

PANDEGLANG

Di Tengah Wabah COVID-19

Siti Khofifatun Nufus,
Siti Eem Huzaemah,
Shofa Wardzatul Jannah
Sinta Nuraisah

Editor: Peni Ramanda, M. Pd

Pandeglang di Tengah Wabah Covid-19

Penulis: Siti Khofifatun Nufus, et al.

ISBN: 978-623-368-195-7

Editor Layout: Sri

Cover: Nita

Diterbitkan oleh:



Farha Pustaka

Anggota IKAPI Nomor 376/JBA/2020

Nagrak Jl. Taman Bahagia, Benteng, Warudoyong, Sukabumi

WA +62 877-0743-1469, FB Penerbit Farha Pustaka.

Email: farhapustaka@gmail.com

Cetakan pertama, September 2021

Sukabumi, Farha Pustaka 2021

14 x 20 cm, vi + 117 hlm

Hak cipta dilindungi undang-undang

All right reserved

Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit.

Isi di luar tanggung jawab percetakan.

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	iii
KATA PENGANTAR	v
PENDAHULUAN	1
BAB I	
COVID-19 TERHADAP PSIKOLOGIS	
MASYARAKAT	4
A. Pengertian COVID-19	4
B. Sejarah COVID Di Indonesia.....	7
C. COVID Sebagai Suatu Bencana	15
D. Psikologis Masyarakat	21
E. Kaitan Psikologi Dengan Pandemi COVID-19.....	26
F. Media Sosial Dan Dampaknya Terhadap Mental	29
BAB II	
KETAHANAN KELUARGA	36
A. Pengertian Ketahanan Keluarga	36
B. Dampak Pandemi <i>COVID-19</i> Terhadap Ketahanan Keluarga	46
C. Kecemasan Masyarakat Terhadap Wabah <i>COVID-19</i>	58

BAB III
KELUARGA TANGGUH BENCANA64

- A. Pengertian Keluarga Tangguh Bencana64
- B. Pentingnya Keluarga Tangguh Bencana70
- C. Kehidupan Masyarakat Di Masa Pandemi73

BAB IV
URGENSI SPIRITUALITAS DI MASA PANDEMI.....84

- A. Pengertian Urgensi dan Spiritualitas.....84
- B. Nilai Spiritualitas Dalam Keluarga90
- C. Pandemi Dalam Perspektif Islam94
- D. Pentingnya Spiritualitas di Masa Pandemi.....106

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi tuhan semesta alam yang telah melimpahkan segala rahmat dan karunia-Nya kepada kita semua. Dengan ini penulis panjatkan rasa syukur kepada-Nya. yang telah memberikan kemudahan kepada penulis dalam menyusun buku ini. Tak lupa Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita penegak keadilan, memberantas kezaliman umat, yakni Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, para sahabat, dan kita selaku umatnya hingga akhir zaman.

Buku ini merupakan buku yang ditulis untuk memenuhi tugas kuliah kerja nyata (KUKERTA) 2021 Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Di dalam buku ini membahas beberapa permasalahan psikologis masyarakat di Kabupaten Pandeglang yang terdampak di masa COVID-19.

Dalam pembuatan buku ini tentu saja tidak lepas dari bantuan orang-orang yang memberikan energi positif. Maka dari itu penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyudin, M. Pd., selaku rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Bapak Dr.

Masykur, M.Hum selaku ketua PPM yang telah merencanakan kegiatan KUKERTA 2021.

Tak lupa pula penulis haturkan rasa terima kasih kepada Bapak Peni Ramanda, M.Pd., selaku dosen pembimbing lapangan (DPL) kelompok 79, yang telah membimbing penuh dalam menyelesaikan pembuatan buku ini. Dan kami haturkan juga kepada teman-teman yang saling support dan telah memberikan ide serta pemikirannya dalam pembuatan buku ini.

Penulis berharap, semoga buku ini dapat bermanfaat dan menjadi bahan pengetahuan masyarakat mengenai kehidupan di masa COVID-19. Penulis juga meminta maaf apabila dalam buku ini terdapat kesalahan dalam menulis nama, tempat maupun data yang disajikan. Dalam hal ini, demi kesempurnaan dan kelengkapan buku ini, diharapkan kritik dan sarannya dari para pembaca yang baik hati. Terima kasih.

PENDAHULUAN

Wabah COVID-19 telah menjadi bencana dan ancaman bagi setiap individu di berbagai negara. Sejarah mencatat bahwa pada tahun 2019 COVID-19 mengawali penyebarannya. Hal demikian cukup mengejutkan semua kalangan masyarakat dengan munculnya virus yang dapat menyerang siapapun. Hanya butuh beberapa waktu untuk menjadikan COVID-19 ini sebagai isu yang paling urgent dan menjadi trending topik dunia. Keadaan menjadi berubah, manusia-manusia dipaksa untuk dapat beradaptasi dengan situasi yang sedang dihadapi. Jika kita tidak dapat menyesuaikan, maka kita juga harus bersiap dengan segala resiko yang akan diterima. Waktu terus berjalan, upaya-upaya pemerintah dan masyarakat yang tak henti dilakukan pun turut menjadi bagian bagaimana perlawanan kita terhadap pandemic ini.

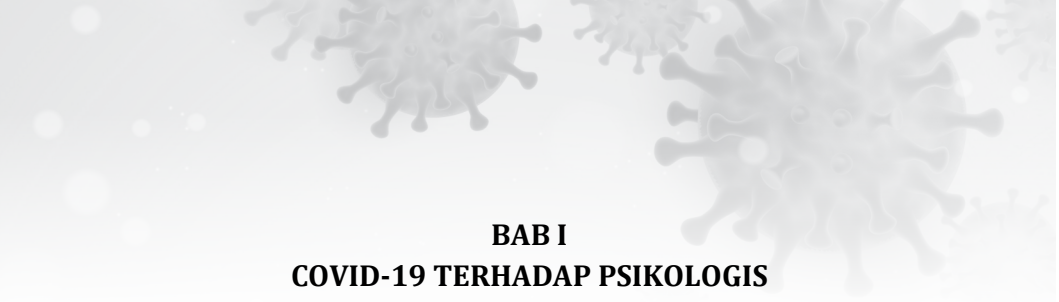
Menyebarnya COVID-19 dengan pesat di berbagai negara, sangat mempengaruhi segala aspek yang ada di kehidupan. Hal tersebut yang menjadikan masyarakat cemas dan khawatir

akan keberlangsungan hidupnya. Indonesia adalah salah satu negara yang mengalami kondisi tersebut, mulai tersebarnya COVID-19 yang kian pesat, bermutasinya virus-virus dengan jenis baru, dan lain sebagainya. Sudah cukup lama pandemi berlangsung, kebijakan yang diberlakukan pemerintah pun terus dikuatkan. Hal inilah yang membuat masyarakat jengah akan situasi yang sedang dihadapi.

Begitupun dengan daerah-daerah tertentu seperti kabupaten atau kota, salah satunya ialah Kabupaten Pandeglang. Kabupaten Pandeglang yang letak wilayahnya berada di Provinsi Banten, tak luput dari sasaran penyebaran COVID-19. COVID-19 telah mempengaruhi kehidupan masyarakat di Kabupaten Pandeglang. Dengan grafik penyebaran COVID-19 yang terus meningkat menjadikan masyarakat Pandeglang tak bisa untuk tidak peduli. Sehingga kini semua elemen masyarakat mulai mawas diri untuk melaksanakan kebiasaan-kebiasaan yang dapat menekan grafik tersebut.

Tak sedikit masyarakat yang merasa cemas dan panik ketika mengetahui grafik

korban positif semakin bertambah setiap harinya. Hal ini menyebabkan kewas-wasan pada masyarakat ketika ingin keluar rumah entah itu untuk bekerja ataupun pergi ke sekolah. Semua kalangan ikut terdampak dalam pandemi, entah itu kalangan atas maupun kalangan bawah.



BAB I

COVID-19 TERHADAP PSIKOLOGIS MASYARAKAT

A. Pengertian COVID-19

Corona Virus Disease 2019 atau dapat disingkat dengan sebutan COVID-19. COVID-19 merupakan virus yang mengancam pernapasan manusia. COVID-19 muncul pada tahun 2019, maka dari itu dinamakan COVID-19. Virus ini masih termasuk pada golongan SARS-CoV dan MERS-CoV. COVID-19 ini merupakan jenis virus terbaru. Virus ini juga termasuk ke dalam virus yang menular.

Orang yang terjangkit COVID-19 akan merasakan gejala demam, flu, hilangnya indera perasa dan penciuman. bahkan jika lebih parah lagi maka akan merasakan sesak nafas atau sulit dalam bernapas, merasakan sakit dibagian dada, pusing dan juga lemas.

Orang-orang yang terkontaminasi COVID-19 maupun pernah melakukan kontak langsung

dengan orang yang terkontaminasi COVID-19, maka wajib atau harus mengisolasi diri di rumah dengan minimal waktu kurang lebih dalam dua minggu atau 14 hari. Hal ini agar orang yang terinfeksi COVID-19 tidak menularkan atau menyebar luaskan virus kepada orang disekitarnya dan agar dapat menghentikan penyebaran COVID-19.

Virus ini tidak boleh diremehkan begitu saja. Semakin banyak masyarakat meremehkan keadaan virus ini, maka akan semakin banyak virus ini menyebar. Untuk menghentikan penyebaran COVID-19 dapat dilakukan dengan cara mematuhi protokol kesehatan yang diterapkan.

Beberapa cara yang dapat kita lakukan untuk bertahan atau menghentikan penyebaran COVID-19. Adapun cara-caranya sebagai berikut:

1. Mencuci tangan

Mencuci tangan dengan pembersih seperti sabun, hand sanitizer atau sejenisnya akan membantu kita menghilangkan kuman dan kotoran yang menempel di tangan kita, terutama telapak tangan.

2. Menggunakan masker

Fungsi dari masker itu sendiri untuk melindungi atau lebih tepatnya untuk menutupi hidung dan mulut. Hal ini agar virus atau kotoran tidak bisa masuk ke dalam pernapasan kita.

Menggunakan masker juga merupakan suatu bentuk pencegahan dalam mengatasi penyebaran COVID-19.

3. Menjaga jarak

Semakin kita tidak menjaga jarak maka akan semakin mudah COVID-19 itu menular. Untuk mengatasi penyebaran COVID-19, kita harus bisa menjaga jarak sekurang-kurangnya 1 sampai 2 meter.

4. Diam di rumah (Stay at Home)

berdiam diri di rumah adalah hal yang sama pentingnya untuk menghentikan penyebaran COVID-19. Jika tidak hal yang mendesak, lebih baik melakukan kegiatan di rumah. Tetapi jika sangat urgent untuk keluar rumah, diharapkan untuk mematuhi ketiga cara di atas agar kita tidak terinfeksi maupun menularkan COVID-19.

Keempat cara di atas merupakan cara umum yang banyak dilakukan orang-orang yang ada di dunia. Upaya ini perlu dilakukan semua kalangan masyarakat, baik yang terkena virus ataupun tidak. Karena empat hal ini dapat melindungi kesehatan tubuh kita sendiri.

B. Sejarah COVID Di Indonesia

Sebelum COVID-19 membooming di tahun 2019, awalnya virus ini juga pernah ada pada tahun 1960. Pada saat itu COVID-19 lebih menyerang pada unggas seperti ayam dan beberapa virus lainnya menginfeksi rongga hidung manusia yang menderita flu biasa. Namun virus corona yang sekarang dikenal sebagai COVID-19 ini dapat menginfeksi saluran pernapasan manusia sehingga dapat beresiko berat seperti kematian.

COVID-19 atau virus corona awalnya datang dari Wuhan, China menjelang akhir tahun 2019 tepat di bulan Desember. Pada saat itu ada beberapa orang di China yang tiba-tiba berjatuh di tempat umum tanpa sebab. Awalnya hal itu dianggap sepele oleh masyarakat China. Namun kejadian itu ternyata selalu bertambah setiap harinya dan banyak memakan

korban, serta membuat masyarakat di China merasa panik terhadap kejadian tersebut.

Atas kejadian itu banyak penyelidik atau peneliti untuk mengetahui asal muasalnya. Isunya virus ini berasal dari hewan kelelawar yang diperjualbelikan di pasar Wuhan. Menurut organisasi kesehatan dunia memaparkan bahwa COVID-19 ini memang berasal atau ditularkan langsung dari hewan ke manusia. Gejala yang dirasakan dari virus ini hampir sama seperti flu biasa, tetapi virus ini lebih parah bahkan bisa sampai membahayakan dari pada SARS-CoV dan MERS-CoV. Dari beberapa hasil peneliti lainnya mengemukakan bahwasanya virus ini ditularkan dari manusia ke manusia. Dan ditularkan melalui air liur, urin maupun melalui udara disekitar kita.

Virus ini tidak berakhir begitu saja, virus ini terus menyebar luas ke berbagai pelosok China dan tersebar ke berbagai negara lainnya, salah satunya negara Indonesia. Kasus COVID-19 di seluruh dunia pertanggal 11 Agustus 2021 tercatat sebanyak 204.800.030 jiwa, sedangkan angka kematian tercatat 4.327.154 jiwa dan yang

sedang dalam pemulihan tercatat sebanyak 183.930.694 jiwa.¹

Presiden Jokowi mengabarkan bahwa COVID-19 masuk ke Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020 bahwasanya ada dua orang yang terpapar yakni seorang ibu dan anak. Kronologisnya karena telah berkontak langsung dengan warga negara Jepang yang diprediksi terpapar COVID-19. Pada tanggal 14 Oktober 2020 dikabarkan kembali bahwa jumlah korban yang terpapar COVID-19 meningkat menjadi 344.749 orang, dengan jumlah sembuh 267.851 orang dan 12.156 orang meninggal dunia. Saat ini kasus COVID di Indonesia menduduki urutan ke-14 dengan total kasus sebanyak 3.749.446 jiwa, angka kematian mencapai 112.198 jiwa dan yang sedang dalam pemulihan sebanyak 3.211.078 jiwa. Percepatan penyebaran COVID-19 telah merebak luas ke berbagai wilayah di Indonesia, salah satunya kabupaten pandeglang.

Kabupaten Pandeglang yang letak wilayahnya berada di Provinsi Banten juga merupakan salah satu daerah yang terserang COVID-19. Kasus COVID-19 di Kabupaten

¹ <https://www.worldometers.info/coronavirus/> diakses pada 11 agustus 2021.

Pandeglang per-tanggal 12 Agustus 2021 tercatat sebanyak 5.783 jiwa, 4990 jiwa sembuh, 580 jiwa dalam tahap isolasi dan 213 jiwa dinyatakan meninggal. Bupati Pandeglang yakni ibu Hj. Irna Narulita dinyatakan terinfeksi COVID-19 setelah melakukan tes PCR keduanya pada tanggal 17 Juli 2021.

Dibeberapa kecamatan yang berada di wilayah Kabupaten Pandeglang juga terindikasi penyebaran COVID-19, salah satunya kecamatan sukaresmi yang didalamnya mencakup Desa Sidamukti. Kecamatan sukaresmi masuk kedalam zona kuning, kasus orang yang berkontak erat dengan yang terjangkit terdapat 9 orang, kasus suspek atau orang yang mengalami gejala inspeksi saluran pernapasan terdapat 15 orang dengan catatan 1 orang meninggal.

Gambar.1
Peta sebaran COVID-19 di Kabupaten Pandeglang



infocorona.pandeglankab.go.id

Dengan ini pemerintah kabupaten (pemkab) maupun pemerintah desa (pemdes), sudah melakukan beberapa cara untuk mencegah dan meminimalisir penyebaran COVID-19, dengan memberikan peraturan 5M (mengenakan masker, mencuci tangan, menjaga jarak, menghindari kerumunan dan membatasi pergerakan orang), pembatasan sosial berskala besar (PSBB) atau peraturan pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM) melalui sosialisasi

langsung dengan masyarakat ataupun melalui sebaran pamflet di lingkungan sekitar dan media sosial.

Sampai saat ini perkembangan COVID-19 terus meluas, dan virus ini terus bermutasi sehingga menjadi beberapa jenis atau varian pada COVID-19. Terdapat 10 jenis varian COVID-19, yakni sebagai berikut:²

1. COVID-19 Varian Alpha

Virus varian alpha atau disebut juga dengan B.1.1.7 merupakan virus yang berasal dari Inggris yang memiliki potensi peningkatan penularan dan rawat inap adapun gejala-gejala pada varian alpha ini yaitu:

- Demam
- Batuk
- Sulit bernapas
- Menurunnya fungsi indera penciuman dan pengecap

² Nur Rohmi Aida, <https://kesehatan.kontan.co.id/news/inilah-10-varian-baru-virus-corona-hasil-mutasi-kenali-gejala-dan-cara-mencegahnya?page=all>, diakses pada 10 juni 2021 pukul 09:45 WIB.

- Mengalami keluhan pada saluran pencernaan

2. COVID-19 Varian Beta

Varian ini sering disebut juga B.1.351, virus ini berasal dari Afrika selatan tepatnya di Teluk Nelson Mandela. Varian virus ini memiliki kemampuan penularan yang lebih cepat dan berpotensi mengakibatkan kematian yang tinggi. Virus ini juga dapat menetralsir beberapa antibody, walaupun belum terdeteksi apakah jenis ini akan meningkatkan resiko yang lebih parah. Dan virus ini juga diduga dapat menurunkan eviasi COVID-19.

