang betul mampu memperkukuhkan institusi kekeluargaan mendepani norma baharu kehidupan pasca pandemik COVID-19 (Sahid et al., 2020).

Selain itu, dapatan kajian menunjukkan responden menghadapi kemurungan apabila ekonomi keluarga terjejas semasa PKP (min= 3.01). Masalah kewangan, kemiskinan yang meruncing sudah pasti memberi tekanan yang besar dalam hidup seseorang. Secara global, majoriti pakar telah memberi amaran bahawa kesan COVID-19 terhadap ekonomi, perusahaan perniagaan dan tiada pekerjaan boleh mencalarakan imej sendiri (*selfesteem*) seseorang dan membawa kepada bunuh diri. Ekonomi negara yang terjejas telah ramai diberhentikan kerja. Choi et al. (2020) juga menyatakan ada pekerja yang dipotong gaji implikasi daripada wabak ini. Ini menyebabkan sebilangan masyarakat risau mengenai masa depan dan kerjaya serta tertekan kerana gagal menyara dan memenuhi keperluan keluarga. Dari sudut ekonomi, dipersetujui kalangan penyelidik Barat mahupun tempatan Abdul Aziz et al. (2020) akan kesan dihadapi oleh pasaran buruh di seluruh dunia yang mempengaruhi faktor pengeluaran dan permintaan.

Responden juga menghadapi tekanan emosi ketika mengurus anak semasa PKP (min= 2.72). Kajian Majid (2020) membuktikan bahawa kepelbagaian perubahan rutin ketika pandemik dalam rumahtangga, rutin bekerja dan rutin sosial telah menyumbang kepada ketidaksenangan emosi sehingga menatijahkan tindak balas berbeza dalam sebuah keluarga. Apabila 'pengurus keluarga' atau isteri tidak mampu menyiapkan keupayaan fizikal dan mental untuk berhadapan dengan apa jua situasi dalam keluarga ketika fasa kesulitan ini, ianya boleh menjadi punca kepada suatu disfungsi keluarga yang tidak baik dan akhirnya menyumbang kepada perceraian. Dalam masa yang sama, ibu bapa berhadapan dengan cabaran menjaga anak bagi memastikan mereka tidak mengalami masalah gangguan emosi dan kecelaruan tingkah laku. Ini disebabkan ibu bapa juga didapati bimbang dengan kesihatan mental dan emosi anak-anak pada musim PKP (Hayin, 2020). Rutin harian yang teratur dapat membantu membentuk tingkah laku yang sihat dan mengurangkan kerunsingan. Selain itu, ibu bapa boleh mengatur rancangan aktiviti atau menyusun jadual harian anak bagi mengurangkan kebosanan dan kerunsingan mereka. Jelasnya, ibu bapa yang bimbang kesihatan mental dan emosi anak wajar berkomunikasi dengan mereka lebih kerap. Ini memberi peluang kepada anak berkongsi apa yang mereka rasai sekaligus boleh mengurangkan tekanan dialami.

Di samping itu, responden didapati menghadapi tekanan berhadapan dengan tugas kerja secara atas talian semasa PKP (min= 2.62). Seramai 77% daripada responden kajian mengakui kesukaran bekerja dari rumah. Kesukaran yang berlaku disebabkan oleh cabaran dari aspek keterbatasan akses internet, isu komunikasi dengan rakan sekerja, gangguan dari anak-anak dan kurangnya tumpuan khusus disebabkan bekerja luar kawasan pejabat. Tambahan pula, bebanan tugas atas talian merupakan faktor penyebab kepada stress pelajar, di mana memerlukan mereka untuk cepat menguasai media atas talian walaupun

mereka baru sahaja mempelajarinya. Selain itu, keadaan yang memaksa mereka untuk sentiasa berkurung di rumah, tiada aktiviti fizikal dan kurang interaksi dengan rakan sebaya menyebabkan keadaan mereka semakin memburuk. Ini juga memberi kesan psikologi kepada pelajar dalam bentuk ketakutan atau kebimbangan (Irawan et al., 2020).

