BAB 10

PERANAN KELUARGA MENGHADAPI PANDEMI COVID-19 DI INDONESIA

Ellya Susilowati
Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung, Indonesia

Pendahuluan

Fenomena pandemi Covid-19 yang melanda seluruh dunia telah mengubah tatanan kehidupan sosial, ekonomi dan budaya manusia. Setiap negara membuat kebijakan yang merujuk pada kebijakan *World Health Organization* (WHO) untuk menyelamatkan manusia dari pandemi Covid-19. Pemerintah Indonesia menyikapi pandemi ini sebagai kedaruratan kesehatan masyarakat, sehingga mengeluarkan kebijakan pembatasan sosial (*social-distance*) dan *physical distancing* sebagai kebijakan yang dianggap ampuh untuk memutus rantai pandemi Covid-19, yaitu semua orang untuk tinggal di rumah (*stay at home*) dan bekerja dari rumah (*work from home)*. Kebijakan ini berlaku mulai tanggal 16 Maret 2020 sampai tulisan ini dibuat pertengahan Mei 2020. Semua orang berkumpul di tengah keluarga dan beban keluarga juga bertambah dalam menghadapi situasi pandemi ini. Anak-anak sekolah belajar dari rumah. Hal ini mengakibatkan orangtua harus mendampingi anak-anak di rumah, sementara orangtua yang bekerja juga harus tetap bekerja dari rumah (*work from home*). Selain tinggal di rumah, keluarga juga harus menjaga kesehatan anggota keluarga sesuai dengan aturan pandemi Covid-19 yaitu mencuci tangan, meningkatkan kebersihan tubuh, bila keluar rumah memakai masker dan memperhatikan daya tahan tubuh anggota keluarga.

Tantangan Keluarga Menghadapi Era Pandemi COVID-19

Isu permasalahan keluarga di antaranya adalah;

1) Menghadapi anak-anak sekolah belajar dari rumah. Selama ini fungsi pendidikan diserahkan kepada lembaga pendidikan, pada kebijakan *social distancing,* anak-anak harus belajar jarak jauh. Walaupun dibimbing oleh guru dengan daring, orangtua mau tidak mau harus ikut mendampingi. Situasi ini menimbulkan keluhan dari para orangtua, karena mereka tidak terbiasa mendampingi pendidikan anak dengan model belajar jarak jauh. Hasil survei tentang tingkat stress orangtua yang memiliki anak belajar di rumah yang dilakukan dari tanggal 30 Maret – 6 April 2020 dan direspons oleh 223 orangtua menunjukkan tingkat stress orangtua 75,3 % dengan katagori sedang dan terdapat 10,3% mengalami tingkat stress tinggi (Susilowati. E, 2020). Anak belajar di rumah diperpanjang lagi dengan diberlakukannya Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) di beberapa wilayah. Beberapa informasi dari keluarga ada yang sudah mulai kewalahan dan mengeluh dengan sikap anak-anak di rumah yang kurang berkenan dengan aturan orangtua, seperti malas, berantakan;
2) Kekhawatiran dan ketakutan terkait dengan kesehatan keluarga. Adanya ketakutan anggota keluarga terpapar virus, terutama mereka yang merawat lansia. Sehingga keluarga juga harus menjaga jarak dengan lansia;
3) Ekonomi keluarga juga menjadi kekhawatiran, karena berkurangnya pendapatan keluarga sementara keluarga juga harus selalu menjaga kesehatan dan menjaga imun keluarga. Kondisi ini juga berdampak pada pegeluaran keluarga;
4) Adanya gangguan dengan pendidikan anak. Beberapa orangtua memiliki kekhawatiran terkait dengan gangguan masa depan pendidikan anak.