3. COVID-19 Varian Gamma

Virus varian gamma atau B.1.352 merupakan virus yang berasal dari Brazil. Virus ini lolos dari netralisasi saat diinkubasi dengan antibody yang dihasilkan sebagai respon terhadap gelombang pertama pandemi.

4. COVID-19 Varian Delta

Virus ini berasal dari india, disebut juga dengan varian B.1.617.2. virus ini merupakan permutasian dari jenis E484Q dan L452R. virus ini sangat mudah menular dan

menyebarkan. Dan sudah menyebar luas di berbagai wilayah yang ada di Indonesia.

5. COVID-19 Varian Epsilon

Varian epsilon atau B.1.427/B.1.429 merupakan virus yang berasal dari Amerika Serikat, California. Virus ini sangat mengkhawatirkan karena dapat mengakibatkan penularan dan penyakit yang lebih parah.

6. COVID-19 Varian Zeta

Merupakan jenis virus yang berasal dari Brazil P2. COVID-19 Varian Zeta ini meskipun mengandung E484K, namun virus ini dianggap tidak terlalu membahayakan.

7. COVID-19 Varian Eta

COVID-19 varian eta atau disebut juga varian B.1.525. Virus ini merupakan varian baru yang berasal dari Inggris. Virus ini tidak begitu menular seperti varian yang lainnya.

8. COVID-19 Varian Theta

Varian ini berasal dari Filipina, virus ini sangat berdampak pada kesehatan masyarakat dan diduga virus ini lebih menular dibandingkan dengan virus aslinya.

9. COVID-19 Varian Lota

Varian Lota atau B.1.526 berasal dari Amerika Serikat. Virus ini belum begitu tersebar luas, dan hanya menyebar di wilayah New York dan sekitarnya saja.

10. COVID-19 Varian Kappa

Varian Kappa atau B.1.617.1 berasal dari India. Varian ini hasil permutasian ganda dari varian B.1.617.1 dan B.1.617.2.

C. COVID Sebagai Suatu Bencana

Bencana merupakan peristiwa atau kejadian yang mengancam dan mengganggu kegiatan normal kehidupan masyarakat. Pada umumnya peristiwa ini terjadi karena perilaku, perbuatan yang dipengaruhi oleh manusia maupun akibat anomali peristiwa alam.³

Ada beberapa karakteristik bencana, yaitu sebagai berikut:

1. Gangguan terhadap kondisi kehidupan normal
2. Mengganggu kesehatan jiwa
Bencana berdampak pada psikologis, mengganggu terhadap kedamaian hidup,

³ Adityawan Sigit, Buku Pintar Mengenal Bencana Alam, (Yogyakarta: Deepublish Publisher, 2018), hlm. 1.

kesehatan, luka ringan dan serius hingga kematian.

3. Mengganggu aktivitas sosial

Bencana dapat merusak alam dan lingkungan masyarakat serta sarana dan pra-sarana seperti telekomunikasi dan pelayanan masyarakat.

4. Menggerakkan empati masyarakat.

5. Peduli kemanusiaan (menyediakan tempat tinggal, obat-obatan, makanan dll).⁴

Pandemi COVID-19 telah mengancam semua kalangan masyarakat dan berdampak pada kehidupan masyarakat salah satunya seperti kematian, kehilangan pekerjaan, perekonomian turun, dunia pendidikan dibatasi serta kegiatan masyarakat juga dibatasi. Ancaman dan kerugian dari pandemi COVID-19 tersebut dapat dikatakan sebagai suatu bencana. Sebagaimana presiden Joko Widodo dalam keputusannya nomor 12 tahun 2020 bahwasanya Peristiwa non-alam ini yang diakibatkan oleh penyebaran COVID-19 berpengaruh luas pada jumlah korban jiwa dan kerugian harta benda, luasnya wilayah inklusi

⁴ Ibid

yang diakibatkan oleh bencana, memiliki pengaruh di sektor social ekonomi yang luas di Indonesia maka dari itu peristiwa ini harus ditetapkan menjadi bencana nasional.⁵

Pemerintah telah berupaya keras dalam menangani penyebaran COVID-19 dengan melakukan PSBB (pembatasan sosial berskala besar) atau PPKM (pemberlakuan pembatasan kegiatan). Namun adanya PSSBB membuat masyarakat tidak bebas melakukan kegiatan di luar. Dan terancam untuk melakukan segala kegiatan di rumah.

Dengan adanya PSBB maupun PPKM, semua kegiatan masyarakat dibatasi, seperti kegiatan belajar harus dilakukan secara daring adapun jika dilakukan secara tatap muka pelajar maupun guru harus menerapkan protokol kesehatan yang sangat ketat. Untuk tenaga kerja maupun perkantoran dilakukan di rumah hanya sekita 25% saja yang dapat bekerja di tempat pekerjaan dan bekerja juga dilakukan secara bergilir. Toko-toko, swalayan maupun supermarket seperti alfamart, indomart, alfamidi dll tetap berjalan normal, hanya saja waktu

⁵<https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/135718/keppres-no-12-tahun-2020> diakses pada 13 April 2020.

operasi maupun buka tutupnya dibatasi. Selain itu kegiatan ibadahpun ditiadakan sementara bagi daerah yang berzona merah, ibadah masih bisa dilakukan bagi daerah yang selain zona merah dengan catatan harus menerapkan protokol kesehatan. Dan masih banyak lagi beberapa kegiatan masyarakat yang dibatasi.

COVID-19 sudah banyak merugikan masyarakat dari berbagai sektor. Di sektor perekonomian, akibat PSBB atau sekarang ditetapkan sebagai PPKM banyak usaha-usaha besar ataupun menengah mengalami penurunan pendapatan, bahkan ada beberapa sebagian usaha menengah yang gulung tikar. Selain itu banyak juga beberapa karyawan atau pekerja terancam kehilangan pekerjaannya karena di PHK (pemutusan hubungan kerja). lembaga ilmu pengetahuan Indonesia (LIPI) telah melakukan survei selama 24 April sampai 2 Mei 2020 dari 2.160 responden terdapat 15,6% orang yang terancam di PHK dan penurunan pendapatan dialami oleh para pekerja sebanyak 40%, terdapat 7% seorang buruh pendapatannya turun mencapai 50%.

sektor perekonomian desa Sidamukti juga ikut menurun. Mayoritas masyarakat Sidamukti

yang bekerja sebagai nelayan ikut kewalahan. Karena hasil pendapatan ikannya sulit terjual. Beberapa perusahaan seperti rumah makan, café yang bekerjasama dengan para nelayan kini ikut angkat tangan. Akibat COVID-19 pihak rumah makan atau café mengalami penurunan pengunjung.

Dari sector pendidikan, sudah kurang lebih 2 tahun sekolah-sekolah tidak berjalan dengan normal. Hampir semua sekolah yang ada di Indonesia melakukan pembelajaran secara daring (dalam jaringan) mulai dari taman kanak-kanak (TK), sekolah dasar (SD), SLTP/ sederajat, SLTA/ sederajat serta mahasiswa. Belajar secara daring juga membuat sebagian siswa merasa kesulitan dan mempunyai banyak kendala. Ada beberapa siswa yang tidak mempunyai handphone android, anak-anak yang tinggal di perkampungan kesulitan mendapatkan sinyal yang bagus sehingga tidak bisa mengakses internet dan lain sebagainya. Tentu saja ini sangat berdampak pada proses pembelajaran siswa maupun mahasiswa.

Hasil pengamatan yang dilakukan di Desa Sidamukti sektor pendidikan, pihak sekolah masih mematuhi peraturan yang berlaku selama

pandemic, siswa/siswi dianjurkan untuk belajar melalui gadget atau daring. Namun kegiatan belajar daring ini tidak berjalan kondusif pada siswa/i kelas 1-3 sekolah dasar (SD). Karena anak-anak cenderung memilih bermain dibandingkan belajar di rumah.

Sektor keagamaan, akibat PSBB ataupun PPKM, umat manusia tidak bisa melaksanakan ibadah ditempat umum seperti masjid, gereja dan yang lainnya. Dibeberapa kota besar sudah dua tahun berturut-turut masyarakat tidak bisa melaksanakan solat ied di masjid atau merayakan hari kemenangan. Masyarakat dapat melaksanakan ibadah di tempat umum dengan syarat harus mematuhi protocol kesehatan serta menjaga jarak pada shaf sholat.

Bidang keagamaan di Desa Sidamukti masih berjalan normal seperti biasanya. Masyarakat masih bisa melaksanakan sholat di masjid tanpa jaga jarak shafnya, pengajian rutin yang sering dilakukan oleh setiap hari selasa masih bisa dilakukan, serta kegiatan belajar mengaji di majelispun masih bisa dilaksanakan.

D. Psikologis Masyarakat

Psikologis sangat berkaitan erat dengan psikologi. Psikologis merupakan bagian dari psikologi. Namun hal ini tentu berbeda dengan makna kata dari keduanya. Psikologi merupakan studi yang membahas tentang perilaku dan pikiran manusia. Sedangkan psikologis merupakan suatu kondisi manusia itu sendiri, kondisi yang dimaksud yang berkaitan dengan pikiran, perasaan maupun mental.

Psikologi berasal dari bahasa Yunani yakni *psychology* yang merupakan gabungan dari kata *psyche* dan *logos*. *Psyche* berarti jiwa dan *logos* berarti ilmu.⁶ Dapat dipahami bahwasanya psikologi merupakan ilmu yang membahas atau mengkaji tentang jiwa manusia. Jiwa yang sifatnya abstrak atau tidak terlihat kemungkinan sangat sulit untuk dimengerti serta dipahami. Kita dapat merasakan jiwa-jiwa manusia melalui tingkah laku yang ditunjukkannya. Bisa dikatakan bahwa tingkah laku seseorang merupakan cerminan dari jiwanya. Dalam hal ini jika kita ingin mengetahui jiwa seseorang, maka

⁶Adnan Achiruddin Saleh, *Pengantar Psikologis*, (Makasar: Aksara Timur, 2018), hal. 3.

perlu dengan mengamati atau menelaah, memikirkan tingkah lakunya saja.

Adapun beberapa ragam penjelasan menurut para ahli tentang psikologi, yaitu sebagai berikut:

1. Aristoteles dan Plato, Psikologi merupakan ilmu yang mengkaji mengenai prinsip jiwa dan caranya hingga selesai.
2. Ernest Hilgert mengemukakan psikologi merupakan ilmu yang mengkaji perilaku manusia serta hewan lainnya.
3. Robbert S. W dan Marquis, mengemukakan bahwa psikologi ialah ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang tindakan atau tingkah laku seseorang dalam hubungan dengan lingkungannya.
4. Bimo walgito, psikologi ialah ilmu yang mempelajari tentang jiwa yang mampu diamati dari perilaku atau kegiatan yang merupakan indikasi atau manifestasi jiwa itu.
5. Wilhelm, psikologi ialah ilmu pengetahuan yang mengkaji tentang pengalaman-pengalaman yang muncul dari diri individu itu sendiri, seperti merasakan, memikirkan dll.

Dapat disimpulkan dari beberapa penjelasan di atas bahwa psikologi bukanlah ilmu yang mempelajari mengenai jiwa maupun tingkah laku manusia saja, akan tetapi psikologi juga mempelajari tingkah laku binatang ataupun tumbuhan lainnya.

Ada beberapa aspek-aspek psikologi ini mempengaruhi psikologis masyarakat. Berikut aspek-aspek psikologis sebagai berikut:

- 1) Aspek Kognitif, merupakan pola pikir atau intelegensi manusia. Kognitif merupakan sebuah kata yang sering digunakan dalam psikologi dalam menggambarkan seluruh kegiatan mental yang diidentifikasi dengan melihat, berpikir, mengingat, dan mengolah data untuk memperoleh pengetahuan seseorang yang dapat mengurus problem, dan merancang masa depan, atau semua proses mental yang diidentifikasi dengan cara orang belajar, fokus, memperhatikan, membayangkan, mengukur, menilai dan memikirkan sekitarnya.
- 2) Aspek emosi. Emosi menurut Grow dan Crow merupakan suatu kondisi yang dapat meluapkan sesuatu pada seseorang yang berfungsi untuk menyocokkan diri dengan

lingkungan sekitar guna menggapai keselamatan dan kesejahteraan seseorang. Bentuk emosi seperti marah, senang, sedih, bahagia, cinta dll. Terdapat empat fungsi emosi menurut Coleman dan Hammen, yakni emosi sebagai pembangkit energi (energizer), emosi sebagai pengantar informasi (messenger), emosi pengantar pesan dalam hubungan antar pribadi dan emosi merupakan sumber informasi.⁷

- 3) Aspek Motivasi, yaitu suatu stimulus yang timbul dari individu itu sendiri demi menjalankan sesuatu untuk mencapai keputusan atau tujuan akhir.

Maslow mengatakan bahwa seseorang akan memiliki perilaku untuk memberikan energi pada kehidupannya, untuk memenuhi segala keperluan hidupnya. Pada umumnya orang lebih condong akan berusaha untuk memperoleh kebutuhan hidup yang pertama lalu kedua, ketiga dan seterusnya, hal ini akan terus terjadi untuk memuaskan kebutuhan-kebutuhan hidupnya dalam sehari-hari.

⁷ Alex Sobur, Psikologi Umum, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2016), hlm. 45-346, cet. 6.s

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi psikologis, yakni sebagai berikut

- 1) Faktor intrinsik, merupakan faktor yang dipengaruhi oleh dalam dirinya sendiri.
- 2) Faktor ekstrinsik, faktor yang berasal dari luar pribadinya. Seperti faktor, budaya, social atau lingkungan sekitar,
- 3) Faktor perkembangan, seperti kecerdasan, bakat, sifat maupun watak.
- 4) Masa pra-natal, setelah dilahirkan seseorang telah berubah menjadi satu kesatuan psycho-physis sebagai bentuk perkembangan standar dan konstan selama berada di dalam perut ibu. Seseorang itu tidak akan diam selama perkembangannya, tetapi akan bergerak, dan pengetahuan belajar yang diberikan pada seseorang perlu disesuaikan dengan kualitas perkembangannya.
- 5) Pengalaman masa kecil seseorang. kehidupan dimulai setelah melalui masa yang beketergantungan. Masa seseorang dimulai ketika berusia antara 2 sampai 6 tahun. Di masa ini perkembangan fisiknya cenderung lambat dibandingkan dengan pertumbuhan pada masa bayi. Pada usia ini

faktor perkembangan pembawaan akan mulai muncul dan orang tuanya akan mendapatkan pemikiran tentang kecenderungan dan kapasitas seseorang.

- 6) Budaya, orang tua, kepercayaan (agama)
- 7) lingkungan
- 8) Harga diri, keinginan, persepsi, kecakapan
- 9) Pergaulan, cara membimbing, pergaulan, kelompok, orang terdekat
- 10) Faktor turunan (warisan).

COVID-19 ialah salah satu faktor non lingkungan yang dapat mempengaruhi psikologis serta perilaku masyarakat.

E. Kaitan Psikologi Dengan Pandemi COVID-19

COVID-19 kini menjadi tantangan baru bagi masyarakat. Resiko dari penyebaran virus ini terus-menerus mengancam kehidupan serta kegiatan masyarakat. COVID-19 tidak hanya menyerang fisik saja melainkan aspek psikologis masyarakat juga menjadi sasaran dari dampak penyebaran COVID-19, terutama bagi pasien yang terindikasi COVID-19. Penyebaran virus yang sangat pesat tentu sangat mengkhawatirkan umat manusia di seluruh

dunia. Kemunculan COVID-19 yang secara tiba-tiba Secara fisik dan psikis masyarakat belum siap dengan keberadaan virus tersebut mengakibatkan masyarakat syok dan panik dalam menghadapinya.

Kasus kematian yang terus-menerus terjadi akibat COVID-19 dan tindakan isolasi dapat mempengaruhi psikologis masyarakat. Tingginya angka kematian dan perpanjangan isolasi di suatu daerah dapat memicu depresi, kecemasan, rasa takut yang berlebihan serta pola tidur masyarakat.⁸ Virus yang tidak terlihat oleh kasat mata ini mengakibatkan masyarakat mengalami ketakutan dan kecemasan. Cemas akan terinfeksi COVID, takut berkontak langsung dengan orang yang terjangkit COVID-19 dan menularkan virusnya. Dari kecemasan dan ketakutan tersebut akan muncul suatu kebiasaan yang berlebihan seperti selalu mencuci tangan menggunakan sabun atau hand sanitizer, atau sering menyemprotkan disinfektan di tempat-tempat umum.

⁸ Junimiserya zalukhu, dampak pandemic COVID-19 terhadap psikologis masyarakat,

Kemunculan COVID-19 ini telah merubah kondisi kehidupan masyarakat. Perubahan perilaku yang ditunjukkan masyarakat cukup drastis dalam menyesuaikan diri dengan keadaan sekarang. banyak masyarakat yang mengalami keresahan, kecemasan, stress, depresi, hingga trauma. Kurangnya aktivitas dan kegiatan masyarakat di mode psbb dan work from home (WFH) menimbulkan kejenuhan.