Dapatan kajian juga menunjukkan responden dalam kalangan ibu bapa sukar mengambil alih tugas mengajar dan memantau pembelajaran anak semasa PKP (min= 2.56). PKP pertama kerajaan Malaysia merangkumi sekatan pergerakan dan perhimpunan di seluruh negara, penutupan semua tadika, sekolah awam dan swasta serta penutupan semua premis kerajaan dan swasta kecuali yang terlibat dalam perkhidmatan penting (Pejabat Perdana Menteri, 2020). Kaedah sekatan pergerakan dilihat sebagai suatu pendekatan yang terbaik untuk mengawal dan mengurangkan penyebaran rangkaian wabak berjangkit seperti COVID-19 (Chinazzi et al, 2020). Dari segi pendidikan, sekolah-sekolah terpaksa ditutup. Dengan kemudahan fasiliti yang ada, para guru telah menyediakan pembelajaran secara atas talian. Akan tetapi terdapat masalah terutama yang berada di kawasan pedalaman amat sukar untuk mengakses talian atau ketiadaan kemudahan teknologi yang bersesuaian di rumah. Terdapat ibu bapa juga mempunyai masalah ketiadaan alat untuk belajar seperti komputer riba ditambah pula dengan keadaan kurang berkemampuan untuk memilikinya (Hazirah, 2020).

Walaupun ramai wanita dan ibu mempunyai suami yang turut membantu, namun masih ada yang terpaksa mengurus sendiri urusan pekerjaan dan rumhatangga lantaran si suami juga terpaksa melaksanakan tugas WFH atau barisan hadapan membendung COVID-19. Langkah-langkah pencegahan seperti PKP yang mengehadkan pelbagai aktiviti sosial telah membawa kepada perubahan gaya hidup harian masyarakat berbanding sebelumnya (Talha, 2020). Begitu banyak pelajar dan guru tidak dapat bersekolah secara normal akibat pembatasan interaksi sosial. Akibatnya tidak seluruh pelajar dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik kerana ketiadaan sumber belajar dan internet yang terbatas. Ibu bapa juga terbeban kerana terpaksa mengambil alih tugas mengajar dan memantau pembelajaran anak di rumah yang mana menuntut mereka menguasai pelbagai mata pelajaran. Mereka juga menghadapi stress dan terbeban dengan proses pengajaran dan pembelajaran anak-anak ketika di rumah (PdPR) (Suhaila, 2020).

Sementara itu, tahap tekanan yang dialami oleh responden menunjukkan majoriti ibu bapa mempunyai tahap tekanan yang sederhana ketika tempoh pandemik, ini menjelaskan bahawa mereka bijak dan mampu mengawal sendiri dan keluarga dalam menghadapi cabaran pandemik dan PKP. Menurut Fatimah & Jemain (2015) berpendapat bahawa kehidupan keluarga yang baik dapat membantu setiap individu manusia untuk mengukuh dan menyerlahkan lagi keunggulan keluarga. Ibu bapa terpaksa memantau anak-anak mereka yang belajar melalui Pengajaran dan Pembelajaran di Rumah (PdPR) sehingga menambahkan bebanan dan cabaran yang perlu dihadapi oleh ibu bapa di Malaysia (Othman, 2021).

Othman (2021) menyatakan bahawa pandemik COVID-19 ini telah menimbulkan pelbagai cabaran bagi pekerja seperti ibubapa yang bekerja dalam organisasi, yang terpaksa bekerja dari rumah tanpa mengira keadaan keluarga mereka. Tambahan Othman (2021) lagi, cabaran Pengajaran dan Pembelajaran di Rumah (PdPR) adalah agak sukar bagi ibubapa untuk memantau keseluruhan perjalanan PdPR tersebut sehingga sesetengah ibu bapa keletihan dan mengalami tekanan. Ibu bapa perlu mengekalkan jadual kerja seperti biasa tetapi pada masa yang sama cuba melakukan beberapa penyesuaian agar sesuai dengan jadual kerja (Thompson, 2020). Walaubagaimanapun, kajian menunjukkan tidak semua ibu bapa menghadapi tekanan yang melampau semasa tempoh PKP dan mampu mengekalkan keharmonian dalam keluarga.

