



# Optimalisasi Peran Masyarakat

## dalam Menciptakan Keluarga Tangguh Bencana Covid-19

*di Kabupaten Tangerang*

Ahmad Roni  
Siti Nabilah Nurfaezrin  
Siti Robiatul Adawiyah  
Suphi Rosidah  
Sundari

Sanksi Pelanggaran Pasal 113  
Undang-undang Nomor 28 Tahun 2014  
tentang Hak Cipta

1. Setiap orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf i untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp 100.000.000,00 (Seratus Juta Rupiah).
2. Setiap orang yang dengan tanpa hak dan atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan atau huruf h, untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp 500.000.000,00 (Lima Ratus Juta Rupiah).
3. Setiap orang yang dengan tanpa hak dan atau tanpa Izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan atau huruf g untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp 1.000.000.000,00 (Satu Miliar Rupiah).
4. Setiap orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp 4.000.000.000,00 (Empat Miliar Rupiah).

# **Optimalisasi Peran Masyarakat dalam Menciptakan Keluarga Tangguh Bencana Covid-19 di Kabupaten Tangerang**

Ahmad Roni, Siti Nabilah Nurfaizrin, Siti Robiatul Adawiyah,  
Subhi Rosidah, Sundari



Copyright @CV. Sinar Pena Amala, 2021

**Optimalisasi Peran Masyarakat dalam Menciptakan Keluarga Tangguh Bencana Covid-19 di Kabupaten Tangerang**

Ahmad Roni, Siti Nabilah Nurfazrin, Siti Robiatul Adawiyah,  
Subhi Rosidah, Sundari

**Editor:** Eneng Purwanti

**Layouter:** Ainina Amalia Sanda

**Desain Sampul:** Ainina Amalia Sanda

**Ilustrasi isi taken by** Pngtree.com

Diterbitkan oleh:

**CV. Sinar Pena Amala**



Sukawangi, RT/RW: 01/01, Kec. Pagelaran,  
Kab. Pringsewu, Lampung 35365

Telp: +886 9021 465 73

Email: [sinarpenaamala@gmail.com](mailto:sinarpenaamala@gmail.com)

Instagram: [sinarpenaamala](https://www.instagram.com/sinarpenaamala)

Facebook: Sinar Pena Amala

Hak cipta dilindungi undang-undang.

*All Rights reserved*

Optimalisasi Peran Masyarakat dalam Menciptakan Keluarga Tangguh  
Bencana Covid-19 di Kabupaten Tangerang, Ahmad Roni, Siti Nabilah  
Nurfazrin, Siti Robiatul Adawiyah, Subhi Rosidah, Sundari

CV. Sinar Pena Amala, 2021

Jumlah Halaman : x + 111 Halaman, 14x21 cm

ISBN : 978-623-5566-59-7

Cetakan 1, 2021

1. Ahmad Roni, Siti Nabilah Nurfazrin, Siti Robiatul Adawiyah,  
Subhi Rosidah, Sundari
2. Sinar Pena Amala

Dilarang memperbanyak isi buku ini, baik sebagian maupun  
seluruhnya dalam bentuk apapun tanpa izin tertulis dari Penerbit.

# KATA PENGANTAR

Asslamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Segala puji dan syukur kehadiran ilahi rabbi yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran dalam pelaksanaan KKN-DR UIN 2021 dan penulis buku bunga ramapai KKN-DR ini.

Buku bunga ramapai KKN-DR ini disusun sebagai bentuk pertanggung jawaban tertulis dari kami tim kelompok KKN-DR 47 untuk memberikan gambaran dan keterangan tentang program kerja yang telah kami laksanakan di berbagai lokasi domisli kami selama KKN-DR 2021 ini.

Terimakasih kepada dosen pembimbing lapangan ibu eneng purwanti, M.A. yang telah memberi arahan untuk melaksanakan KKN-DR lokal kebantenan. Dan kepada rekan-rekan mahasiswa seperjuangan yang telah menyukseskan program-program pada KKN-DR lokal kebantenan ini.