Dari hasil wawancara yang didapatkan di Desa Sidamukti, Kabupaten Pandeglang, salah satunya bernama Ibu Hj. Solehah, mengatakan bahwa selama COVID berlangsung ia merasa resah dan cemas. Apalagi sekarang yang diiming-iming wajib melakukan vaksin bagi seluruh masyarakat membuat dirinya semakin takut karena banyak orang yang setelah divaksin mengalami sakit parah. Dirinya selaku juragan ikan mengalami dampak COVID terhadap penurunan pendapatan ekonominya. Akibat hal tersebut hampir usaha dan sebagian para nelayan masyarakat di Desa Sidamukti kian menurun.

Selain itu beberapa pelajar yang ada di desa Sidamukti merasa bosan, dan jenuh dalam

pembelajaran daring. Para pelajar merasa tertekan karena hampir setiap hari harus dibebani dengan tugas. Via seorang pelajar yang duduk dibangku kelas 3 di Madrasah Aliyah Negeri 3 pandeglang mengatakan “Pembelajaran daring ini membuat diri saya tertekan dan terbebani. Dalam satu hari terdapat tujuh sampai delapan mata pelajaran, dari ketujuh itu terkadang tiga atau empat mata pelajaran ini sering memberikan tugas tambahan, seperti merangkum hasil pembelajaran, membuat video atau menonton video. Belum lagi kalau tugasnya itu tenggat waktunya cuma sedikit, itu membuat saya keteteran. Tugas-tugas yang menumpuk bikin sakit kepala.”

Selain itu banyak pekerja atau karyawan yang merasa stress karena dipik dan sulitnya mencari pekerjaan. Banyak resiko yang harus dipikul, harus menanggung kebutuhan hidup.

F. Media Sosial Dan Dampaknya Terhadap Mental

Digitalisasi atau perkembangan teknologi saat ini sangat berkebang pesat. Perkembangan teknologi ini cukup memudahkan bagi penggunaanya. Dengan adanya perkembangan

teknologi, sebagian kegiatan manusia menjadi ringan. Terlebih pada perkembangan teknologi informasi. Media sosial merupakan sebuah wadah untuk berinteraksi, bekerjasama dengan individu satu dengan individu lainnya. Selain itu media sosial juga menyajikan berbagai jenis informasi yang menarik dari peloksok dunia. Penggunaan media sosial dapat berjalan cepat jika tersambung dengan koneksi internet, seperti data seluler maupun wifi. Hal ini agar dapat menjangkau komunikasi dari berbagai daerah. Keberadaan media sosial ini sangat mempermudah khalayak dalam berkomunikasi dengan siapapun maupun untuk mendapatkan informasi. Jenis media sosial sangatlah banyak seperti web/blog, Instagram, Facebook, WhatsApp, YouTube dan sebagainya.

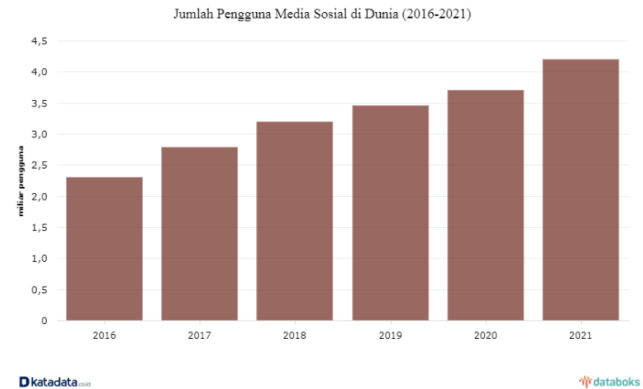
Di masa pandemi COVID-19 ini media sosial sangat berperan penting dalam memberikan informasi mengenai perkembangan COVID-19 maupun cara agar dapat terhindar dari virus tersebut. Media sosial juga bisa dijadikan sebagai sarana edukasi di masa pandemi ini. Namun, media sosial tidak selalu memberikan informasi yang positif. Media sosial juga

terkadang menyajikan informasi-informasi yang negatif atau hoaks.

Hoaks merupakan makna dari kepalsuan atau kebohongan informasi berita yang disampaikan oleh individu ke masyarakat umum. Biasanya berita hoaks ini lebih mudah tersebar luas melalui media sosial. Karena hampir semua orang di seluruh dunia menggunakan media sosial. Sebagai mana grafik penggunaan media sosial di seluruh dunia sebagai berikut

Gambar.1

grafik pengguna media sosial di seluruh dunia



databoks.katadata.co.id

Penggunaan media sosial setiap tahunnya selalu meningkat. Pada tahun ini pengguna media

social melonjak tinggi, tercatat mencapai 4,2 miliar orang. Hal ini tentu saja berpengaruh terhadap penyebaran berita hoaks.

Banyak masyarakat yang menganggap berita hoaks itu sebagai berita yang benar dan nyata adanya padahal informasi itu keberadaanya belum akurat. Mastel dalam surveinya pernah mengemukakan bahwasanya terdapat 44,3% dari 1.146 individu yang pernah mendapatkan berita hoaks.

Proses penyebaran hoaks itu berawal dari pengguna internet yang mengirimkan pesannya kepada pengguna media social lainnya, dari pengguna itu akan meneruskan informasi yang didapatnya, begitupun seterusnya sehingga berita hoaks ini sangat mudah tersebar..

Penyebaran berita hoaks ini menimbulkan berbagai masalah dikalangan masyarakat salah satunya terhadap keresahan atau kecemasan masyarakat. Hal ini tentu saja mengganggu kesehatan mental masyarakat. Terlebih saat ini banyak informasi pro-kontra serta berita hoaks mengenai COVID-19 dan vaksin di media social.

Infomasi atau berita mengenai COVID-19 dan vaksin saat ini sangat membooming dan banyak dibicarakan diberbagai dunia. Namun beredarnya berita hoaks mengenai COVID-19 dan vaksinasi telah merubah stigma masyarakat. Berdasarkan pengamatan di media sosial dan dilingkungan masyarakat, banyak isu yang tersebar mengenai vaksinasi bahwasanya vaksin membuat diri kita menjadi positif COVID-19 atau bahkan banyak orang yang meninggal setelah divaksin. Padahal fungsi vaksin sendiri untuk menopang dan menjaga kekebalan tubuh kita dalam mencegah virus atau penyakit. Salah satu isu tadi tentu saja membuat masyarakat geger merasa ketakutan dan merasa cemas untuk melakukan vaksinasi.

Ada beberapa cara agar kita bijak dalam bersosial media dan cermat dalam menerima informasi hoaks.

Bijak Bermedia Sosial

1. Hati-hati dengan judul yang provokatif
Kata yang profokatif sering sekali dibuat judul berita. Hal ini bermaksud agar

menggiurkan atau menarik persepsi para pembaca.

Oleh karena itu jika anda melihat berita dengan judul yang provokatif seperti contoh sebelumnya, sebaiknya bandingkan isinya dengan berita yang serupa.

2. Cermati alamat situs

Banyak situs-situs bodong yang menyerupai situs resmi. Untuk menghindari hal itu anda perlu mengecek link yang tertera dan membandingkannya. Biasanya situs yang menggunakan domain blog dan belum terverifikasi maka informasi yang dihasilkan dapat dikatakan meragukan.

3. Periksa fakta

Berbicara mengenai fakta, kita perlu mengetahui dari mana sumber berita itu berasal. Berita asli ialah peristiwa yang terjadi dengan kesaksian dan bukti.

4. Cek keaslian foto

Foto yang tertera di dalam berita juga perlu dicek keasliannya. Karena pembuat berita terkadang menggunakan manipulasi foto untuk memprovokasi pembaca.

5. Ikut serta dalam grup diskusi anti hoaks

Dibeberapa media sosial terdapat beberapa grup atau konten diskusi anti hoaks, salah satunya facebook contohnya seperti grup Forum Anti Fitnah, Hasut, dan Hoax (FAFHH), Fanpage & Group Indonesian Hoax Buster, Fanpage Indonesian Hoaxes, dan Grup Sekoci.

BAB II KETAHANAN KELUARGA

A. Pengertian Ketahanan Keluarga

Keluarga merupakan unit atau kelompok terkecil dalam suatu masyarakat atau bangsa, keluarga juga merupakan tempat yang paling penting untuk tumbuh dan berkembangnya bagi seseorang. Keluargalah yang membentuk karakter serta kepribadian seseorang, sehingga dalam hakikatnya perlu sekali untuk memperkokoh atau memperkuat ketahanan dalam sebuah keluarga. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, ketahanan adalah kekuatan (hati, fisik): kesabaran. Ketahanan keluarga bisa didefinisikan dengan: suatu keadaan dimana suatu keluarga memiliki kemampuan fisik maupun psikis untuk hidup mandiri dengan mengembangkan potensi diri bagi masing-masing individu dalam keluarga tersebut, untuk mencapai kehidupan yang sejahtera dan bahagia,

lahir dan batin, baik di dunia maupun di akhirat kelak.⁹

Ketahanan keluarga juga dapat didefinisikan sebagai suatu upaya keluarga atau kemampuan sebuah keluarga dalam mengembangkan serta membentuknya untuk dapat hidup secara damai, sejahtera, bahagia, harmonis, serta mampu untuk mengatur atau mengelola suatu masalah yang terjadi dan sumber daya yang ada dalam mencapai suatu harapan yang diinginkan oleh keluarga itu sendiri.

Sehingga dari beberapa definisi di atas dapat kita simpulkan bahwa ketahanan keluarga merupakan suatu kemampuan atau upaya keluarga dalam melindungi dan menjaga keluarga dari segala problematika atau permasalahan kehidupan yang berdatangan, baik masalah yang berasal dari dalam ataupun dari luar keluarga itu sendiri. Ketahanan keluarga juga sebagai alat ukur bagaimana sebuah pencapaian keluarga tersebut dalam menjalankan fungsi, peran, serta

⁹ Amany Lubis, dkk, *Keetahanan Keluarga Dalam Perspektif Islam*, (Jakarta: Pustaka Cendikiawan), 2018, h. 1.

tanggungjawabnya dalam mewujudkan kesejahteraan anggota keluarganya.

Berbicara mengenai ketahanan keluarga memang tidak bisa terlepas dari suatu perolematika manusia dalam mempertahankan eksistensinya. Seperti yang kita ketahui bahwa keluarga merupakan satu kesatuan individu dalam suatu masyarakat. Ketika kita berada dalam lingkungan yang baik serta keluarga yang baik tentu akan mempengaruhi bagaimana eksistensi keluarga tersebut. Oleh karenanya, sangat diperlukan sekali lingkungan yang mendukung dan memiliki nilai positif bagi kita, karena lingkungan yang mendukung akan berpotensi juga dalam mendatangkan kemaslahatan bagi manusia itu sendiri.

Cakupan serta dimensi mengenai ketahanan dalam sebuah keluarga ini begitu luas, Duvall telah menjelaskan bahwa untuk bisa merealisasikan ketahanan dalam suatu keluarga sangat dibutuhkan fungsi, peran, serta tugas masing-masing dalam anggota keluarga. Fungsi, peran, dan juga tugas tersebut antara lain:

1. Pemeliharaan kebutuhan fisik anggota keluarga sesuai dengan standar kehidupan berkualitas;
2. Alokasi sumber daya keluarga, baik yang dimiliki maupun tidak, namun dapat diakses keluarga;
3. Pembagian tugas di antara seluruh anggota keluarga;
4. Sosialisasi anggota keluarga terhadap nilai-nilai perilaku yang dianggap penting;
5. Reproduksi, penambahan dan pelepasan anggota keluarga;
6. Pemeliharaan tata tertib;
7. Penempatan anggota di masyarakat luas;

Pemeliharaan moral dan motivasi.¹⁰

Individu serta keluarga yang mempunyai wawasan, pengetahuan, serta pemahaman mengenai ketahanan sebuah keluarga, maka akan berpotensi serta mampu bertahan dalam perubahan fungsi, struktur dan juga peranan keluarga yang akan berdatangan. Keluarga yang mampu dalam membentuk ketahanan

¹⁰ Duvall, Millis, E., *Family Development*, 4th edition, JB. Philadelphia, New York, Toronto: Leppincott Company, 1971.

keluarganya dengan baik, maka keluarga tersebut juga akan memiliki peningkatan kualitas hidup secara baik pula. Oleh karenanya usaha dalam mewujudkan ketahanan dalam sebuah keluarga sangat penting dikembangkan oleh setiap individu.

Perlu kita ketahui juga bahwa ketahanan sebuah keluarga menjadi salah satu faktor bagaimana keharmonisan dalam sebuah rumah tangga bisa terjadi, sehingga hal tersebut membawa dampak juga bagi keharmonisan di dalam suatu masyarakat luas. Berbeda dengan ketidakharmonisan dalam sebuah keluarga, ketidakharmonisan di dalam keluarga itu sendiri dapat menjadi salah satu penyebab akan pergeseran nilai-nilai ketahanan dalam keluarga, sehingga keutuhan keluarga yang diinginkan sejak awal tidak akan terbentuk dengan baik. Ada lima dimensi ketahanan dalam sebuah keluarga yang paling umum dan paling disoroti, yaitu mengenai landasan legalitas dan keutuhan sebuah keluarga, ketahanan fisik, ketahanan ekonomi, ketahanan sosial-psikologi, dan juga mengenai ketahanan sosial-budaya.

Pertama, mengenai landasan legalitas dalam sebuah keluarga yaitu mencakup dua variabel, legalitas dalam sebuah perkawinan dan juga legalitas suatu kelahiran. Hal ini dilandaskan dengan hukum positif yang berlaku di negara ini, dimana sebuah keluarga akan dinilai memiliki tingkat pencapaian ketahanan yang tinggi apabila keluarga tersebut memiliki legalitas suatu perkawinan yang telah dianggap sah. Karena perkawinan yang tidak sah di mata hukum, akan menghambat pencapaian keharmonisan serta kesejahteraan dalam sebuah keluarga. Begitu pula dengan kejelasan asal usul suatu keturunan, hal ini sangat diperlukan dalam pencapaian kesejahteraan keluarga. Keutuhan pada keluarga juga menjadi salah satu indikator tingkat ketahanan sebuah keluarga. Keluarga yang tidak utuh akan dinilai dan akan berpotensi memiliki ketahanan yang rendah dibandingkan dengan keluarga yang utuh.

Kedua, mengenai ketahanan fisik dalam sebuah keluarga (bagi semua anggota keluarga) merupakan salah satu syarat penting juga agar dapat tercapainya sebuah ketahanan keluarga yang baik. Untuk dapat mempertahankan dan

membentuk pemenuhan ketahanan fisik dalam sebuah keluarga diperlukan tiga variabel yang sangat penting, yaitu kecukupan pangan dan gizi, kesehatan anggota keluarga, dan juga ketersediaan tempat untuk tinggal secara menetap.

Ketiga, mengenai dimensi ketahanan ekonomi sebagai salah satu aspek yang paling penting dalam standarisasi ketahanan sebuah keluarga. Tingkat kesejahteraan atau pencapaian ekonomi keluarga yang baik, dapat mencerminkan bahwa keluarga tersebut berhasil serta mampu dalam mempertahankan serta melangsungkan kehidupan keluarganya secara nyaman. Ada empat variabel yang menjadi faktor dalam pemenuhan ketahanan ekonomi sebuah keluarga, diantaranya yaitu kepemilikan tempat tinggal/rumah, pendapatan atau penghasilan keluarga yang mencukupi, kemampuan dalam membiayai pendidikan anggota keluarga (anak), serta jaminan keuangan keluarga.

Keempat, dimensi ketahanan sosial-psikologi yang juga merupakan salah satu landasan pokok dalam membentuk suatu ketahanan dalam keluarga. Keluarga yang

memiliki ketahanan yang baik dalam hal sosial psikologinya ialah keluarga yang mampu mengatasi serta menanggulangi segala permasalahan atau problematika yang berdatangan dalam bentuk non fisik, seperti pengendalian emosi, harapan-harapan dan kepuasan terhadap kesejahteraan keluarganya, serta kepedualian antara suami terhadap istrinya atau antara orangtua terhadap anaknya. Indikator-indikator yang sangat penting ada dalam ketahanan sosial psikologi, ialah keharmonisan keluarga yang mencakup sikap anti kekerasan (baik terhadap perempuan maupun terhadap anak) dan kepatuhan keluarga terhadap hukum yang berlaku.

Kelima, perihal dimensi ketahanan sosial-budaya yang merupakan dimensi yang dapat mendeskripsikan serta menggambarkan bagaimana tingkat dari suatu ketahanan keluarganya. Hal tersebut dapat dilihat dari bagaimana sudut pandang atau hubungan antara keluarga terhadap lingkungan yang ada di sekitarnya. Seperti yang kita semua ketahui, bahwa kata keluarga sudah sangat melekat dan tidak dapat terpisahkan dari lingkungan

masyarakat, sosial serta lingkungan komunitas yang ada. Adapun variabel-variabel yang diperlukan dalam membangun ketahanan sosial budaya ialah kepedulian sosial (khususnya penghormatan terhadap lansia), keeratan sosial (selalu berpartisipasi dalam kegiatan sosial yang ada di masyarakat), dan ketaatan dalam beragama (ikut berpartisipasi dalam kegiatan keagamaan yang diadakan di masyarakat).