KESIMPULAN

Oleh yang demikian, penularan COVID-19 dan pelaksanaan PKP yang dijalankan telah memberi kesan langsung kepada ibu bapa dan keluarga. Kebimbangan yang melampau, kerisauan, tekanan emosi dan sebagainya telah memberi kesan langsung kepada perkembangan emosi anak-anak. Tambahan pula dengan proses PDPR, ibu bapa sepenuhnya mengambil alih tugas sebagai pendidik. Ianya suatu tugas yang mencabar, kerana rumah menjadi tempat mengurus tugas harian rumah tangga, melunaskan tugas hakiki sebagai pekerja dan dalam masa sama menjadi guru kepada anak-anak. Hasil kajian, didapati tidak semua ibu bapa 'gagal' mengawal emosi mereka. Hal ini kerana ianya boleh di atasi dengan mengenali punca tekanan itu berlaku. Setiap ibu bapa harus bijak mengawal emosi agar mampu berhadapan PKP dengan mengubah gaya hidup yang lebih sihat seperti menjalankan aktiviti bersama anak-anak, membahagikan tugas sedia ada, merancang jadual harian agar tidak merasa terbeban dengan tugas sedia ada. Sebagai ibu bapa juga, perlu berbincang dengan pihak sekolah kaedah terbaik untuk mengatasi PdPR agar pelajar tidak ketinggalan dalam pembelajaran.

Kajian yang dilakukan ini diharap dapat membantu ibu bapa dan keluarga mengatasi tekanan yang dihadapi sepanjang tempoh PKP. Bencana yang menimpa tidak dapat diubah, sebaliknya kita perlu menyesuaikan diri dengan keadaan semasa yang dinamakan norma baharu. Walaupun masih terdapat kelompongan dalam kajian ini, seperti perbezaan tahap tekanan yang dihadapi oleh lelaki dan perempuan, namun diharap kajian ini memberi sumbangan dan ruang kepada penyelidik lain untuk meneruskan kajian mengenainya.

PENGHARGAAN

Kertas kerja ini merupakan salah satu hasil penyelidikan yang dibuat untuk memenuhi Geran Dalaman Teja (GDT 2022/1-6). Penyelidikan ini dibiayai oleh Universiti Teknologi MARA, Cawangan Melaka.

RUJUKAN

- Abdul Aziz, A. R., Sukor, N. M., & Razak, N. H. A. (2020). Wabak COVID-19 : Pengurusan Aspek Kesihatan Mental Semasa Norma Baharu. *International Journal of Social Science Research* 2 (4): 156–74. <http://myjms.mohe.gov.my/index.php/ijssr>.
- Ali, E., & Rashid, M. A. (2020). Pandemik Covid 19 Mendeapani Impak Psikososial. *PERSPEKTIF*. 11.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., and Rubin, G. J. (2020). The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce It: Rapid Review of the Evidence. *The Lancet* 395 (10227): 912–20. <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0140673620304608?token=62E1E9F95CD6B5A45B314E3A467607167EB71722308F880A3C4AB91E936DF1D64F858B6D85715D902E2C602FE8D8515A&originRegion=eu-west-1&originCreation=20210819035706>.
- Fatimah, R., & Jemain, A. A. (2015). *Institusi Keluarga Di Malaysia: Peranan Dan Kualiti*. Bangi: UKM Press.
- Fisher, Jenny, Jean C. L., Rebecca L., Rense N., Richard J. P., Katherine R. C., and Mara A. Y. (2020). “Community, Work, and Family in Times of COVID-19.” *Community, Work and Family* 23 (3): 247–52. <https://doi.org/10.1080/13668803.2020.1756568>.
- Greyling, T., Rossouw, S. & Adhikari, T. (2020). A Tale of Three Countries: How Did Covid-19 Lockdown Impact Happiness? GLO Discussion Paper No. 584. Essen: Global Labor Organization (GLO). <https://www.econstor.eu/handle/10419/221748>.
- Hayin, N. 'A. M. (2020). Mengurus Emosi, Mental Ketika PKP. *My Metro*, May 2020. <https://www.hmetro.com.my/sihat/2020/05/573954/mengurus-emosi-mental-ketika-pkp>.
- Irawan, A. W., Dwisona, D., & Mardi, L. (2020). Psychological Impacts of Students on Online Learning During the Pandemic COVID-19.” *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 7 (1): 53–60. <https://doi.org/10.24042/kons.v7i1.6389>.
- Jiao, W. Y., Wang, L. N., Liu, J., Fang, S. F., Jioa, F. Y., Mantovani, M. P., & Somekh E. 2020. “Behavioral and Emotional Disorders in Children during the COVID-19 Epidemic.” *The Journal of Pediatrics* 221 (June): 266. <https://doi.org/10.1016/J.JPEDI.2020.03.013>.
- Li, Z., Ge, J., Yang, M., Feng, J., Qiao, M., Jiang, R., Bi, J., et al. (2020). “Vicarious Traumatization in the General Public, Members, and Non-Members of Medical Teams Aiding in COVID-19 Control.” *Brain, Behavior, and Immunity* 88 (August): 916–19. <https://doi.org/10.1016/J.BBI.2020.03.007>.
- Majid, M. A. (2020). Realiti Dan Cabaran Dihadapi Pengurus Rumah Tangga Semasa PKP I. Terengganu Strategic & Integrity Institute (TSIS). June 7,