Dalam penyusunan buku bunga rampai ini yang berjudul “optimalisasi peran keluarga tangguh bencana covid-19 di kabupaten tangerang”. Ini tidak terlepas dari bimbingan dan bantuan dari semua pihak. Oleh karena itu kami penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan

bimbingan dan bantuannya baik dalam segi teknik maupun teori.

Selain itu penulis juga mengucapkan terimakasih khususnya kepada :

1. Rektor Universitas Islam Negri SMH Banten, selaku penanggung jawab KKN-DR lokal keabantenan
2. Kepala LP2M Universitas Islam Negri SMH Banten sebagai paniti pelaksanaan KKN-DR
3. Ibu eneng purwanti, M.A., selaku DPL KKN-DR
4. Seluruh tokoh masyarakat
5. Rekan-rekan seperjuangan KKN-DR kelompok 47 yang selalu memberikan semangat dan ide nya selama kegiatana KKN-DR

Kami menyadari bahwa dalam penyusunan buku bunga rampai ini masih bnayak kekurangan, oleh karena itu saran dan keritik sanagt kami harapkan. Semoga buku bunga ramapai ini dapat memebrikan manfaat dan kebaikan yang luas untuk sesama.

# PENDAHULUAN

Covid-19 (corona virus disease 19) adalah penyakit yang di sebabkan oleh jenis corona jenis baru yaitu Sars-Cov-2 yang dilaporkan pertama kali di wuhan, provinsi Hubei, China pada 08 Desember 2019. Sampai saat ini virus corona menjadi masalah serius yang telah dihadapi oleh berbagai nengar dibelahan dunia karena jumlah kasus setiap harinya yang terus meningkat.

Tujuan dari kegiatan Kuliah Kerja Nyata Lokal Kebantenan (KKN-DR) ini adalah untuk mengoptimalisasi peran keluarga Tangguh berencana Covid-19 di Kabupaten Tangerang.

Metode dalam pengumpulan data nerdasarkan hasil kuesioner berupa pre test atau post test dan observasi lapangan. Populasi nya adalah Masyarakat Kabupaten Tangerang.

Berdasarkan data hasil sampel kuesioner dan observasi di Kabupaten Tangerang dapat diambil kesimpulan bahwa pada masa pandemi Covid-19 telah mengubah berbagai aspek dibeberapa bidang, seperti Ekonomi, Kesehatan, Pendidikan, Lingkungan, dan Keagamaan.

Dalam hal ini menunjukkan bahwa banyak nya problematika yang terjadi di Kabupaten Tangerang akibat dari pandemi Covid-19 saat ini.



# DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	v
PENDAHULUAN .....	vii
BIDANG PENDIDIKAN .....	1
Oleh : Ahmad Roni.....	1
A. Meningkatkan Pembelajaran Di Masa Anak Pandemi .....	1
B. Tantangan Pelaksanaan Kebijakan Belajar Di Masa Pandemi .....	6
C. Optimalisasi penggunaan aplikasi pembelajaran daring di masa pandemi .....	11
BIDANG EKONOMI.....	20
Oleh : Siti Nabilah Nurfazrin .....	20
A. Profil Desa Parahu .....	20
B. Dampak signifikan pandemi covid-19 terhadap perekonomian keluarga di desa parahu kec. Sukamulya, kab. tangerang .....	20
C. Dampak Signifikan Covid-19 Terhadap Ekonomi Keluarga	25
D. Upaya menciptakan keluarga tangguh bencana covid-19 terhadap ketahanan ekonomi keluarga .....	28
BIDANG LINGKUNGAN .....	43
Oleh : Siti Robiatul Adawiyah .....	43
A. Mewujudkan Keluarga Tangguh Bencana Akibat Dampak Lingkungan Covid-19 di Kabupaten Tangerang	43
B. Pengaruh Lingkungan Terhadap keluarga di Tengah Pandemi Covid 19 .....	45