Selain dari kelima dimensi yang telah disebutkan di atas, dilihat dari sudut pandang lain bahwa aspek ketahanan keluarga meliputi:

1. Ketahanan fisik, di dalamnya mencakup mengenai bagaimana bisa terpenuhinya kebutuhan sandang, pangan serta papan
2. Ketahanan non-fisik, di dalamnya mencakup bagaimana dapat terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan psikologis atau kebutuhan mental (seperti adanya rasa aman, rasa terlindungi, cinta dan kasih sayang sesama pasangan atau anak, kedamaian dan lain sebagainya)
3. Ketahanan di bidang sosial, yang di dalamnya mencakupi bagaimana dapat terpeliharanya hubungan antara keluarga, sanak saudara,

serta lingkungan yang ada di sekitarnya (masyarakat sekitar)

4. Ketahanan agaman dan hukum, di dalamnya mencakup mengenai bagaimana keluarga akan ketaatannya terhadap hukum serta agama yang berlaku.

Pada intinya semua aspek-aspek atau dimensi mengenai sebuah ketahanan dalam keluarga yang telah disebutkan di atas menjelaskan, bahwa sebuah ketahanan keluarga itu dapat terjadi disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu ketahanan fisik dan ketahanan non-fisik. Dengan demikian kesejahteraan serta keharmonisan keluarga dapat dibentuk serta berkembang, yang pada akhirnya eksistensi sebuah ketahanan dalam keluarga dapat tercapai dengan baik.

Perlu kita ketahui bahwa masih banyak masyarakat yang mengabaikan dan kurangnya pemahaman mengenai ketahanan dalam sebuah keluarga, padahal hal tersebut sangat penting dalam pengembangan serta pembentukan sebuah kesejahteraan dalam keluarga. Pemahaman mengenai ketahanan keluarga juga sangat diperlukan agar setiap pasangan keluarga

dapat mengetahui serta memahami bagaimana konsep serta tujuan dalam berumah tangga itu sendiri. Maka dari itu, pengukuran dan upaya dalam meningkatkan ketahanan keluarga dapat memberikan deskripsi bagaimana ketangguhan sebuah keluarga yang ada di Indonesia, khususnya yang ada di daerah Kabupaten Pandeglang.

B. Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Ketahanan Keluarga

Dunia telah digemparkan dengan adanya wabah penyakit *COVID-19* yang telah menjadi pandemi di berbagai negara, termasuk di Indonesia. Pandemi *COVID-19* sudah menjadi isu permasalahan yang sangat krusial untuk diperbincangkan oleh masyarakat luas, khususnya dengan apa yang terjadi pada tahun 2020. Tahun 2020 ialah tahun yang telah menjadi sejarah bagi masyarakat Indonesia, karena *COVID-19* itu sendiri masuk ke Indonesia pada awal tahun 2020, tepatnya pada tanggal 02 Maret 2020.

Tentu saja hal ini berimbas pada seluruh sektor kehidupan yang ada di masyarakat, baik itu sektor ekonomi, pendidikan, politik, agama,

maupun sosial, yang di dalamnya termasuk kerapuhan dalam ketahanan keluarga yang ada di Indonesia, khususnya di daerah Kabupaten Pandeglang. Mulai dari anak-anak, remaja, maupun dewasa semuanya merasakan dampak dari adanya pandemi ini. Maka sudah sangat wajar apabila semuanya mengeluh dengan keadaan yang sedang terjadi, karena dampak yang dirasakan tidak hanya terjadi pada orang-orang tertentu saja.

Masa pandemi ini ialah masa di mana kita semua dipaksa untuk dapat beradaptasi dengan keadaan secara cepat. Segala bentuk upaya pun telah dilakukan oleh pemerintah agar angka kenaikan kasus *COVID-19* yang terjadi di Indonesia bisa segera teratasi dan dapat memutus rantai penularan virus *COVID-19*. Dimulai dengan pemberlakuan protokol kesehatan di manapun aktivitasnya, PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar), semua kegiatan dialihkan ke rumah masing-masing, ada *work from home*, *stay at home*, sekolah secara daring, bahkan sampai PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) telah diterapkan dan dilakukan. Dengan adanya kebijakan-kebijakan dari pemerintah inilah yang

menyebabkan seluruh sektor kehidupan masyarakat terdampak.

Dalam konteks ketahanan keluarga, pandemi *COVID-19* ini dinilai memiliki pengaruh yang cukup signifikan. Hal ini terbukti dengan pengakuan masyarakat sendiri tentang bagaimana pengaruh atau dampak yang dirasakan oleh setiap keluarga. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan kepada masyarakat yang ada di Kabupaten Pandeglang, dampak yang dirasakan oleh masyarakat atau keluarga itu dapat dikategorikan menjadi beberapa bagian.

1. Dampak terhadap ekonomi keluarga

Sudah sangat tidak asing bagi kita ketika mendengar bahwa perekonomian masyarakat di Indonesia ikut terdampak ketika adanya wabah *COVID-19* ini. Terlebih apa yang dirasakan oleh masyarakat kalangan menengah ke bawah. Memang dampak pandemi ini turut dirasakan oleh semua kalangan masyarakat, namun masyarakat-masyarakat kecil lebih terkena imbasnya dalam segi ekonomi, begitupun apa yang telah dirasakan oleh masyarakat yang ada di Kabupaten Pandeglang.

Banyak warga atau masyarakat Pandeglang yang kehilangan akan mata pencahariannya, salah satunya ialah dengan banyaknya para karyawan yang di PHK (Pemutus Hubungan Kerja) dari pekerjaannya akibat adanya pandemi ini. Sehingga mengakibatkan ekonomi keluarga mengalami kemerosotan bahkan tidak adanya pemasukan untuk membiayai keluarga sehari-hari. Kebijakan pemerintah yang memberlakukan dan mengharuskan masyarakat untuk membatasi aktivitasnya (*social distancing*), PSBB, ataupun PPKM, cukup membuat masyarakat kecil sangat khawatir dengan keberlangsungan hidupnya.

Contoh kecil saja, banyak para pedagang kecil yang seharusnya berdagang di sekolah atau para pedagang-pedagang yang mengandalkan anak sekolahan, kali ini tidak bisa berdagang seperti biasanya. Hal ini dikarenakan tutupnya atau dialihkannya sekolah secara daring, sehingga secara tidak langsung para pedagang kecil itu kehilangan mata pencahariannya. Padahal tidak sedikit warga Pandeglang yang menggantungkan hidupnya dengan usaha atau jualan kecil-kecilan seperti itu.

Bukan hanya karyawan yang di PHK dan para pedagang-pedagang kecil saja, akan tetapi para nelayan dan juga para petani turut merasakan akan dampaknya pandemi ini terhadap perekonomian mereka. Dapat kita ketahui juga, bahwa sebagian mata pencaharian masyarakat di Pandeglang adalah menjadi nelayan dan juga petani. Selain itu juga, Pandeglang cukup terkenal akan daerah pariwisatanya, seperti Tanjung Lesung, Carita, Batu Hideung, dan masih banyak lagi. Sehingga masyarakat Pandeglang mata pencahariannya banyak yang mengandalkan tempat pariwisata tersebut.

Mungkin dalam segi ekonomi, dampak yang dirasakan oleh sektor pertanian dan nelayan tidak cukup buruk dibandingkan sektor non pertanian dan non nelayan. Hal ini disebabkan karena tidak jarang sektor pertanian dan nelayan merupakan sektor penyelamat dari krisisnya ekonomi yang sedang dialami oleh negara.

Namun sebagai suatu solusi dan sebagai salah satu jalan keluar agar perekonomian yang dialami oleh masyarakat Indonesia tidak menurun secara drastis dan agar terciptanya

kesejahteraan rakyat, pemerintah Republik Indonesia memberikan suatu bantuan kepada masyarakat yang memang sangat membutuhkan dan terdampak secara ekonomi berupa uang atau sembako per-bulannya. Ada bantuan yang terkena dampak corona, bantuan UMKM, bantuan sembako. Dan lain-lain. Bukan hanya bantuan pokok seperti uang atau sembako, pemerintah juga memberikan tagihan listrik gratis per-bulannya selama pandemi berlangsung.

Menurut pengakuan masyarakat setempat (masyarakat Kabupaten Pandeglang), bantuan pemerintah yang diberikan secara tunai tidak dibagikan secara merata, bahkan banyak bantuan yang di alokasikan kepada orang-orang yang dianggap mampu atau lebih tepatnya kita sebut dengan salah sasaran. Di samping itu, masyarakat juga mengaku bahwa mereka kecanduan dan ketagihan dengan adanya bantuan dari pemerintah yang bisa dibilang secara cuma-cuma, karena masyarakat menganggap hal ini sangat membantu mereka untuk dapat bertahan di situasi seperti ini.

2. Dampak terhadap pendidikan anggota keluarga

Selanjutnya adalah dampak dari segi pendidikan yang dirasakan oleh masyarakat yang ada di Kabupaten Pandeglang. Seperti yang kita ketahui bahwa pendidikan merupakan salah satu sektor yang terkena dampak atau pengaruh cukup berat di masa pandemi *COVID-19* ini. Pendidikan ialah hal yang paling penting untuk ditempuh oleh setiap individu, dan masyarakat Indonesia memiliki hak yang sama dalam mendapatkan pendidikan yang layak.

Pendidikan juga merupakan suatu keharusan dan sudah menjadi kewajiban bagi seluruh masyarakat itu sendiri. Namun semua itu terasa sangat berat dilalui ketika wabah *COVID-19* menyerang dan telah menjadi pandemi dalam kurun waktu yang cukup lama. Di masa pandemi *COVID-19*, semuanya berubah total menjadi keadaan yang paling tidak diharapkan oleh semua orang, termasuk bagaimana kita dalam mengenyam dunia pendidikan.

Kebijakan pemerintah mengenai pendidikan adalah salah satu solusi agar semua masyarakat Indonesia begitu juga masyarakat Kabupaten Pandeglang bisa melakukan kegiatan

pendidikan seperti biasanya walaupun dalam keadaan pandemi. Pemerintah memberlakukan semua kegiatan di sekolah dialihkan ke rumah masing-masing alias sekolah secara daring (dalam jaringan). Bukan hanya para pelajar, namun semua tenaga pendidikan seperti dosen, guru, staf, dan semuanya tidak boleh melakukan kegiatan belajar mengajar di sekolah atau kampus. Hal ini dilakukan agar rantai penyebaran *COVID-19* dapat berhenti dan tidak meluas.

Tentu saja hal ini menjadi polemik dan beban tersendiri bagi masyarakat Indonesia, karena kebijakan yang diterapkan oleh pemerintah mengenai sistem pendidikan di Indonesia memiliki banyak sekali kendala dan juga keluhan bagi setiap individunya. Mulai dari masyarakat yang mengeluhkan jaringan dan sinyal yang kurang baik (khususnya di desa-desa yang jauh dari perkotaan), tidak memiliki kuota karena tidak memiliki cukup uang untuk dapat membelinya, masih banyak yang gaptex (gagap teknologi), dan masih banyak hal lagi. Sehingga efisiensi dan efektivitas belajar mengajar tidak begitu berjalan dengan baik bagi sebagian orang, termasuk masyarakat yang ada di Kabupaten

Pandeglang. Di Kabupaten Pandeglang sendiri masih banyak desa-desa yang sulit untuk mendapatkan jaringan internet.

Kebijakan yang diterapkan oleh pemerintah dalam hal pendidikan menjadi keresahan tersendiri bagi para orangtua, mereka sangat mengkhawatirkan akan masa depan anak-anaknya. Walaupun dengan solusi belajar secara daring dari rumah masing-masing, namun banyak dari para orangtua berpendapat bahwa hal ini tidak begitu efektif untuk diterapkan. Selain pembelajaran secara daring membuat anak-anak mereka selit untuk bersosialisasi dan mencari teman, mereka juga menganggap bahwa belajar atau sekolah secara daring hanyalah formalitas belaka.

Dari pengakuan beberapa orangtua, belajar di rumah secara daring membuat anak-anak semakin malas untuk belajar. Anak-anak menjadikan hal itu kesempatan untuk dapat bermain game, bermain sosial media secara terus menerus, sehingga bisa memicu anak-anak menjadi kecanduan terhadap *gadget*. Namun di samping itu, para tenaga pendidikan seperti guru juga memiliki keresahan tersendiri bagi masa depan murid-muridnya, terlebih untuk anak

dengan usia yang masih kecil. Mereka memutar otak dan mencari berbagai solusi bagaimana kegiatan belajar dan ilmu yang disampaikan dapat diterima dengan baik dan efektif.

Berdasarkan hasil pengamatan dan observasi, kegiatan belajar dan mengajar yang dilakukan di daerah Kabupaten Pandeglang selama pandemi berlangsung sebagian dilakukan secara daring namun sebagian lagi dilakukan secara luring. Kegiatan yang dilakukan secara luring juga tetap terbatas dan tidak dilakukan di sekolah seperti biasanya. Sistemnya bisa berupa *rolling* atau diberlakukannya per sesi dan bisa berupa gurunya yang mendatangi langsung ke tempat muridnya. Bagaimanapun semua usaha dan kemampuan sudah dilakukan oleh pemerintah, guru, orangtua dan memiliki kewajiban akan hal ini.

3. Dampak sosial terhadap masyarakat

Manusia adalah makhluk sosial yang sudah semestinya tidak bisa hidup seorang diri tanpa bantuan orang lain. Hidup penuh dengan ketergantungan sudah menjadi hal yang sangat mencerminkan akan sifat sebagai seorang manusia. Kehidupan sehari-hari yang kita jalani,

menggambarkan betapa bebasnya manusia dalam melangsungkan kehidupannya. Berkomunikasi satu dengan yang lain, melangsungkan jual beli, bergotong royong, bersilaturahmi, mendirikan komunitas-komunitas, aktif dalam organisasi, dan masih banyak kegiatan sosial lainnya.

Namun semenjak pandemi *COVID-19* menginjak tanah air, segala kegiatan sosial di masyarakat harus dibatasi dan kita tidak dapat secara sembarangan menyepelkannya. Bagaimanapun pandemi *COVID-19* ini tidak bisa kita hindari, akan tetapi harus kita hadapi bersama-sama. Batasan-batasan yang dimaksud, seperti rumah ibadah ditutup, pasar swalayan ditutup, sekolah ditutup, harus selalu menerapkan protokol kesehatan yang berlaku, tidak bisa saling sapa dan tatap muka secara bebas, dan masih banyak lagi. Kita juga harus selalu menjaga jarak ketika berada di tempat umum, serta tidak bisa bepergian tanpa ada surat keterangan PCR atau surat telah melakukan vaksin.

Hal ini juga berdampak pada keberlangsungan kegiatan kemasyarakatan yang seharusnya dilakukan, seperti menggelar hajat,

melaksanakan kegiatan PHBI atau PHBN, bersilaturahmi dengan sanak saudara, bahkan pelaksanaan pilkada yang harus ditunda-tunda, dan lain-lain. Meskipun kegiatan-kegiatan tersebut dapat dilaksanakan, namun tetap saja dilakukan serba terbatas dan tidak boleh melanggar protokol kesehatan. Tentunya hal ini juga berimbas pada ekonomi dan pendidikan yang telah dijelaskan sebelumnya. Umumnya saja, dampak sosial yang diterima oleh seluruh masyarakat yang ada di Indonesia tidak jauh berbeda dengan apa yang dirasakan oleh masyarakat yang ada di Kabupaten Pandeglang. Namun sayangnya kesadaran masyarakat akan bahayanya *COVID-19* masih kurang dan masih banyak yang menyepelkannya.

Dari penjelasan semua di atas, dapat kita simpulkan bahwa pandemi *COVID-19* ini berdampak pada seluruh sektor kehidupan masyarakat, termasuk ketahanan keluarga. Menurutnya perekonomian, keresahan akan pendidikan anak, serta kurangnya sosialisasi yang dilakukan dapat menyebabkan perselisihan dan ketidakharmonisan dalam keluarga itu sendiri bahkan dapat menyebabkan keruntuhan atau keretakan keluarga. Dilansir dari

tribunbanten.com angka perceraian di Kabupaten Pandeglang mengalami peningkatan pada tahun 2020. Salah satu penyebab terbesar terjadinya perceraian ialah karena faktor ekonomi.

C. Kecemasan Masyarakat Terhadap Wabah *COVID-19*

Penyebaran virus *COVID-19* di Indonesia sudah cukup memberikan peringatan kepada kita semua bahwa penyakit tersebut harus dianggap serius. Angka kenaikan kasus *COVID-19* yang setiap harinya meningkat, semakin luas penyebarannya, bahkan turut bermutasi virus dengan jenis baru, membuat masyarakat memiliki rasa khawatir dan cemas akan keadaan yang sedang dihadapi. Hal ini membuat sebagian masyarakat sadar bahwa keadaan memang sedang tidak baik-baik saja. Dampak yang diterima akibat adanya pandemi ini tidak hanya berlaku untuk sektor kesehatan saja, namun segala sektor kehidupan masyarakat pun telah terkena imbasnya. Hal ini lah yang memperkuat masyarakat menjadi resah dengan situasi yang sedang dihadapi.