Beberapa isu lainnya terkait dengan pandemi Covid-19 adalah ketakutan pada berita bertambahnya jumlah penderita yang disiarkan media sosial, serta simpang siurnya isu terkait pandemi Covid-19, terbatasnya pemenuhan kebutuhan dasar, terbatasnya alat pelindung diri dan situasi ketidakpastian. Isu tersebut juga terjadi pada saat situasi

kedaruratan di mana dapat menimbulkan ketakutan, kecemasan dan stress pada keluarga (Cacciatore, J. et al, 2011; Morse. William C , 2013).

Strength Perspective dan *Strength Family*

Kondisi pandemi Covid-19 ini tetap harus dihadapi, keluarga sebagai institusi terkecil harus dapat menghadapi situasi ini dan melindungi anggota keluarganya. Petr (2004) memiliki keyakinan bahwa keluarga memiliki kemampuan dan kekuatan (*strength family*). *Strength family* pada kondisi keluarga yang baik ditandai dengan saling menghargai dan kasih sayang, adanya komitmen, memiliki komunikasi positif, menghabiskan waktu bersama dengan cara yang positif, adanya kesejahteraan spiritual, dan memiliki kemampuan untuk menangani stress dan krisis secara efektif (Dew, J. P, Anderson,et al., 2017). Kekuatan keluarga (*strength family*) dapat didefinisikan sebagai serangkaian relasi dan proses yang saling mendukung dan melindungi keluarga dan anggota keluarganya" (Moore, Chalk, Scarpa, & Vandivere, 2002: hlm. 1). Dari pengertian tersebut bahwa keluarga memiliki kekuatan untuk menghadapi krisis pandemi Covid-19 dengan lebih berperan dalam melaksanakan fungsi keluarga seperti :1) fungsi pendidikan; 2) fungsi kasih sayang: 3) fungsi perlindungan; 4) sosialisasi; 5) keagamaan dan 6) pembinaan lingkungan (Peraturan Pemerintah Nomor 21 tahun 1994). Fungsi keluarga didefinisikan sebagai kemampuan sistem keluarga untuk bekerja secara keseluruhan dan menyesuaikan diri dengan situasi yang berbeda terutama yang menyebabkan stress (Yi-Ching, L,et al., 2019)

Mengahadapi Pandemi Covid-19 Belajar dari apa yang dikemukakan oleh Tim Nolan (2020) tentang apa yang harus dilakukan selama Covid-19 bahwa ada tiga zona yaitu:

1) *Fear Zone*, merupakan zona awal di mana orang merasa ketakutan menghadapi pandemi Covid-19. Hal ini ditandai dengan menumpuk makanan dan segala kebutuhan secara berlebihan, merasa ketakutan dan marah sehingga sering komplain, mem-*forward* pesan-pesan tentang Covid-19 tanpa memikirkan isi pesan.
2) *Learning Zone,* merupakan zona di mana orang mulai belajar tentang situasi pandemi Covid-19 yang ditandai dengan orang menerima keadaan yang tidak bisa dikontrol, mulai sadar dan berpikir dalam melakukan sesuatu, mulai menyaring informasi yang yang diterima

sebelum disebarkan, menata emosi, berhenti mengonsumsi yang dapat menyakiti diri sendiri, seperti makanan dan berita/informasi yang tidak berkenan, menyadari bahwa semua orang sedang bersama-sama melakukan yang terbaik.

3) *Growth Zone*, merupakan zona orang mulai sadar untuk bangkit dari krisis yang ditandai dengan: a) mulai berpikir tentang orang lain dan bagaimana menolong mereka; b) menyalurkan talenta yang dimiliki kepada orang yang membutuhkan; c) sadar bahwa harus berorientasi pada masa depan; d) empati pada diri sendiri dan orang lain; e) mulai berterima kasih dan apresiasi kepada orang lain; e) menjaga stabilitas emosi untuk tetap 'happy'; f) mencari cara untuk beradaptasi dengan tantangan yang baru; g) melatih ketenangan, kesabaran, tetap menjaga relasi dan kreativitas.