2020. <https://docplayer.info/191556742-Pendahuluan-realiti-dan-cabaran-dihadapi-pengurus-rumah-tangga-semasa-pkp-i-1.html>.
- Megat, S. (2021). Bebanan Murid, Guru Dan Ibu Bapa Bertambah, NUTP Mahu PdPR Ditangguh - The Malaya Post. The Malaya Post. February 9, 2021. <https://www.themalayapost.my/bebanan-murid-guru-dan-ibu-bapa-bertambah-nutp-mahu-pdpr-ditangguh/>.
- Orgilés, Mireia, Alexandra M., Elisa D., Rita F., Claudia M., Marta P., and José P. E. 2021. "Coping Behaviors and Psychological Disturbances in Youth Affected by the COVID-19 Health Crisis." *Frontiers in Psychology* 12 (March): 1–9. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2021.565657>.
- Othman, K. (2021). Cabaran Dan Impak Pandemik Covid-19 Terhadap Institusi Kekeluargaan Di Malaysia. *International Journal for Studies on Children, Women, Elderly and Disabled* 14 (December 2021): 187–96.
- Sahid, M. M., Hashim, H., & Amar F. (2020). "Prinsip Keluarga Islam Mendepani Norma Baharu Semasa Pandemik Covid-19." In *International Seminar on Islam and Science (SAIS2020)*, edited by Siti Rubaini Mat, Syaza Azhari, Mohd Adil Mufti Mohamad Shamsuddin, Roslee Ahmad, Ahmad Kamel Mohamed, Hussein 'Azeemi Abdullah Thaidi, Azman Ab Rahman, and Nuradli RIDzwan Shah Mohd Dali, 192–204. Penerbit Universiti Sains Islam Malaysia. https://www.researchgate.net/publication/344662280_PRINSIP_KELUAR_GA_ISLAM_MENDEPANI_NORMA_BAHARU_SEMASA_PANDEMI_K_COVID-19.
- Shigemura, Jun, Robert J. U., Joshua C. M., Mie K., & David M. B. (2020). "Public Responses to the Novel 2019 Coronavirus (2019-NCoV) in Japan: Mental Health Consequences and Target Populations." *Psychiatry and Clinical Neurosciences* 74 (4): 281–82. <https://doi.org/10.1111/pcn.12988>.
- Talha, R. (2020). "Kajian Kes Impak Perintah Kawalan Pergerakan Kepada Penduduk Malaysia." https://www.dosm.gov.my/v1/uploads/files/6_Newsletter/Newsletter_2020/DOSM_BPPD_1-2020_Siri-17.pdf.
- Thompson, A. P. (2020). "A Guide for Working (From Home) Parents." *Harvard Business Review*, 2020.
- Wenjun, C., Fang Z., Hou G., Han M., Xu X., Dong J., & Zheng J. (2020). "The Psychological Impact of the COVID-19 Epidemic on College Students in China." *Psychiatry Research* 287 (March 20, 2020): 1–5. <http://www.embase.com/search/results?subaction=viewrecord&from=export&id=L2005406993%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>.