Berbagai macam kondisi yang telah dilalui dan apa yang terjadi selama pandemi ini, memberikan efek atau dampak psikologis terhadap masyarakat itu sendiri. Kecemasan yang dialami oleh masyarakat merupakan suatu kondisi umum atau wajar dari perasaan takut dan ketidaknyamanan. Tingkat kecemasan seseorang itu berbeda-beda dan tidak bisa disamaratakan. Kecemasan yang dialami lansia pasti akan berbeda dengan yang dialami oleh anak usia remaja dan dewasa. Kecemasan yang dialami oleh setiap individu ini dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, faktor internal ialah faktor yang berasal dari diri sendiri sedangkan faktor eksternal ialah faktor yang bersumber dari luar atau lingkungan.

Persepsi bagaimana risiko terpaparnya virus juga bisa menjadi salah satu faktor seseorang menjadi cemas dan khawatir. Banyak sekali individu yang merasa takut berlebihan ketika keluar rumah, saling tegur sapa dengan orang lain, mendatangi tempat-tempat umum, dan lain-lain. Namun untuk sebuah keluarga, hal yang paling dicemaskan dan dikhawatirkan selama pandemi berlangsung ialah mengenai bagaimana cara agar keluarga tersebut dapat

melangsungkan hidupnya. Mereka mencemaskan bagaimana tercukupinya kebutuhan pokok untuk sehari-hari, mereka mencemaskan anak-anaknya yang sekolah secara daring, mereka mencemaskan pemasukan biaya, dan mengenai pekerjaannya.

Hal-hal tersebut yang menjadikan sebuah keluarga selalu mencari solusi bagaimana agar ketahanan keluarga mereka tetap kuat dan harmonis. Terutama bagi masyarakat kecil, masyarakat yang tidak memiliki pekerjaan dan masyarakat yang sama sekali tidak mendapatkan bantuan dari pemerintah padahal mereka sangat membutuhkannya. Berbicara mengenai kecemasan di masa pandemi ini, masyarakat yang ada di Kabupaten Pandeglang masih dapat dikategorikan wajar. Jika kita melihat kota-kota lain atau daerah lain mungkin tingkat kecemasan yang dialami lebih tinggi. Terbukti dengan adanya *panic buying*, menimbun-nimbun barang yang sedang dibutuhkan di mana-mana (seperti masker), dan ketidakpeduliannya satu sama lain.

Ada dua tipe masyarakat dalam menanggapi adanya wabah *COVID-19* ini, yaitu masyarakat yang percaya akan adanya penyakit tersebut dan masyarakat yang tidak

mempercayainya. Kebanyakan masyarakat yang percaya dengan adanya penyakit *COVID* ini memiliki rasa cemas tersendiri. Berbeda dengan yang tidak peduli, tidak percaya dan menyepelekan. Sebelumnya telah disinggung bahwa masih banyak masyarakat yang menyepelekan, menganggap remeh, bahkan apatis terhadap adanya penyakit yang sudah mendunia ini. Hal ini sesuai dengan apa yang telah penulis amati di lapangan, masih banyak masyarakat di Kabupaten Pandeglang yang berkeliaran tanpa mengindahkan protokol kesehatan yang berlaku.

Seiring dengan meningkatnya angka kasus *COVID-19*, sebagian masyarakat Pandeglang yang mempercayai adanya penyakit ini memiliki rasa kecemasan yang cukup besar. Mereka merasa kehidupan yang dilalui saat ini sangat mengekang dan tidak leluasa seperti sebelumnya. Mereka terbayang-bayang akan kematian yang terus mengikutinya setiap saat, khususnya yang dirasakan oleh para lansia. Wabah *COVID-19* ini memang bisa menyerang pada siapa saja, namun berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh penulis di lingkungan sekitarnya, lansia memiliki kecemasan yang lebih

besar dibandingkan dengan usia dewasa dan remaja.

Jika dipandang dalam perspektif psikologis, sangat wajar para lansia memiliki kecemasan yang cenderung lebih besar dari usia remaja dan dewasa. Hal ini dikarenakan, usia lansia adalah usia di mana semua sistem dan fungsi tubuhnya mulai menurun, sehingga dapat menimbulkan pikiran-pikiran negatif pada dirinya sendiri. Banyak masyarakat yang parno untuk dapat bertatap muka dengan orang lain, apalagi dengan tidak berhentinya berita yang di tayangkan di tv ataupun media sosial.

Pengaruh berita yang menyebar di masyarakat juga cukup besar, apalagi sekarang adalah zaman dimana semuanya dapat tersebar begitu cepat. Hanya dengan persekian detik berita dapat tersebar secara luas di masyarakat. Oleh karenanya, banyak berita-berita yang tidak valid menjadi konsumsi masyarakat sehari-hari, alias hoax.

Berita-berita seperti itu dapat menimbulkan kecemasan pada masyarakat, karena terkesan menakutkan dan lebih menggiring opini. Begitupun dengan berita vaksinasi yang banyak sekali pro dan kontra di

masyarakat. Penduduk di Indonesia, sangat lemah dengan adanya berita-berita yang mudah tersebar tanpa tau kevalidannya. Masih banyak masyarakat di Indonesia yang tidak berani untuk melakukan vaksinasi yang diadakan oleh pemerintah. Padahal vaksinasi adalah salah satu upaya pemerintah untuk dapat memutus rantai penularan COVID-19. Alasan mengapa masyarakat di Indonesia memilih untuk tidak melakukan vaksinasi ialah karena cemas dan takut akan hal-hal yang tidak diinginkan. Mereka menyimpulkan hal demikian dari berita-berita yang menyebar di berbagai daerah. Oleh karenanya, kecemasan masyarakat di Indonesia akan wabah ini masih dapat ditemukan di berbagai daerah. Khususnya masyarakat yang ada di daerah Kabupaten Pandeglang.

BAB III KELUARGA TANGGUH BENCANA

A. Pengertian Keluarga Tangguh Bencana

Keluarga adalah lembaga terkecil yang ada dalam masyarakat. Di dalamnya kita bisa menelusuri banyak hal, dimulai dari hubungan antar orang perorang, hubungan otoritas, pola pengasuhan, pembentukan karakter, adanya nilai-nilai masyarakat dan lain sebagainya.¹¹

Tangguh bisa dikatakan kuat dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi suatu bencana yang terjadi dan menimpahnya.

Bencana adalah sebuah peristiwa yang mengganggu dan mengancam kehidupan manusia yang diakibatkan oleh faktor alam maupun faktor non alam atau faktor manusia, yang mengakibatkan adanya korban jiwa, lingkungan yang rusak, dampak psikologis dan bahkan kehilangan harta benda.¹²

¹¹ Karlinawati Silalahi, Eko A. Meinarno, *Psikologi Keluarga*, (Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 2010), Hal. 3

¹² Dian Tamitiadini dan Isma Adila, WayanWeda Asmara Dewi, *Komunikasi Bencana: Teori dan Pendekatan Praktis*

Jadi, bencana yaitu kejadian atau peristiwa yang mengancam dan mengganggu aktivitas yang ada di dalam kehidupan masyarakat. Bencana terbagi menjadi dua bagian yang pertama terjadi akibat perbuatan manusia atau non alam yang kedua terjadi akibat peristiwa alam.

Pandemi yang sedang kita hadapi ini termasuk kedalam bencana non alam, bencana non alam yaitu bencana yang disebabkan oleh bencana yang bukan karena faktor alam, bencana non alam ini seperti kecelakaan, teknologi yang gagal, dan wabah penyakit.

Keluarga tangguh bencana adalah keluarga yang telah memenuhi standar ketangguhan keluarga berupa kesadaran, pengetahuan, keterampilan yang terus dikembangkan untuk mengurangi korban jiwa pada saat terjadi bencana.¹³

kesadaran yaitu kesadaran bahwa memiliki tempat tinggal yang rawan bencana harus bisa menyesuaikan diri dan

Studi Kebencanaan di Indonesia, (Malang: UB Press, 2019), Hal. 2-3

¹³ BNPB, *Modul Keluarga Tangguh Bencana*, (Jakarta: 2019)

mempersiapkan diri terhadap bencana yang akan datang.

Pengetahuan yaitu setiap keluarga perlu diberikan pengetahuan atau ilmu tentang segala hal yang berkaitan dengan bencana seperti ancaman dan resiko dari bencana tersebut, cara menghindari dan mencegahnya bahkan cara bertahan hidup di tengah-tengah bencana yang terjadi

Keterampilan adalah cara menghadapi bencana dan mampu menghindar dari bencana yang terjadi dengan cara berperilaku baik seperti membuang sampah pada tempatnya, merawat dan menanam pohon. Dalam situasi seperti sekarang yang tengah dilanda pandemi COVID-19 ini bisa dengan cara memakai masker, mencuci tangan, membatasi aktivitas di luar rumah dan tidak berkerumun.

Pandemi COVID 19 ini jelas berdampak terhadap ketahanan keluarga Indonesia. jika ketahanan keluarga semakin baik, maka akan baik pula kemampuan keluarga dalam menghadapi perubahan akibat pandemi dan pasca pandemi. Kebijakan yang tepat dapat mencegah keluarga Indonesia berada dalam

situasi krisis sekaligus memastikan ketahanan keluarga tetap tangguh.¹⁴

Membentuk keluarga yang tangguh menjadi salah satu cita-cita bagi orang yang telah berumah tangga. Membentuk keluarga yang tangguh sangat penting pada tingkat kerawanan bencana yang cukup tinggi di tanah air dan seperti yang kita tahu, saat ini kita masih berperang dengan COVID-19 sungguh hampir 2 tahun lamanya.

Adapun tahap-tahap keluarga tangguh bencana COVID diantara lain:

- a. Setiap masyarakat atau keluarga harus sadar dan paham akan bahaya yang mengancam lingkungannya.
- b. Mampu mencegah bahaya untuk keluarga, tetangga bahkan untuk diri sendiri.
- c. Harus mempunyai pengetahuan agar dapat mengetahui dan paham akan edukasi bencana.

Wujud keluarga tangguh di masa pandemi COVID, yaitu:

¹⁴ Fadli Usman, DKK, *Proyeksi. Prediksi dan Realita dalam Perencanaan di Era Pandemi COVID-19*, (Jawa Timur: CV. Penerbit Qiara Media, 2021), Hal. 35

a. Mengenali resiko bahaya dari bencana

Bencana yaitu kejadian yang mengancam kehidupan masyarakat yang diakibatkan oleh faktor alam maupun faktor manusia. Sehingga dapat merugikan lingkungan.

Mengenali anggota keluarga yang beresiko terpapar COVID seperti lansia, anak-anak, orang yang memiliki penyakit bawaan.

b. Mengenali rumah aman

Anggota keluarga harus mengetahui cara agar dapat menjaga kebersihan rumah dan lingkungan rumah, menjaga kebersihan fasilitas rumah dan perabotan rumah.

Cara menjaga kebersihan agar terhindar dari COVID yaitu:

- Rajin menyemprotkan cairan disinfektan ke lantai, meja, gagang pintu, kursi, remote, pegangan tangga, komputer dan keyboard, handphone, toilet, saklar lampu, dan lain-lain.
- Menyediakan air yang mengalir untuk mencuci tangan menggunakan sabun.

c. Rencana siaga

Setiap keluarga membuat perencanaan yang dibuat untuk kondisi darurat bencana baik di luar rumah maupun

di dalam rumah. Setiap rencana yang dibuat harus di setujui oleh anggota keluarga.

Dalam membuat sebuah rencana untuk menghadapi pandemi COVID-19 ini setiap keluarga harus memperhatikan hal-hal berikut ini:

- Keluarga harus mengetahui cara untuk melindungi diri sendiri dan keluarga dari COVID-19.
- Harus mengetahui segala ancaman COVID-19 dilingkungan mereka.
- Mencatat nomer telepon penting.

d. Peringatan dini

- Sering-sering mencari informasi tentang COVID-19 dari sumber yang terpercaya dan akurat.
- Anggota keluarga harus mengetahui dan memahami gejala COVID 19.
- Setiap keluarga harus mempunyai keterampilan agar bisa melakukan pencegahan.
- Menghindari daerah yang terkonfirmasi zona merah agar terhindar dari COVID-19.

e. Mengevakuasi diri

Masyarakat dan keluarga harus mengetahui pelayanan kesehatan yang mudah untuk diakses agar mendapatkan pertolongan utama.

Adanya keluarga tangguh bencana ini tujuannya agar terbentuknya keluarga yang tangguh, mandiri dalam menghadapi bencana.

B. Pentingnya Keluarga Tangguh Bencana

Indonesia termasuk ke dalam negara yang rawan terhadap bencana, oleh karena itu keluarga menjadi benteng utama dan garda terdepan untuk mencegah dan melindungi anggota keluarga dan orang lain di masa pandemi ini.

Kita memerlukan keluarga untuk menyiapkan diri dalam menghadapi bencana, karena keluarga merupakan struktur terkecil dari masyarakat, dan keluarga sangat memiliki peranan penting untuk mencegah dan mengurangi dampak atau resiko dari bencana. Keluarga bisa memberikan informasi dan penyuluhan yang berkaitan dengan bencana, dimulai dari anak-anak hingga orang dewasa. Di mulai dari keluarga juga kita bisa menerapkan

protokol kesehatan seperti, mencuci tangan, memakai masker, menghindari kerumunan (3M), ini salah satu bentuk menjaga ketahanan keluarga agar bisa menghadapi pandemi.

Dari banyaknya masyarakat di sekitar kita, hanya keluargalah orang pertama yang dapat membantu untuk mengatasi bencana yang sedang kita alami dengan menyediakan kebutuhan yang diperlukan. Untuk menjaga keluarga agar tetap aman hal yang perlu dilakukan salah satunya yaitu menjaga imunitas diri dengan cara memakan-makanan yang bergizi dan berolahraga.

Keluarga tangguh bencana sangat penting karena dapat mengurangi resiko dan korban dari bencana tersebut. Oleh karena itu setiap keluarga harus selalu siap siaga dalam menghadapi beberapa bencana, termasuk bencana pandemi ini. Support sistem dari keluarga pun sangat diperlukan, karena support dari keluarga dapat mempengaruhi psikologis dan ketahanan keluarga dalam masa pandemi.

Untuk mewujudkan keluarga tangguh bencana diperlukan kebiasaan, Karena sejauh ini masyarakat di Pandeglang belum membiasakan diri untuk mempersiapkan diri terhadap bencana

yang akan terjadi atau yang sedang di alami. Oleh karena itu diperlukan dorongan dan dukungan edukasi atau pengetahuan yang lebih luas mengenai keluarga tangguh bencana.

Hal-hal yang harus dipersiapkan dalam menghadapi pandemi COVID, diantaranya:

1. Selalu memakai masker jika keluar rumah
2. Menjaga jarak minimal satu meter dengan orang lain
3. Mempersiapkan tempat untuk isolasi mandiri jika ada yang terpapar
4. Rajin berolahraga dan berjemur dibawah sinar matahari
5. Rajin mencuci tangan
6. Tidak sembarangan memegang barang-barang yang ada di sekitar
7. Mengikuti perkembangan berita tentang COVID-19
8. Selalu membawa hand sanitizer
9. Harus mempunyai nomer penting
10. Mencari pengetahuan tentang langkah-langkah untuk menghadapi pandemi COVID-19.

C. Kehidupan Masyarakat Di Masa Pandemi

Hampir 2 tahun Indonesia di landa pandemi, hal ini menyebabkan adanya perubahan kehidupan masyarakat dari segi sosial, ekonomi maupun pendidikan. Karena di masa pandemi ini masyarakat sangat terbatas untuk melakukan berbagai aktivitas. Seperti dilarang berinteraksi dengan orang lain, dilarang berkerumun, tidak boleh pergi keluar rumah jika tidak ada kepentingan, harus memakai masker jika keluar rumah, selalu membawa hand sanitizer, sering-sering mencuci tangan, tidak ada sekolah tatap muka, bahkan orang-orang yang bekerja diluar rumah pun mengerjakan pekerjaannya dari rumah.

Sebaiknya kita sebagai masyarakat harus bisa mengurangi aktivitas di luar rumah, hal ini dilakukan agar bisa memutus rantai penyebaran virus. Tetapi, tanggapan masyarakat terhadap virus ini sangat berbeda-beda, sebagian masyarakat menghadapinya dengan merubah pola hidup menjadi lebih sehat, berhati-hati dalam melakukan aktivitas, selalu menerapkan protokol kesehatan, bahkan lebih memilih melakukan segala aktivitas di dalam rumah, mereka keluar hanya pada saat ada kepentingan

yang mendesak. Tetapi lebih banyak orang yang tidak peduli dan meremehkan virus ini, orang yang tidak peduli ini beranggapan bahwa pandemi ini adalah virus yang diada-adakan oleh pemerintah demi mencapai tujuan yang diinginkan. Karena rasa kurang peduli inilah virus menyebar dengan cepat.

Sama halnya seperti masyarakat di Pandeglang, sejak adanya COVID di Indonesia masyarakat Pandeglang masih melakukan interaksi antar sesama seperti biasa, tidak ada jarak dan protokol kesehatan, mungkin hanya sebagian masyarakat yang sadar akan harusnya proses dijalankan.