Peranan Keluarga Menghadapi COVID-19

Mempelajari tentang *strength perpectif*, *family strength*, dan tim Nohan bahwa upaya yang harus dilakukan keluarga untuk pandemi Covid-19 adalah menjalankan kembali fungsi keluarga sebagai berikut:

1) **Fungsi perlindungan**, yaitu melindungi anggota keluarga untuk tetap sehat, dengan cara saling mengingatkan diantara anggota keluarga berkaitan dengan perawatan diri (*self care)*, seperti cuci tangan, budaya bersih sehat, kesehatan keluarga. Fungsi perlindungan juga melindungi anak atau anggota keluarga dari segala bentuk kekerasan baik fisik maupun emosi.
2) **Saling menyayangi**, dengan cara membuat kenyamanan dalam berkomunikasi dan saling memberikan perhatian. Saling menghargai antara anggota satu keluarga dengan anggota keluarga lainnya. Pendapat anak di dengar apabila ada keluhan. Meningkatkan *relationship* yang berkualitas antara sesama anggota keluarga. Menjaga stabilitas emosi untuk tetap 'happy'.
3) **Meningkatkan resiliensi anggota keluarga** tidak bicara yang menakutkan, membuat anak-anak nyaman, melakukan relaksasi, yoga bersama untuk menaikan imun (H N Venkatesh, H Ravish,et al.2020).
4) **Fungsi pendidikan**, mendampingi anak belajar dengan sabar dan membuat anak nyaman. Bila tidak jelas orangtua berkomunikasi

dengan guru, Orangtua juga dapat melakukan *discovery learning* untuk menambah wawasan dalam belajar menyenangkan dengan anak.

5) **Meningkatkan komunikasi dan relasi positif**, saling memberi penguatan menghindari konflik di keluarga dan menghabiskan waktu bersama dengan cara yang positif.
6) **Ekonomi keluarga**, membicarakan pengelolaan keuangan keluarga secara bersama COVID-19.
7) **Meningkatkan pengasuhan.** Memperhatikan kebutuhan dan perkembangan anak, dan memberikan *attachment* kepada setiap anak secara individual dalam keluarga. Dengan merespons kebutuhan anak dan mendengarkan keluhan anak.
8) Mencegah terjadinya kekerasan pada anak.

Kesimpulan

Keluarga menjadi tumpuan bagi semua anggotanya selama pandemi Covid-19 berlangsung. Semua aktivitas dilakukan di rumah, anak-anak belajar dari rumah dan mereka yang bekerja juga *work from home* serta dianjurkan *stay at home*. Beban keluarga pada masa ini menjadi bertambah, seperti :1) meningkatkan kesehatan keluarga; 2) melaksanakan fungsi pendidikan;3) meningkatkan perlindungan keluarga; 4) mengefektifkan pengasuhan; dan 5)memelihara resiliensi keluarga. Isu meningkatnya beban keluarga, ditunjukkan dari hasil survei yang direspons oleh 223 orang tentang stress orangtua mendampingi anak belajar di rumah pada awal kebijakan *Social Distancin*g. Hasil survei ini menunjukkan tingkat stress orangtua 75,3 % ada dalam katagori sedang dan 10,3% mengalami tingkat stress tinggi. Pada tahap ini sudah ada ada kekhawatiran orangtua terkait dengan kesehatan keluarga, ekonomi keluarga, pendidikan anak. Sementara pandemi Covid-19 belum jelas kapan berakhirnya dan keluargalah yang akan menghadapi situasi dampak pandemi ini. Keluarga sebagai tumpuan solusi dalam menghadapi pandemi Covid-19 merupakan sumber pertolongan pertama bagi anggota keluarganya. Memelihara kesehatan dan kekuatan keluarga dalam memfungsikan kembali fungsi keluarga merupakan aspek penting yang harus dipelihara. Dengan adanya ketahanan keluarga akan membangkitkan motivasi anggota keluarga dalam menghadapi krisis pandemi Covid-19. Namun apabila keluarga mengalami disfungsi keluarga maka pekerja sosial

perlu memberikan layanan konseling keluarga untuk meningkatkan ketahanan keluarga dalam menghadapi krisis pada pandemi Covid-19.