C. Membangun Ketahanan Keluarga Akibat Dampak Pandemi Covid-19.....	49
D. Dampak Covid-19 Terhadap Lingkungan.....	56
 BIDANG KEAGAMAAN .....	65
Oleh : Subhi Rosidah.....	65
A. Profil Desa Rajeg .....	66
B. Peran Orang Tua dalam Meningkatkan Kedisiplinan Ibadah Sholat pada Anak di Masa Pandemi Covid-19 .....	67
C. Problematika Kegiatan Mengaji Anak di Masa Pandemi Covid-19 dalam Lingkungan Keluarga .....	72
D. Strategi Orang Tua dalam Menyikapi Pandemi covid-19 pada Anak .....	78
 BIDANG KESEHATAN .....	86
Oleh : Sundari.....	86
A. Profil Desa .....	86
B. Kesadaran Masyarakat terhadap Protokol Kesehatan di Kp.Kadu Ds.Pete Rt/Rw 002/001 .....	88
C. Upaya Pencegahan Covid-19 .....	92
D. Upaya Menjaga Kesehatan Mental Anak dalam Perspektif Orang Tua .....	96
 PENUTUP .....	109
BIODATA PENULIS .....	110

# BIDANG PENDIDIKAN

Oleh : Ahmad Roni

[Ahmad.roni.student@uinbanten.ac.id](mailto:Ahmad.roni.student@uinbanten.ac.id)

---

## A. Meningkatkan Pembelajaran Di Masa Anak Pandemi

Konsep pembelajaran yang digagas KI HAJAR DEWANTARA sulit dicapai di masa pandemi ini. Secara umum, minat belajar dan membaca siswa dipengaruhi oleh penerapan sistem pembelajaran online yang saat ini diterapkan dalam proses belajar mengajar. Indikator minat belajar siswa antara lain kesenangan, minat siswa, perhatian siswa dan partisipasi siswa.

Wabah pandemi covid-19 saat ini memaksa kegiatan belajar mengajar dilakukan secara online, sehingga mengurangi indikator-indikator tersebut. Agar kegiatan belajar mengajar lebih menyenangkan, Pemerintah telah melaksanakan sejumlah rencana melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan sesuai dengan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020. Selama epidemi, termasuk: Pembelajaran daring interaktif dan non interaktif

Esensi dari pembelajaran daring adalah bagaimana proses belajar tetap berlangsung dirumah, memahami dengan alur dan cara yang berbeda dengan sebelumnya yang dimana guru menyampaikan dengan langsung kepada murid, bukan memindahkan sekolah ke rumah tetapi guru perlu memilih materi-materi penting yang perlu dilakukan anak-anak di rumah.

Faktor infrastruktur memang mempengaruhi proses belajar daring, tetapi bagaimana guru dapat melaksanakan target kurikulum bisa tetap tercapai.

## 2. Pendidikan kecakapan hidup

Minat adalah bagaimana sorang bisa melakukan sesuatu dengan kondisi yang lebih menyenangkan. Sama halnya dalam belajar, perlu ditawarkan hal-hal yang menyenangkan bagi siswa agar lebih semangat dalam menjalani KBM.

Salah satu caranya dengan pendidikan kecakapan hidup yang lebih aplikatif, implemntatif, dan konsektual dengan kondisi sekarang.

Misalnya pembelajaran tentang bagaimana cara menghindari virus covid-19, bagaimana menajalankan protokol kesehatan dan bagaimana meningkatkan pembelajaran daring.

## 3. Pembelajaran sesuai dengan minat dan kondisi siswa

Walaupun dilakukan secara daring, proses belajar

mengajar dan menuntut juga harus tetap dilakukan dengan mengacu kepada hadits nabi muhammad SAW:

(تَعَلَّمُوا وَعَلِّمُوا وَتَوَاضَعُوا لِمُعَلِّمِكُمْ وَلِيَلِّمُوا لِمُعَلِّمِكُمْ) (رواه الطبراني)

Artinya, “Belajarlah kamu semua, dan mengajarlah kamu semua, dan hormatilah guru-gurumu, serta berlaku baiklah terhadap orang yang mengajarkanmu.” (HR Tabrani)

Dalam hal ini pihak guru sangat penting bersikap bijak menyesuaikan dengan kondisi yang ada tanpa mengabaikan target kurikulum, begitupun murid harus memahami apa yang disampaikan guru agar semua dapat merealisasikan apa yang disampaikan.