Masyarakat di Pandeglang masih dengan bebas makan di rumah-rumah makan atau pergi jalan-jalan. Akan tetapi dengan adanya masa pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM) seperti sekarang, sudah mulai terlihat adanya perbedaan di Pandeglang. Masyarakat Pandeglang sudah mulai sadar akan bahaya COVID dan pentingnya menerapkan protokol kesehatan seiring dengan bertambahnya kasus corona virus di Pandeglang.

Masyarakat sudah memulai memakai masker jika keluar rumah, menyediakan tempat

cuci tangan didepan rumah masing-masing, di tempat-tempat umum dan tempat ibadah. Mulai menjaga jarak dan mulai mempertimbangkan kebaikan diam dirumah dari pada pergi keluar rumah untuk hal-hal yang tidak mendesak atau penting.

Dengan adanya pemberlakuan PPKM di kabupaten Pandeglang ini, sudah tentu membuat para masyarakat harus memutar otak untuk bisa bertahan hidup ditengah pandemi.

Masyarakat dipedesaan yang memiliki lahan bisa memanfaatkannya untuk bercocok tanam, menanam sayuran, buah-buahan, menanam padi, dan lain sebagainya. Hal ini dilakukan agar masyarakat tidak terlalu pusing dan bingung karena harus membeli kebutuhan pokok untuk makan.

Untuk masyarakat yang berdagang, mereka memaksimalkan waktu dan kreativitas. Dengan adanya PPKM ini jualan online menjadi salah satu solusi jitu untuk pedagang.

Negara Indonesia termasuk negara yang santai dalam menghadapi pandemi ini, bahkan petinggi-petinggi di Indonesia tidak melakukan persiapan maupun antisipasi terhadap virus ini, karena pada awal munculnya virus ini negara

lain sudah menutup akses keluar masuk antar negara, tetapi Indonesia tidak melakukan tindakan apapun untuk mencegah pandemi ini.

Setelah pandemi menyebar luas masuk ke negara Indonesia, barulah pemerintah Indonesia mengambil langkah sigap dengan mengeluarkan imbauan kepada seluruh masyarakat agar berdiam diri di rumah masing-masing. Segala aktivitas baik belajar, bekerja, dan urusan kantor diliburkan sejenak demi mencegah penularan COVID-19 ini. Himbauan ini banyak diistilahkan dengan bekerja dari rumah (*work from home*), belajar dari rumah (*learning from home*) dan pembatasan sosial (*social distancing*).¹⁵

Presiden Indonesia mengeluarkan juga peraturan untuk menangani COVID-19 melalui peraturan pemerintah (PP) Nomor 21 Tahun 2020 tentang pembatasan sosial berskala besar (PSBB), keputusan Presiden Nomor 11 tahun 2020 tentang Penetapan Kedaruratan Kesehatan Masyarakat, dan peraturan pengganti Undang-Undang (Perppu) Nomor 1 tahun 2020 tentang kebijakan keuangan negara dan stabilitas sistem

¹⁵ Taufik A. Gani, DKK, *COVID-19: Dampak dan Solusi*, (Aceh: Kerja Sama Dengan Dewan Perwakilan Aceh dan Syiah Kuala University Press, 2020), Hal. 28-29

keuangan. Melalui PP tersebut Indonesia memutuskan untuk tidak mengambil kebijakan *lockdown*, karena menurut Presiden hal ini dilakukan karena Indonesia memiliki beberapa perbedaan karakteristik dengan negara yang memberlakukan *lockdown*, seperti pada jumlah penduduk, wilayah, karakter budaya, dan lain sebagainya.¹⁶

Peraturan yang di berlakukan oleh pemerintah tentu memiliki dampak positif dan negatif bagi kehidupan masyarakat, diantaranya:

1. Dampak Positif

- a. Bekerja dari rumah sangat mendukung individu untuk mengurangi mobilitasnya keluar rumah, sehingga dapat mengurangi kemungkinan terpaparnya COVID dari lingkungan kerja, dari kendaraan umum yang digunakan, dan lain sebagainya.

¹⁶ Badrun Susantyo, DKK, *Pemetaan Strategi Coping Keluarga Penerima Manfaat Program Keluarga Harapan Menghadapi Wabah COVID-19 di Kota Bogor, Depok, Bekasi dan Tangerang Selatan*, (Jakarta: Puslitbangkesos Kementerian Sosial RI Bekerjasama P3KS Press, 2020), Hal. 3

- b. Anak memiliki banyak waktu dirumah bersama keluarga dan akan merasa nyaman karena tidak akan ada tindakan bully yang mungkin dilakukan oleh teman disekolah.
 - c. Membuat masyarakat lebih mendekatkan diri kepada yang maha kuasa, mengingat wabah yang tengah menimpa negara Indonesia ini.
 - d. Banyak orang-orang yang mencoba berwirausaha untuk menghidupi keluarga seperti berjualan online dan membuka les privat virtual
2. Dampak Negatif
- a. Bekerja dari rumah sangat tidak maksimal hasil kerjanya, apalagi ada beberapa jenis pekerjaan yang tidak memungkinkan dikerjakan dirumah.
 - b. Tanpa pergi ke sekolah anak bisa saja menjadi korban kekerasan rumah tangga yang tidak terdeteksi oleh pihak sekolah.
 - c. Adanya larangan untuk beribadah di tempat ibadah, salah satunya pada agama islam yang dilarang melakukan sholat jum'at maupun sholat untuk memperingati hari besat dari agama

islam, ini menyebabkan adanya perpecahan antara umat beragama.

- d. Karena menurunnya tingkat ekonomi menyebabkan banyaknya karyawan-karyawan yang terkena PHK.
- e. Belajar dari rumah sangat tidak maksimal, apalagi ada pelajaran yang mengharuskan praktek langsung ke lapangan.
- f. Meningkatnya tindakan kriminal, karena tidak memiliki pekerjaan.
- g. Banyak anak yang putus sekolah karena terkendala biaya.

Penerapan *social distancing* pasti penuh dengan pengorbanan. Reluga mengemukakan bahwa *social distancing* menimbulkan pengorbanan dalam berbagai hal terutama yang bersangkutan dengan hal kebebasan, waktu, uang, kenyamanan dan lain sebagainya. Oleh karena itu *social distancing* jelas berdampak pada keadaan sosial dan keadaan ekonomi.¹⁷

¹⁷ Badrun Susantyo, DKK, *Pemetaan Strategi Coping Keluarga Penerima Manfaat Program Keluarga Harapan Menghadapi Wabah COVID-19 di Kota Bogor, Depok, Bekasi dan Tangerang Selatan*, (Jakarta: Puslitbangkesos Kementerian Sosial RI Bekerjasama P3KS Press, 2020), Hal. 2

Dengan di berlakukannya *social distancing* memang dapat memutus rantai penyebaran virus, tetapi dengan adanya kebijakan ini sangat membatasi aktivitas di luar rumah yang pastinya dalam sebuah perusahaan atau pembisnis dapat mengurangi dan menghentikan aktivitas karyawan sampai waktu yang belum di tentukan.

Kebijakan yang diberlakukan oleh pemerintah jelas berdampak pada beberapa aspek kehidupan masyarakat, yaitu:

1. Bidang sosial

Manusia merupakan makhluk sosial yang tidak bisa hidup sendiri, tapi dengan di berlakukannya kebijakan *social distancing* tentu sangat berdampak pada kehidupan sosialnya seperti masyarakat dilarang untuk berinteraksi dengan masyarakat lainnya, dianjurkan untuk berdiam diri di dalam rumah, lahirnya perasaan-perasaan curiga antar sesama masyarakat karena selalu berpikir diantara mereka ada yang membawa virus, hal ini akan menyebabkan kesalahpahaman antara masyarakat.

2. Bidang ekonomi

Dampak dalam bidang ekonomi jelas sangat dirasakan oleh masyarakat, karena

dengan adanya pandemi ini banyak karyawan yang terkena PHK (pemutusan hubungan karyawan) yang mengakibatkan tingkat pengangguran semakin tinggi, tidak memiliki pekerjaan meningkatkan tingkat kriminal meninggi

3. Bidang pendidikan

Dampak dalam bidang pendidikan sangat besar, karena dengan adanya virus ini pembelajaran yang biasanya dilakukan di sekolah maupun perguruan tinggi harus dilakukan dari rumah atau biasa disebut dengan daring (dalam jaringan), sistem pembelajaran ini membuat siswa dan guru tidak bisa bertatap muka secara langsung. Tetapi dalam pembelajaran sistem daring ini masih memiliki kendala seperti siswa dan guru kurang menguasai teknologi, terbatasnya jaringan internet, pembiayaan kuota, bahkan tidak sedikit siswa yang kurang mengerti terhadap pelajaran yang diikuti.

4. Bidang kesehatan

Banyaknya orang yang terpapar COVID-19 ini menyebabkan menurunnya tingkat kesehatan. Banyaknya masyarakat yang stres, panik dan takut akan terpapar COVID-19 sehingga menyebabkan menurunnya sistem

imun. Tidak hanya masyarakat, tenaga kesehatan pun satu persatu ikut berguguran karena terpapar COVID-19 atau bahkan faktor kelelahan karena banyaknya pasien COVID-19.

Dampak dari bidang sosial maupun ekonomi banyak dirasakan oleh pekerja yang menerima gajinya harian, orang yang bekerja di pasar, supir angkutan umum, pedagang kaki lima dan lain sebagainya.

Sampai sejauh ini masa pandemi belum berakhir juga dan ini masih menjadi kekhawatiran masyarakat dalam menjalani kehidupan. Banyak masyarakat yang tergolong tidak mampu sangat kebingungan untuk bisa bertahan hidup di masa pandemi ini karena tidak memiliki pekerjaan, sesekali masyarakat yang mampu pun peduli dengan masyarakat yang kurang mampu dengan membelikan kebutuhan-kebutuhan yang diperlukan dan menggalang dana di sekitar rumah mereka untuk membantu masyarakat yang kurang mampu.

Namun, pandemi ini juga mengakibatkan masyarakat melakukan cara yang salah untuk mempertahankan hidup. Salah satunya yaitu *panic buying*, mereka membeli barang-barang yang dibutuhkan sehari-hari dan menimbunnya

dengan tujuan agar bisa berjaga-jaga dan merasa aman untuk menghadapi pandemi ini. Tetapi, cara yang mereka lakukan itu salah. Karena akan merugikan masyarakat lain yang tergolong kurang mampu untuk berbelanja barang dalam jumlah besar sehingga mereka tidak akan bisa memenuhi kebutuhan hidupnya dengan baik.

Dalam situasi pandemi ini seluruh masyarakat harus mengikuti dan mematuhi semua aturan yang diterapkan pemerintah agar terhindar dari bahayanya COVID-19, pandemi ini sangat berdampak kepada kehidupan masyarakat seperti pada bidang sosial, bidang ekonomi, bidang pendidikan, bahkan bisa memberikan tekanan bagi masyarakat terutama psikis, oleh karena itu segala upaya yang dilakukan pemerintah merupakan hal penting untuk mencegah masalah kesehatan jiwa. Kita harus membentuk peran kuat keluarga dalam menjaga ketangguhan keluarga dalam bencana pandemi ini.

BAB IV

URGENSI SPIRITUALITAS DI MASA PANDEMI

A. Pengertian Urgensi dan Spiritualitas

Dalam bahasa latin urgensi berasal dari kata “*urget*” yang merupakan kata kerja yang mempunyai arti mendorong. Menurut bahasa inggris urgensi berawal dari kata “*urgent*” yang berarti mendesak. Sedangkan menurut istilah urgensi merupakan sesuatu yang mendorong seseorang, mendesak juga memaksa seseorang untuk menyelesaikan sesuatu. Jadi dapat diartikan bahwa urgensi merupakan sesuatu yang perlu untuk ditindak lanjut. Urgensi merupakan kata dasar “*urgen*” dan diakhirkan dengan “*i*” yang memiliki arti unsur yang amat penting atau bagian utama yang memegang pimpinan.¹⁸

Spiritual merupakan suatu hal yang berhubungan dengan *spirit* apabila diartikan

¹⁸ Maslina Daulay, “Urgensi Bimbingan Konseling Islam Dalam Membentuk Mental Yang Sehat” Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi, IAIN Padangsidempuan, (2018) hal.147.

secara luas, spiritual mempunyai kebenaran kekal yang berkaitan dengan tujuan hidup manusia.¹⁹ Spiritual sering kali dibandingkan dengan kehidupan duniawi. Salah satu aspek dari spiritual ini ialah memiliki arah tujuan dengan menggapai hubungan yang lebih dekat dengan tuhan dan juga ciptaannya termasuk alam semesta.²⁰

Spiritualitas adalah pengalaman seseorang untuk dapat menemukan koneksi dengan tuhan sang maha pencipta. Banyak sekali orang yang mengaitkan konsep spiritualitas dengan aspek keagamaan. Karena pada dasarnya agama sendiri merupakan penghubung antara khalik dan makhluk. Untuk menempuh jalan spiritualitas bisa ditemukan melalui konsep keagamaan, seperti yang telah dijelaskan oleh penelitian dunia yang fokus meneliti tentang agama. Penelitian ini menyatakan bahwa kebanyakan pertanyaan yang berhubungan

¹⁹ Tamami, *Psikologi Tasawuf*, Pustaka Setia:Bandung, 2011.

²⁰ Lisnawati, “Spiritual Dalam *Parental Discipline*”, *Jurnal Psikologi Integrative*, UIN sunan kalijaga, Yogyakarta, (2016) Vol.4 No.1, hal 3-4.

dengan spiritualitas ditemukan dalam konsep keagamaan.

Spiritualitas merupakan suatu hal yang dianggap suci yang berhubungan dengan hal-hal positif. Spiritualitas berkaitan erat dengan manusia terutama dalam pencarian jadi diri seseorang untuk mendapatkan pegangan hidup yang kuat agar mampu menjalankan kehidupan. Prinsip spiritualitas sendiri merupakan gambaran kehidupan seseorang bersama dengan tuhan/ keyakinannya. Spiritualitas merupakan cara seorang manusia mencari arti hidup dan tujuan hidupnya, dan hal tersebut tidaklah lepas dari perjalannya dalam kehidupan beragama.²¹

Ada 4 macam karakteristik spiritualitas diantaranya :²² *pertama*, kepercayaan dan meyakini kebenaran. Mempercayai kepercayaan yang dianut seperti contohnya seseorang yang menganut agama islam, ia mesti percaya bahwa

²¹ Taufik Ahmad, Bagus Priyono, “*Islamic Work Ethic: Nilai-Nilai Spiritualitas Islam Pada PT. Andromeda*” Universitas Gajah Mada, (2019).

²² Iwan Adrian, “Konsep Spiritualitas Dan Religuitas (*Spiritual And Religion*) Dalam Konteks Keperawatan Pasien Diabetes Militus Tipe 2” *Nurscope Jurnal Keperawatan Dan Pemikiran Ilmiah*, (2016) Vol.2 No.5, hal.4.

tuhan itu ada ia juga meyakini bahwa kehidupan ini bukanlah kehidupan yang abadi. Ada kehidupan abadi setelah kehidupan ini berakhir. *Kedua*, pencarian makna dan tujuan kehidupan. Seseorang dengan kapasitas spiritualitas yang baik akan mencari tau tujuan hidupnya. Berusaha merupakan jalan yang akan ditempuh untuk menggapai tujuan yang diinginkan. *Ketiga*, kesadaran. Kesadaran disini memiliki makna luas sekali salah satunya sadar akan sebuah keajaiban dari do’a, sadar bahwa yang telah terjadi itu atas dasar kehendak Allah SWT, dan sadar bahwa tidak ada kesempurnaan selain tuhan yang maha esa. Tujuan dari kesadaran ini adalah agar setiap insan selalu mengintropeksi/bermuhasabah diri akan betapa lemahnya manusia. *Keempat*, kebenaran, kesucian dan juga keyakinan. Mencari kebenaran dengan menelusuri jalan yang suci untuk mencapai keyakinan yang hakiki. Meyakini bahwa setiap kesulitan pasti akan selalu ada kemudahan dan yang pasti Allah pasti akan membantu.

Penghubung tingkat spiritualitas manusia memiliki 3 macam, yaitu : ikatan baik manusia dengan tuhan, ikatan baik manusia dengan

sesama makhluk dan juga ikatan baik manusia dengan lingkungan alam. Setiap manusia harus menjaga hubungan baik didalam 3 aspek tersebut agar tingkatan spiritual yang dimiliki tetap pada kondisi baik sehingga tidak menggoyahkan keimanan yang dimiliki.

Menjaga hubungan baik dengan Allah itu wajib dilakukan bagi para muslim, karena dengan memiliki hubungan baik dengan Allah maka Allah akan selalu mengabulkan setiap do'a-do'a yang dipanjatkan dan Allah akan selalu melindunginya. Sejatinya Allah menciptakan manusia hanya untuk beribadah maka dari itu perbanyak amalan baik demi menjaga hubungan baik dengan Allah. Cara menjaga hubungan dengan Allah yaitu : dengan jaga shalat, perbanyak dzikir dan sholawat pada Allah, perbanyak sedekah dan selalu bersabar dalam menghadapi ujian.

Menjaga hubungan baik dengan manusia dapat kita lakukan dengan menjaga lisan. Jangan sampai ucapan yang dilontarkan menyakiti perasaan seseorang, Tidak mengadu dombakan tetangga dengan tetangga yang lain, memberikan pertolongan pada semua orang yang perlu dibantu dan tidak menggunjing ataupun

menghibahkannya karena ini dapat menjauhkan hubungan baik dengan sesama makhluk.