Daftar Pustaka

Cacciatore, J., Carlson, B., Michaelis, E., Klimek, B., & Steffan, S. (2011). Crisis intervention by social workers in fire departments: An innovative role for social workers. Social Work, 56(1), 81-8. Retrieved from https://search.proquest.com/docview/1008248884?accountid=50790

Carvalho, J., Otília, M. F., & Inês, C. R. (2018). Family functioning and its relation to parental discipline: C & A C & A. Child & Adolescent Social Work Journal, 35(1), 31-44. doi:http://dx.doi.org/10.1007/s10560-017-0501-9

Dew, J. P., Anderson, B. L., Skogrand, L., & Chaney, C. (2017). Financial issues in strong African American marriages: A strengths-based qualitative approach.Family Relations, 66(2), 287-301. doi:http://dx.doi.org/10.1111/fare.12248

Fonseca, G., Crespo, C., McCubbin, L. D., & Ana, P. R. (2018). Validation study of the portuguese version of the family problem solving communication (FPSC) index.Journal of Child and Family Studies, 27(4), 1088-1097. doi:http://dx.doi.org/10.1007/s10826-017-0974-3

H.N. Venkatesh, H. Ravish, C.R. Wilma Delphine Silvia, & H. Srinivas. (2020). Molecular signature of the immune response to yoga therapy in stress-related chronic disease conditions: An insight. International Journal of Yoga, 13(1), 9–17. https://e-resources.perpusnas.go.id:2116/10.4103/ijoy.IJOY_82_18

Mccarthy, M. J., Smith, R. R., Schellinger, J., Behimer, G., Hargraves, D., Sutter, J., . . . Scherra, K. (2016). Impact of youth strengths and objective strain on the experiences of subjective strain among caregivers of youth with behavioral health conditions. Journal of Child and Family Studies, 25(11), 3192-3203. doi:http://dx.doi.org/10.1007/s10826-016-0482-x

Morse. C. William (2013) Editor. Crisis Intervention in Residential Treatment: The Clinical Innovation of Fritz Redl. Routlege. Taylor & Francis Group. New York.

Petr, Christopher , G. (2004). *Social Work with Children and their Families*. New York: Oxford University Press

Tim Nolan. Ed.D (2020). Human Service Leadership Institute. Linkedin

Yi-Ching, L., Washington-Nortey, P., Hill, O. W., & Serpell, Z. N. (2019). Family functioning and not family structure predicts adolescents' reasoning and math skills. Journal of Child and Family Studies, 28(10), 2700-2707. doi:http://dx.doi.org/10.1007/s10826-019-01450-4

COVID-19 PANDEMI DALAM BANYAK Wajah

Adi Fahrudin, Ph.D.
Ellya Susilowati, Ph.D.
Fikran Aranda Fahrudin, B.Sc. (Biotech)
Dr. Heri Erlangga
Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.
Meiti Subardhini, Ph.D
Moh. Mudzakkir, Ph.D (Cand.)
Noremy Md Akhir, Ph.D.
Robert Berry Latupeirissa
Dr. Suryanto
Dr.Tria Astika Endah Permatasari
Wan Anor Wan Sulaiman, PhD
Aura Rizki Fitria
Fahmi Ilman Fahrudin, S.TP., MoFT,
Dr. Ida Hindarsah
Husmiati Yusuf, Ph.D.
Dr. Lusi Andriyani
Mohd Dahlan H.A. Malek, Ph.D.
Mohammad Reevany Bustami, Ph.D.
Ratih Clinovera
Dr. Sakroni
Siti Nur Maftuhah, S.TP., M.T.
Dr. (Cand.)Tria Patrianti

RAJAWALI PERS
Divisi Buku Perguruan Tinggi
PT RajaGrafindo Persada
D E P O K

Perpustakaan Nasional: Katalog dalam terbitan (KDT)

Adi Fahrudin dkk.