#### 4. Penilaian tugas secara kualitatif

Dalam penilaian tugas yang diberikan kepada siswa hendaknya guru tidak melakukan penilaian seperti yang biasa dilakukan di sekolah. Penilaian cukup dilakukan secara kualitatif yang sifatnya lebih memberikan motivasi kepada siswa. Arahan dan apresiasi juga perlu dilakukan untuk meningkatkan pembelajaran siswa.

#### 5. Cara kreatif dan inovatif meningkatkan minat belajar siswa di era pandemi

Faktor yang mempengaruhi minat belajar siswa menurun di musim pandemi bahkan banyak siswa yang bermain bukan belajar di rumah karena alasan fasilitas yang tidak memadai, salah satunya adalah minimnya

keterlibatan guru dan murid dalam proses KBM. Bertemu hanya melalui layar zoom meeting, google meet, whatsapp atau platform digital lainnya menyebabkan siswa kurang merasakan keterlibatan guru dalam proses KBM yang dijalani. Oleh karena itu, perlu dilakukan beberapa cara kreatif untuk menguasainya:

a. Metode hiburan

Dalam pembelajaran bahasa Indonesia dikenal sebuah metode bernama metode hiburan yang dapat membantu meningkatkan rasa suka, senang, kreatif dan minat yang lebih pada suatu materi. Sebagai contoh misalnya para siswa diminta menonton, membaca buku, menikmati tayangan drama dan sebagainya untuk mendapatkan informasi pembelajaran sesuai dengan materi yang di disampaikan dan diujikan.

Dimusim pandemi ini, metode hiburan ini sangat sesuai diterapkan untuk KBM yang lebih menyenangkan, semisal anak diberikan materi yang lebih efektif dilandaskan dengan apa yang nanti diajarkan atau dengan memberikan kepada siswa sebuah hadiah untuk meningkatkan pembelajaran siswa bagi yang bisa menjawab pertanyaan dari sang guru.

Guru tidak akan stres begitupun murid dengan persiapan tugas karena metode penugasan yang sifatnya menyenangkan dan menghibur.

## b. Aplikasi kreatif

Siapa dan bagaimana kondisi murid atau siswa yang diajar oleh guru? Hal ini sangat penting diketahui sebelum menerapkan metode kreatif yang menyenangkan dan menghibur. Jika memiliki siswa usia SLTP atau SLTA dengan penguasaan teknologi yang baik, maka guru bisa menggunakan teknik pembelajaran menggunakan berbagai aplikasi teknologi yang kreatif efektif dan inovatif.

Sebagai contoh penggunaan aplikasi Instagram dan TikTok yang saat ini lebih banyak disukai dan gemari oleh kalangan muda. Aplikasi ini bisa di manfaatkan untuk perangkat belajar yang lebih efektif, kreatif, dan inovatif dengan didasari oleh nilai-nilai pendidikan.

## c. Membuat rencana pembelajaran yang melibatkan siswa

Selama ini seringkali guru membuat rencana pembelajaran dilakukan sesuai dengan kebutuhan kurikulum dan tanpa melibatkan siswa. Kondisi pandemi saat ini di mana minat baca dan belajar siswa cenderung menurun dibutuhkan hal-hal yang sifatnya aspiratif dari keinginan siswa mengingat pembelajaran daring ini.

Libatkan rencana pembelajaran dengan keinginan dan kondisi siswa sehingga siswa lebih nyaman dan bisa diterima dan dijalankan dengan kondisi yang menyenangkan. Sehebat apapun rencana pembelajaran rencana pembelajaran yang dibuat dimusim pandemi ini, jika siswa tidak tertarik menjalankannya maka akan sulit bagi guru menjalankan proses KBM yang maksimal.