Untuk menjaga hubungan baik dengan alam maka jangan sampai merusak atau menyakiti alam karena pada dasarnya Allah menciptakan manusia sebagai khalifah (pemimpin) dimuka bumi ini. menjadi kewajiban umat manusia untuk menjaga lingkungan alam sehingga akan menciptakan kelestarian lingkungan yang sehat dan asri. Bentuk penjagaan hubungan dengan alam yaitu dengan membuang sampah pada tempatnya, tidak menebang hutan secara liar dan jangan merusak tanaman yang bermanfaat bagi alam.

Menempuh perjalanan spiritualitas bukanlah hal mudah dan sepele, akan ada banyak cobaan dan ujian yang akan menghampiri. Dalam konsep spiritualitas mengajarkan bagaimana mencintai tuhan, hal ini akan mendatangkan kedamaian dan kenyamanan hati sehingga tidak ada lagi rasa gelisah. Perjalanan spiritual seseorang akan menyisakan berbagai pengalaman dalam menemukan kedamaian dan kenyamanan batin.

B. Nilai Spiritualitas Dalam Keluarga

Keluarga adalah unit terkecil yang terjalin dari ikatan perkawinan yang sah dan hidup dalam satu atap. Setiap anggota keluarga memiliki perannya masing-masing, orang tua bertugas untuk mengayomi dan mendidik anak-anaknya. Dan sebagai seorang anak diwajibkan patuh kepada kedua orang tua.

Menanamkan nilai-nilai spiritual sejak dini mampu menjadi benteng dalam perkembangan dan pertumbuhan anak. Setiap orang tua wajib memberikan teladan yang baik untuk anak-anaknya terkhusus wajib untuk menanamkan nilai spiritual yang baik. Penanaman spiritual sejak kecil oleh ayah dan ibu akan membantu anak memahami nilai spiritual.

Perkembangan spiritual anak dimulai di masa bayi dari mulai sekitar anak berumur 0-18 bulan. Bayi yang lahir dari keluarga yang baik spiritualnya maka kemungkinan besar anaknya pun sama akan memiliki spiritual yang baik pula. Dimasa kanak-kanak sekitaran umur 18-3 tahun anak perlu dididik bagaimana menghormati orang yang lebih tua dan diajarkan untuk berdo'a

sebelum juga sesudah makan. Hal ini merupakan penanaman nilai spiritual dimasa kanak-kanak.

Dimasa remaja sekitar umur 12-18 tahun anak akan menguji kepercayaan yang sejak kecil ditanamkan kedua orangtuanya. Diumur tersebut orang tua akan sedikit kesulitan dalam membimbing dan mendidik anaknya karena mereka sudah mulai mencari tau banyak hal.

Dimasa dewasa sekitar umur 18-25 tahun biasanya anak yang beranjak dewasa akan menjalankan kepercayaan mereka sendiri sesuai dengan keyakinan yang ia pilih dan ia pelajari di masa kanak-kanak. Diumur 65 tahunan yang sudah bisa dianggap tua ini kondisi spiritualnya semakin meningkat karena menganggap bahwa agama merupakan hal yang amat penting untuk dipelajari guna menghadapi kematiannya kelak.²³

Sejak kecil anak mesti diberikan pendidikan mengenai keimanan, sopan santun/

²³ Nur Syariful, Nisa Rahman “Peran Ayah Dalam Penanaman Nilai-Nilai Spiritual Pada Anak” , Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta (2017).

tata krama dan juga pendidikan umum. Orang tua bertanggung jawab atas pendidikan tersebut, akan tetapi pendidikan yang paling utama yaitu pendidikan tentang agama terutama mengenai keimanan dan juga ketaqwaan kepada Allah.

Pendidikan agama *pertama* yang diajarkan orang tua kepada anaknya yaitu mengenai ketauhidan, yang mana dalam hal ini dilakukan agar kelak anak ini tidak menyimpang dari agama yang dianut. *Kedua*, orang tua harus mengajarkan shalat sejak kecil kepada anaknya agar kelak ketika sudah beranjak dewasa sudah tidak sulit ketika mengerjakan ibadah shalat. *ketiga*, mengajarkan anak belajar membaca Al-qur'an. Al-qur'an merupakan pedoman hidup utama umat muslim maka dari itu wajib mengajarkan anak membaca al-qur'an. Semua pertanyaan yang berkaitan dengan kehidupan ini dapat dijawab oleh al-qur'an, karena isi al-qur'an tidak ada keraguan. Terakhir orang tua mesti mengajarkan pentingnya akhlak bagi setiap orang. Akhlak merupakan pondasi utama terciptanya kepribadian baik pada seseorang maka sejak kecil orang tua wajib mengajarkan akhlakul karimah pada anak-anaknya. Akhlak

lebih baik daripada ilmu, mungkin inilah peribahasa yang sering didengar orang. Karena sejatinya nabi Muhammad SAW diturunkan Allah SWT bertugas untuk memperbaiki akhlak-akhlak manusia.

Dimasa pandemi ini keluarga merupakan pendukung utama dalam menghadapi wabah COVID-19 terkhusus jika salah satu anggota teridentifikasi positif COVID-19, maka sangat penting untuk diperhatikan dan dukungan juga perhatian dari keluarga menjadi unsur utama untuk membantu penyembuhan pasien terpapar. Pemimpin keluarga harus memiliki tingkat spiritual yang kuat agar mampu menguatkan anggota keluarga, dengan begitu maka sekeluarga mampu untuk saling mendukung dan saling menguatkan.

Peran keluarga dalam proses pengembangan spiritualitas amat penting bagi setiap anggota keluarga. Keluarga juga ikut andil dalam perkembangan spiritualitas pada setiap individu. Keluarga merupakan tempat anggota keluarga pada awal mula mempelajari tentang diri sendiri, jalan kehidupan dan tentang ketuhanan.

Keluarga menjadi pendukung utama ketika salah satu anggota keluarga terpapar virus COVID-19. Dukungan dari keluarga menjadi hal yang utama yang sangat dibutuhkan bagi para pasien COVID-19. Keluarga harus memberikan dukungan yang ekstra hati-hati jangan sampai keluarga menebarkan efek keputusasaan bagi pengidap COVID-19.

Pendapat tokoh agama mengenai peran keluarga dimasa pandemi ini menjadi pokok penting yang perlu dilakukan setiap keluarga. Beliau mengatakan bahwa “kepala keluarga harus betul-betul memahami dengan baik bagaimana COVID-19, setelah itu memberikan pemahaman positif kepada anggota keluarga yang lain” akan tetapi untuk mendapatkan informasi tersebut harus pandai-pandai menyaring informasi karena sekarang ini banyak sekali hoax yang bertebaran dimana-mana. Jika menemukan hoax maka harus bertabayun atau mencari lagi informasi yang lebih meyakinkan dan dapat dipercaya.

C. Pandemi Dalam Perspektif Islam

Dalam perspektif islam, ketika diturunkannya suatu wabah penyakit maka ada

tiga kemungkinannya tujuannya, yaitu pandemi COVID-19 merupakan ujian dari Allah SWT, COVID-19 merupakan azab dari Allah SWT, dan terakhir COVID-19 merupakan rahmat yang Allah SWT berikan untuk umat manusia.

Tujuan pertama Allah memberikan ujian untuk setiap manusia dengan melalui pandemi wabah COVID-19 karena sejatinya dunia ini merupakan tempat manusia diuji. Kedua, Allah SWT ingin memberikan azab bagi para orang-orang yang ingkar dari jalan-Nya sehingga membuat Allah mengazabnya agar mereka sadar dan kembali kepada-Nya. Ketiga, Allah menurunkan wabah COVID-19 sebagai jalan turunya rahmat. Kenapa diatas namakan rahmat? Karena manakala ia terpapar virus ini mungkin saja menjadikannya seseorang yang terpapar tersebut semakin dekat dengan Allah, maka hal ini justru merupakan bentuk rahmat Allah yang diberikan kepada hamba-Nya.

Beberapa tahun silam pada zamannya Rosulullah ada wabah penyakit menular yang menyebabkan para umat manusia meregang nyawa sehingga pada saat itu turunlah hadist yang berkenaan dengan pandemi. Hadits tersebut berbunyi “*Jika kamu mendengar suatu*

wabah disuatu daerah, maka janganlah kamu mendatangnya. Dan jika wabah tersebut menimpa daerahmu, maka janganlah kamu keluar darinya” (HR. Bukhari).²⁴

Hadits diatas membahas tentang bagaimana seorang muslim dalam menyikapi wabah penyakit menular seperti wabah COVID-19. Dalam hadits ini menjelaskan bahwa jika suatu daerah yang ditinggali mengalami wabah penyakit menular maka jangan keluar dari daerah tersebut, karena hal ini akan memperbanyak penyebaran wabah.

Hal ini berkaitan dengan usulan pemerintah kepada masyarakat Indonesia untuk tidak mengunjungi daerah-daerah berzona merah untuk memutus penyebaran wabah tersebut agar tidak bertambah korban. Dan jika didaerah lain yang terindikasi wabah penyakit menular, maka seseorang tidak diwajibkan mengunjungi tempat tersebut. Dikhawatirkan jika tetap mengunjunginya maka penyebaran

²⁴ Muhamad Rasyid Ridho, “Wabah Penyakit Menular Dalam Sejarah Islam Dan Relevansinya Dengan COVID-19”, *Jurnal Sejarah Peradaban Islam*, Program Studi Peradaban Islam, Fakultas Ilmu Sosial, UIN Sumatera Utara (2020) Vol. 4 No.1, hal.27.

akan terus berlangsung dan penanganan pasti akan memakan waktu yang cukup lama.

Percaya terhadap agama dapat membantu seseorang untuk mencegah penyakit-penyakit fisik maupun psikis seperti stress dan depresi, hal ini pun yang menyebabkan imun menurun sehingga mudah terpapar virus COVID-19. Dengan memegang teguh pada agama percayaan yang dianut maka akan meringankan stess, depresi dan tekanan yang muncul pada diri seseorang karena dalam agama biasanya diajarkan untuk lebih memahami diri sendiri maupun memahami lingkungan sekitar, agar menjadikan pribadi yang lebih baik lagi.

Didalam fatwa Majelis Ulama Indonesia Nomor: 14 Tahun 2020 mengenai pertimbangan pelaksanaan ibadah di masa pandemi COVID-19, ada beberapa hal yang dibahas diantaranya: ²⁵ Setiap individu diwajibkan melakukan iktiar untuk menjaga kesehatan dan menghindari hal-

²⁵ Perluhutan Siregar, Mara Ongku, “Peran Otoritas Agama Dimasa Pandemic COVID-19” *Jurnal Keagamaan Dan Pendidikan*, Vol.16 No.2. (2020), hal.134.

hal yang menyebabkannya terpapar, orang yang terkonfirmasi positif COVID-19 wajib melaksanakan isolasi mandiri, bagi wilayah yang termasuk zona merah/level 4 diinstruksikan untuk tidak melaksanakan shalat berjamaah dimesjid, untuk pengurusan korbah meninggal karena terpapar dilakukan oleh tenaga kesehatan dengan mengedepankan syariat yang telah ditentukan agama, yang terakhir memerintahkan agar para muslim memperbanyak ibadah, dzikir, sholawat, taubat, istighfar serta dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Ada beberapa langkah pencegahan yang dilakukan pemerintah untuk menghentikan penyebaran wabah COVID-19 diantaranya *lockdown, social distancing, physical distancing, PSBB* (Pembatasan Sosial Berskala Besar) hingga pada PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat). Rata-rata para ulama Indonesia pun menyetujui kebijakan pemerintah tersebut karena dengan adanya kebijakan tersebut meminimalisir masyarakat agar tidak terpapar virus COVID-19. Dalam hal ini kegiatan yang dianjurkan pemerintah itu pada dasarnya merupakan bentuk ikhtiar agar pandemi COVID-

19 ini segera berkahir agar semua kembali pada kehidupan normal seperti sebelumnya.

Namun, tidak banyak masyarakat yang mematuhi dan masih saja ada masyarakat yang enggan untuk mengikuti kebijakan pemerintah karena dirasa memberatkannya untuk mencari nafkah. Padahal sebetulnya pemerintah sudah memberikan bantuan sosial untuk masyarakat yang terdampak wabah ini, akan tetapi bantuan tersebut tidaklah merata sehingga menimbulkan kecemburuan sosial antar masyarakat. Ada pula berita yang mengabarkan bahwa adanya penangkapan salah satu menteri yang terjerat kasus korupsi dana bantuan sosial COVID-19, mungkin hal ini pun menjadikan alasan kenapa dana bantuan sosial tidak merata dimasyarakat.

Wabah pandemi COVID-19 menjadi jalan tafakur dan muhasabah bagi para umat muslim

Tafakur merupakan kata kerja yang berarti merenungkan, memikirkan dan juga menimbang-nimbang dengan sungguh-sungguh. Tafakur ialah kegiatan perenungan terhadap alam semesta beserta seluruh seisinya. Ketika seseorang bertafakur ada tiga aspek yang

terciptakan diantaranya yaitu: aspek kognisi, aspek afeksi dan juga aspek spiritualitas. Pada dasarnya tafakur merupakan kesadaran seseorang untuk menemukan bukti-bukti keberadaan Allah, kebesaran dan kemaha agungan-Nya agar bertambah penuh keyakinan terhadap agama islam.²⁶

Dalam menghadapi wabah pandemi COVID-19 seorang muslim perlu menjadikan kondisi ini sebagai ajang untuk bertafakur. Dengan cara memperbanyak memohon perlindungan, bertawakal, dan berikhtiar pada Allah SWT agar lebih dikuatkan dalam menghadapi wabah pandemi COVID-19. Dengan berikhtiar maka akan membantu memperkuat keimanan seseorang.

Pandangan salah satu tokoh agama (ketua MUI desa Gombang) yang ada di lingkungan Panimbang, Pandeglang mengenai pandemi: "COVID-19 merupakan sebuah virus yang Allah turunkan kepada umat manusia. Pandemi virus COVID-19 ini merupakan salah satu ujian yang

²⁶ Desri Ari Enghariano, "Tafakur Dalam Perspektif Al-qur'an", *Jurnal El-qanuny* 5, No.1 (2019), hal.134.

Allah berikan agar kita lebih mendekatkan diri kepada-Nya".²⁷

Bentuk tafakur dalam menghadapi wabah pandemi COVID-19 ini yaitu dengan memperbanyak berpikir positif, melakukan hal-hal positif, membagi semangat pada orang lain terkhusus pada diri sendiri, memperbanyak berdo'a, bersyukur, bersabar dan juga meyakinkan diri bahwa pandemi wabah COVID-19 pasti akan segera berakhir.

Ada sebagian orang yang menganggap bahwa wabah COVID-19 ini merupakan kutukan tuhan, orang-orang tersebut merupakan orang-orang yang sudah tidak lagi percaya akan keberadaan tuhan. Akan tetapi bagi masyarakat muslim mereka menganggap bahwa wabah COVID-19 ini ialah bentuk kebesaran dan kemaha agungan Allah SWT. Bagaimana bisa virus ciptaan Allah yang amat kecil ini mampu mendatangkan kematian pada manusia padahal virus dan manusia lebih besar manusia, disinilah

²⁷ Wawancara Dengan Tokoh Agama desa Gombang, Panimbang, Pandeglang Sekitar Pada 15 Agustus 2021 Jam 16.30

dapat diambil hikmah bahwa Allah maha besar dan taka da tandingannya.

Menurut tokoh agama sekaligus ketua MUI desa Gombong, kecamatan Panimbang Pandeglang mengatakan bahwasanya “Wabah pandemi ini merupakan bentuk kekuasaan Allah yang tidak akan bisa tertandingi. Allah menurunkan virus ini bertujuan untuk menguji dan juga sebuah peringatan agar umat manusia selalu mengingatnya dan selalu mendekatkan diri pada-Nya”.

Pandangan Agama Mengenai Shalat Jenazah Sesuai Protokol Kesehatan Dan Shalat Jum’at Yang Ditiadakan

MUI pusat sudah meluncurkan edaran mengenai pedoman pemulasaran jenazah korban COVID-19, hal ini terdapat pada surat edaran no 18 tahun 2020.²⁸ Petugas yang mengurus jenazah COVID-19 wajib beragama

²⁸ Ayyub Subandi, Saifullah “Fatwa MUI Tentang Pengurusan Jenazah Muslim Yang Terinfeksi COVID-19 Ditinjau Dari Perspektif Mazhab Syafi’i” *Bustanul Fuqoha : Jurnal Bidang Hukum Islam*, (2020) Vol. 1 No.2, hal.239.

islam jika mayit seorang muslim dan pelaksanaan dijalankan sesuai syari’at.

Pengurusan jenazah COVID-19 ini tetap memberlakukan memandikan mayit atau bisa diganti dengan mentayamuminya, mengkafani, menyolatkan dan menguburkan. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam proses pengurusan jenazah ini diantaranya: jenis kelamin petugas harus sama dengan jenazah ketika akan dimandikan dikafani, namun jika tidak ada maka boleh dilakukan oleh petugas yang ada akan tetapi dengan syarat tidak melepas pakaian jenazah. Jika ditayamumi cukup dengan mengusapkan debu pada wajahnya namun petugas harus tetap menggunakan APD. Kebanyakan petugas biasanya tidak memandikan tetapi diganti dengan mentayamumi, hal ini diperbolehkan menurut mazhab syafi’i.