Covid-19: Pandemi dalam Banyak Wajah/Adi Fahrudin dkk.
—Ed. 1, Cet. 1.—Depok: Rajawali Pers, 2020.
xviii, 206 hlm., 23 cm.
Bibliografi: ada di setiap bab
ISBN 978-623-231-481-8

Hak cipta 2020, pada penulis

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi buku ini dengan cara apa pun, termasuk dengan cara penggunaan mesin fotokopi, tanpa izin sah dari penerbit

2020.2733 RAJ

Adi Fahrudin, Ph.D.
Ellya Susilowati, Ph.D.
Fikran Aranda Fahrudin, B.Sc. (Biotech)
Dr. Heri Erlangga
Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.
Meiti Subardhini, Ph.D
Moh. Mudzakkir, Ph.D (Cand.)
Noremy Md Akhir, Ph.D.
Robert Berry Latupeirissa
Dr. Suryanto
Dr.Tria Astika Endah Permatasari
Wan Anor Wan Sulaiman, PhD
Aura Rizki Fitria
Fahmi Ilman Fahrudin, S.TP., MoFT,
Dr. Ida Hindarsah
Husmiati Yusuf, Ph.D.
Dr. Lusi Andriyani
Mohd Dahlan H.A. Malek, Ph.D.
Mohammad Reevany Bustami, Ph.D.
Ratih Clinovera
Dr. Sakroni
Siti Nur Maftuhah, S.TP., M.T.
Dr. (Cand.)Tria Patrianti

COVID-19: PANDEMI DALAM BANYAK WAJAH

Cetakan ke-1, Agustus 2020

Hak penerbitan pada PT RajaGrafindo Persada, Depok

Editor : Hidayati
Setter : Feni Erfiana
Desain Cover : Tim Kreatif RGP

Dicetak di Rajawali Printing

PT RAJAGRAFINDO PERSADA

Anggota IKAPI

Kantor Pusat:
Jl. Raya Leuwinanggung, No.112, Kel. Leuwinanggung, Kec. Tapos, Kota Depok 16956
Telepon : (021) 84311162
E-mail : rajapers@rajagrafindo.co.id http: //www.rajagrafindo.co.id

Perwakilan:

Jakarta-16956 Jl. Raya Leuwinanggung No. 112, Kel. Leuwinanggung, Kec. Tapos, Depok, Telp. (021) 84311162. **Bandung**-40243, Jl. H. Kurdi Timur No. 8 Komplek Kurdi, Telp. 022-5206202. **Yogyakarta**-Perum. Pondok Soragan Indah Blok A1, Jl. Soragan, Ngestiharjo, Kasihan, Bantul, Telp. 0274-625093. **Surabaya**-60118, Jl. Rungkut Harapan Blok A No. 09, Telp. 031-8700819. **Palembang**-30137, Jl. Macan Kumbang III No. 10/4459 RT 78 Kel. Demang Lebar Daun, Telp. 0711-445062. **Pekanbaru**-28294, Perum De' Diandra Land Blok C 1 No. 1, Jl. Kartama Marpoyan Damai, Telp. 0761-65807. **Medan**-20144, Jl. Eka Rasmi Gg. Eka Rossa No. 3A Blok A Komplek Johor Residence Kec. Medan Johor, Telp. 061-7871546. **Makassar**-90221, Jl. Sultan Alauddin Komp. Bumi Permata Hijau Bumi 14 Blok A14 No. 3, Telp. 0411-861618. **Banjarmasin**-70114, Jl. Bali No. 31 Rt 05, Telp. 0511-3352060. **Bali**, Jl. Imam Bonjol Gg 100/V No. 2, Denpasar Hp. 081222805496. **Bandar Lampung**-35115, Perum. Bilabong Jaya Block B8 No. 3 Susunan Baru, Langkapura, Hp. 081299047094.

View publication stats