Jadi, untuk sholat jenazah yang dilakukan dengan protokol kesehatan dengan tujuannya agar terhindar dari penyebaran COVID-10 yang saat ini kian marak. Penanganan jenazah COVID-19 ini hampir sama pada penanganan jenazah biasa, akan ada tetapi sedikit perbedaan. Hal

tersebut bertujuan agar menghindarkan orang-orang terpapar COVID-19.

Sebelumnya kemenag (Kementrian Agama) telah mengeluarkan surat edaran yang terdapat pada no 15 tahun 2020 mengenai panduan penyelenggaraan kegiatan keagamaan dirumah ibadah dalam mewujudkan masyarakat yang produktif dan aman dimasa pandemi COVID-19, hal ini lalu disusul dengan dikeluarkannya fatwa Majelis Ulama Indonesia (MUI) di no 13 pada tahun 2020 mengenai penyelenggaraan shalat jum'at dan jemaah untuk mencegah penularan virus COVID-19.²⁹

Menurut MUI hukumnya mubah/ boleh merenggangkan shaf ketika melaksanakan shalat, shalatnya tetap sah dan hal ini tidaklah menghilangkan pahala keutamaan berjama'ah dikarenakan situasi dan kondisi saat ini sedang memberlakukan *physical distancing* guna menghindari penyebaran virus COVID-19. Hukum menggunakan masker ketika shalat itu

²⁹ Chalisa Rosanti, "Tinjauan Hukum Islam Pada Edaran Pemerintah Dan MUI Dalam Menyikapi Wabah COVID-19 Setelah Memberlakukan New Normal", *Jurnal Ilmiah Ekonomi Islam*, (2021) Vol.7 No. 1 193-402.

tidak apa-apa dikarenakan masker hanya menutupi hidung dan hidung juga bukan termasuk kedalam tempatnya sujud.

Pelaksanaan sholat jum'at ditiadakan hanya pada daerah-daerah yang berzona merah, akan tetapi di daerah yang berzona hijau tetap melaksanakan sholat jum'at dengan mengutamakan protokol kesehatan yang berlaku. Namun, kebanyakan di kabupaten Pandeglang hanya berzona kuning dan orange, jadi untuk sholat jum'at masih dilaksanakan dimesjid namun dengan mengedepankan protokol kesehatan yang sudah pemerintah tentukan.

Didaerah Panimbang, Pandeglang masih tetap melaksanakan sholat jum'at dan shalat jama'ah lainnya dengan normal karena memang didaerah tersebut tidak begitu banyak kasus yang terkonfirmasi COVID-19, tidak begitu banyak seperti di ibu kota. Namun, ketika melaksanakan ibadah di masjid tetap melaksanakan protokol kesehatan dengan menganjurkan masyarakat untuk tetap memakai masker, juga mencuci tangan dan menjaga jarak.

Hikmah Daripada Wabah Pandemi COVID-19

Banyak hikmah yang terjadi pada saat pandemi COVID-19 ini diantaranya :

- a. Orang yang pernah terpapar menjadikannya lebih dekat dengan Allah SWT
- b. Menyadarkan solidaritas dan kepekaan manusia sehingga saling membantu sama lain
- c. Menjadikan setiap orang lebih aktif menjaga kesehatan lingkungan dan kesehatan badan
- d. Menambah keyakinan terhadap tuhan
- e. Berbaik sangka atas taqdir yang Allah berikan
- f. Memberikan komunikasi yang intens bagi setiap anggota keluarga

D. Pentingnya Spiritualitas di Masa Pandemi

Setiap orang memiliki tingkat spiritualitas yang berbeda, ini di pengaruhi oleh berbagai macam alasan seperti menurunnya kadar iman atau juga dikarenakan lingkungan yang kurang mendukung sehingga tingkat spiritualitas seseorang menurun.

Dalam menghadapi pandemi wabah COVID-19 ini ada dua ikhtiar yang wajib dilakukan, pertama ikhtiar lahir dan ikhtiar bathin. Untuk ikhtiar lahir yaitu dengan menjaga

kesehatan badan dan lingkungan seperti menerapkan protokol kesehatan : menggunakan masker, mencuci tangan dan menjaga jarak. Ikhtiar bathin dilakukan dengan terus mendekatkan diri pada yang maha kuasa Allah SWT dengan memperbanyak ibadah, berdzikir dan memperbanyak istighfar dan sholawat nabi.

³⁰

Beberapa cara yang dapat dilakukan seorang muslim dalam menghadapi pandemi wabah COVID-19, diantaranya :³¹

- a. Memperbanyak do'a-do'a untuk keselamatan
- b. Meminta perlindungan dari Allah SWT
- c. Berikhtiar dalam mencegah penyebaran COVID-19, salah satunya dengan mengikuti protokol kesehatan
- d. Bertawakalan kepada Allah SWT

³⁰ Asabah Nurul Hikmah, Partono, "Ikhtiar Jasmani Dan Rohani Seorang Muslim Menghadapi Wabah COVID-19" IAIN kudu *Tarbawy: Jurnal Pendidikan Islam*, (2020) hal.10.

³¹ Nawal El Zuhby, "Tafakkur Pandemic COVID-19 Perspektif Pendidikan Islam" *Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam*, Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, Vol.14 No.1, (2021), hal. 21.

- e. Meyakini bahwa Allah akan menyembuhkan segala macam penyakit termasuk COVID-19
- f. Senantiasa memperbanyak bersyukur dan juga bersabar.

Pentingnya meningkatkan iman dan imun dimasa pandemi COVID-19

Iman merupakan keyakinan seseorang terhadap agama, hal ini berkaitan erat dengan konsep spiritualitas. Keimanan setiap manusia pasti adakalanya naik dan turun. Akan tetapi dimasa pandemi ini seorang mukmin harus meyakini bahwa pandemi ini merupakan ujian yang Allah berikan agar kembali pada jalan yang diridhoi-Nya.

Imun merupakan daya tahan tubuh seseorang dalam memperkebal kesehatan tubuh agar terhindar dari berbagai jenis penyakit termasuk COVID-19. Wajib hukumnya dimasa pandemi ini kita menjaga imunitas tubuh agar tetap sehat dan agar terhindar dari virus COVID-19. Beberapa hal yang perlu dilakukan untuk memperkuat imunitas tubuh diantaranya : berjemur dipagi hari, olahraga dengan teratur, dan makan minum yang bersih juga

menyehatkan seperti memperbanyak makan buah dan sayuran.

Menurut salah satu tokoh agama di Panimbang, Pandeglang mengatakan bahwa “sangat penting meningkatkan keimanan dimasa pandemi karena ini berpengaruh pada psikisnya sehingga jika kita menjaga keimanan dan keimunan maka psikis kita akan sehat dan hal ini baik juga untuk kesehatan fisik, dikarenakan ada juga penyakit fisik yang disebabkan oleh psikis”.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Wachyudi. 2020. Peran Dan Tantangan Pendidikan Agama Islam Di Era Pandemi COVID-19 Pada Lingkungan Keluarga. *Journal Of Islamic Education*.
- Amany Lubis, dkk. 2018. *Ketahanan Keluarga Dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Pustaka Cendekiawan.
- Aslamiyah, Suaibatul & Nurhayati. 2021. Dampak COVID-19 Terhadap Perubahan Psikologis, Sosial Dan Ekonomi Pasien COVID-19 Di Kelurahan Dendang, Langkat, Sumatera Utara. *Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat*. 1 (1). 56-69.
- Badan Pusat Statistik. 2016. *Pembangunan Ketahanan Keluarga 2016*. Kementerian Pemberdayaan Dan Perlindungan Anak.
- BNPB, 2019. *Modul Keluarga Tangguh Bencana*. Jakarta.
- COVID-19 Coronavirus Pandemic. <https://www.worldometers.info/coronavirus/> Diakses Pada 11 Agustus 2021.
- Gani Taufik A, DKK. 2020. *COVID-19: Dampak dan Solusi*. Aceh: Kerja Sama Dengan Dewan Perwakilan Aceh dan Syiah Kuala University Press.
- <https://Peraturan.Bpk.Go.Id/Home/Details/135718/Keppres-No-12-Tahun-2020> Diakses Pada 13 April 2020.
- Info Corona. <https://infocorona.pandeglangkab.go.id/>
- Irawan, Purnama. Bupati Pandeglang Irna Narulita Positif COVID-19 Usai Kota Badak Masuk Zona Kuning. <https://KabarBanten.Pikiran-Rakyat.Com/Seputar-Banten/Pr-592236850/Bupati-Pandeglang-Irna-Narulita-Positif-COVID-19-Usai-Kota-Badak-Masuk-Zona-Kuning> Diakses Pada 17 Juli 2021, 21:19 Wib
- Juditha, Christiany. 2018. Interaksi Komunikasi Hoax Di Media Sosial Serta Antisipasinya Hoax Communication Interactivity In Social Media And Anticipation. *Jurnal Pekommas*. 3 (1).
- Jumlah Pengguna Media Sosial Di Dunia Capai 4,2 Miliar. <https://Databoks.Katadata.Co.Id/Datapublish/2021/02/18/Jumlah-Pengguna-Media-Sosial-Di-Dunia-Capai-42-Miliar#>

- Lisnawati. 2016 *Spiritual Dalam Parental Discipline. Jurnal Psikologi Integrative*. Yogyakarta. 14(1).
- Nawal, ElZuhby. 2021. Tafakkur Pandemic COVID-19 Perspektif Pendidikan Islam. *Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam*. Yogyakarta. 14(1).
- Nur Rohmi Aida. Inilah 10 Varian Baru Virus Corona Hasil Mutasi, Kenali Gejala Dan Cara Mencegahnya. <https://kesehatan.kontan.co.id/news/inilah-10-varian-baru-virus-corona-hasil-mutasi-kenali-gejala-dan-cara-mencegahnya?page=all> diakses pada 10 Juni 2021 pukul 09:45 WIB.
- Nurul, Asabah, dkk. 2020. Ikhtiar Jasmani Dan Rohani Seorang Muslim Menghadapi Wabah COVID-19. *Tarbawy: Jurnal Pendidikan Islam*.
- Prasetyo, Agus. 2016. Aspek Spiritualitas Sebagai Elemen Penting Dalam Kesehatan. *Jurnal Kesehatan Al-irsyad (JKA)*. 9 (1).
- Rasyid, Muhammad, Ridho. 2020. Wabah Penyakit Menular Dalam Sejarah Islam Dan Relevansinya Dengan COVID-19. *Jurnal Sejarah Peradaban Islam*. 4(1).
- Rizki. Skripsi. Dampak Pandemi Novel Corona Virus Disease (COVID-19) Terhadap Psikologis Masyarakat Di Desa Senaning Kecamatan Pelayung Kabupaten Batang Hari. Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi 2021.
- [Http://Repository.Uinjambi.Ac.Id/Id/Eprint/7053](http://Repository.Uinjambi.Ac.Id/Id/Eprint/7053).
- Rosanti, Chalisa. 2021. Tinjauan Hukum Islam Pada Edaran Pemerintah Dan MUI Dalam Menyikapi Wabah COVID-19 Setelah Memberlakukan New Normal. *Jurnal Ilmiah Ekonomi Islam*. 7(1), 193-402.
- Saleh, Adnan Achiruddin. 2018. *Pengantar Psikologis*. Makasar: Aksara Timur.
- Sigit, Adityawan Dkk. 2018. *Buku Pintar Mengenal Bencana Alam*. Yogyakarta: Deepublis Publisher.
- Silalahi, Karlinawati., dan Eko A. Meinarno. 2010. *Psikologi Keluarga*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Simarmata, Janner Dkk. 2019. *Hoaks Dan Media Sosial: Saring Sebelum Sharing*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Siregar, Perluhutan, Mara, Ongku. 2020. Peran Otoritas Agama Dimasa Pandemic COVID-19. *Jurnal Keagamaan Dan Pendidikan*, 16 (2).
- Sobur, Alex. 2016. *Psikologi Umum*. Bandung: Cv Pustaka Setia.
- Subandi, Ayyub, Saifullah. 2020. Fatwa MUI Tentang Pengurusan Jenazah Muslim Yang Terinfeksi

COVID-19 Ditinjau Dari Perspektif Mazhab Syafi'i. *Bustanul Fuqoha : Jurnal Bidang Hukum Islam*. 1 (2).

Susantyo Badrun, DKK. 2020. *Pemetaan Strategi Coping Keluarga Penerima Manfaat Program Keluarga Harapan Menghadapi Wabah COVID-19 di Kota Bogor, Depok, Bekasi dan Tangerang Selatan*. Jakarta: Puslitbangkesos Kementerian Sosial RI Bekerjasama P3KS Press.

Tamitiadini Dian, Isma Adila, dan WayanWeda Asmara Dewi. 2019. *Komunikasi Bencana: Teori dan Pendekatan Praktis Studi Kebencanaan di Indonesia*. Malang: UB Press.

Ulfiah. 2016. *Psikologi Keluarga Pemahaman Hakikat Keluarga & Penangan Problrmatika Rumah Tangga*. Bogor: Penerbit Ghalila Indonesia.

Usman Fadli, DKK. 2021. *Proyeksi. Prediksi dan Realita dalam Perencanaan di Era Pandemi COVID-19*. Jawa Timur: CV. Penerbit Qiara Media.

Yunianto, Dwi. 2020. Ketahanan Keluarga Sebagai Basis Pendidikan Ditengah Pandemi COVID-19 *Ta'dibuna :Jurnal Pendidikan Islam*. 3 (1).

Zalukhu, Junimiserya. *Dampak Pandemic COVID-19 Terhadap Psikologis Masyarakat*. <https://doi.org/10.31219/osf.io/b8pxs>.

BIOGRAFI PENULIS



Siti Khofifatun Nufus, lahir di Pandeglang pada tanggal 19 Februari 2000. Saat ini penulis tinggal di Kp. Sidamukti, Ds. Sidamukti Kec. Sukaresmi, Pandeglang-Banten. Penulis pernah menempuh pendidikan di SDN Sidamukti 2, Mts Malnu Kananga,

MAN 3 Pandeglang, dan saat ini penulis sedang menempuh pendidikan sarjana (S1) di UIN Sultan Maulanan Hasanuddin Banten, Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) semester 7. Motto hidup penulis **"Jangan Gimana Nanti, Tapi Nanti Gimana"**



Siti Eem Huzaemah, lahir di Pandeglang pada 27 Juni 2000. Saat ini penulis tinggal di Kp. Soreang Ds. Menes Kec. Menes, Pandeglang-Banten.

Penulis pernah menempuh pendidikan di MI Mathla'ul Anwar Pusat Menes, Mts. Mathla'ul Anwar Pusat Menes, MAS Mathla'ul Anwar Pusat Menes dan saat ini penulis sedang menempuh pendidikan di UIN Sultah Maulana Hasanuddin BANTEN, Jurusan Bimbingan Konseling

Islam (BKI) semester 7. Motto hidup penulis **“There’s A Will There’s A Away”**



Shofa Wardzatul Jannah, lahir di Pandeglang pada 17 Mei 2000. Penulis tinggal di Nagrog Ds. Bayumundu Kec. Kaduhejo, Pandeglang-Banten. Penulis pernah menempuh pendidikan di SD Negeri Bayumundu 1, MTSN Model Pandeglang 1, SMA Negeri 2

Pandeglang dan saat ini penulis sedang menempuh pendidikan sarjana(S1) di UIN Sultan Maulana Hasanuddin BANTEN jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) semester 7. Motto hidup penulis **“Mensyukuri Nikmat, Wujudkan Kebahagiaan”**.



Sinta Nuraisah, lahir di Pandeglang, 01 November 1999. Penulis tinggal di Kp. Pelopor Ds. Gombang Kec. Panimbang, Pandeglang-Banten. Penulis pernah menempuh pendidikan di SD Negeri Gombang, MTs Salafiyah Darul Bayan, SMAN 9 Pandeglang

dan saat ini penulis sedang menempuh pendidikan sarjana (S1) di UIN Sultan Maulana Hasanuddin BANTEN jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) semester 7. Moto hidup penulis **“Jangan Cuma Jadi**

Orang Baik, Tapi Harus Juga Jadi Orang Bermanfaat”.

PANDEGLANG DI TENGAH WABAH COVID-19

Pandemi COVID-19 telah mengancam kehidupan masyarakat. Dampak COVID yang menyebar luas menyebabkan sebagian orang kehilangan orang tercinta, sebagian orang kehilangan pekerjaan, sebagian pengusaha mengalami penurunan pendapatan, sekolah-sekolah ditutup, bahkan dampak COVID juga dapat mengancam psikologis seseorang.

Lalu bagaimana kehidupan masyarakat pandeglang di tengah wabah COVID-19?

farhâ
pustaka

Penerbit Farha Pustaka
Jl. Taman Bahagia, Nagrak, Benteng,
Warudoyong, Sukabumi
Email: farhapustaka@gmail.com

ISBN 978-623-368-195-7



9 786233 681957