## **B. Tantangan Pelaksanaan Kebijakan Belajar Di Masa Pandemi**

### **1) Proses Belajar dari Rumah**

Secara global, berdasarkan data Unesco tanggal 19 Maret 2020, 112 negara telah menerapkan sistem kebijakan belajar dari rumah, anantara lain Malaysia, Thailand, Australian dan yang lainnya bahkan termasuk Indonesia. Dari beberapa negara tersebut, telah menerapkan sistem belajar di rumah secara nasional. sementara Indonesia menerapkan belajar dirumah diwilayah-wilayah tertentu. DiIndonesia, kebijakan belajar dari rumah telah dilaksanakan oleh sekitar 28,6 juta siswa dari jenjang SD sampai dengan SMA/SMK di berbagai provinsi. Per 18 Maret 2020, sebanyak 276 perguruan tinggi negeri dan swasta diIndonesia telah menerapkan kuliah daring.

Dibeberapa daerah proses pembelajaran dari rumah telah berlangsung sejak 16 Maret 2020 dan diperpanjang sampai saat ini dengan mempertimbangkan situasi dimasing-masing daerah. Dari sisi sumber daya manusia, pendidik maupun peserta didik ada yang memang sudah siap dan ada juga yang tidak siap. Bagi sekolah yang telah terbiasa menggunakan perangkat teknologi dalam kegiatan belajar mengajar tentu tidak banyak yang menghadapi kendala, akan tetapi tidak demikian sekolah yang belum pernah melakukan proses pembelajaran jarak jauh sebelumnya, terutama didaerah dengan fasilitas yang minim dan terbatas baik secara sisi peranti maupun



jaringan.

Lembaga pendidikan misalnya Universitas Terbuka (UT), menggunakan *elarning* sebagai sarana pendidikan dimana sudah siap dari sisi sumber daya manusia, memiliki kurikulum yang matang, serta dilengkapi fasilitas untuk mengakses sumber belajar dan sarana komunikasi yang efektif antara mahasiswa dan tutor. Namun, masih banyak lembaga pendidikan terutama yang berada di daerah tertinggal yang jauh dari kata siap, dari segi jaringan maupun sumber dayanya.

Sebagian besar proses belajar pembelajaran jarak jauh saat ini masih memanfaatkan fasilitas group whatsapp, baik secara group orang tua siswa maupun group kelas masing-masing. Waktu belajar sesuai dengan jadwal pelajaran atau mata kuliah, materi belajar dipelajari secara mandiri kemudian dilanjutkan dengan mengerjakan tugas harian. Diskusi terkait materi yang dipelajari dilakukan melalui group tersebut. Untuk mengadakan tatap muka virtual dapat menggunakan aplikasi google classroom, zoom atau media yang lainnya. Dengan fitur ini guru bisa memantau kehadiran dan keaktifan peserta didik.<sup>1</sup>

## 2) Tantangan proses belajar dari rumah

Proses pembelajaran dari rumah melalui pembelajaran jarak jauh idealnya tetap dapat

---

1) Fieka nurul arifa, "*Tantangan pelaksanaan kebijakan belajar dari rumah dalam masa darurat covid-19*". vol.XII, N0.7puslit 2020, hal. 14

mengakomodasi kebutuhan belajar siswa untuk mengembangkan minat bakat sesuai dengan jenjang pendidikannya. Untuk mewujudkan itu semua diperlukan kesiapan pendidik, pengajar, kurikulum yang sesuai, ketersediaan sumber belajar, serta dukungan peranti dan jaringan yang stabil sehingga komunikasi anatara yang lainnya dapat efektif. Kondisi pembelajaran jarak jauh saat ini masih belum dapat disebut stabil dan ideal sebab masih terdapat berbagai hambatan yang dihadapi. Hambatan tersebut sekaligus menjadi tantangan bagi siswa pengajar dan peran orang tua untuk meningkatkan skill dan cara gaya belajar bagi siswa.

Banyak keluhan baik dari pendidik, peserta didik, maupun orang tua terkait pelaksanaan belajar dari rumah. Banyak pendidik yang mengeluhkan terbatasnya ketersediaan teknologi, kemampuan pengoprasian maupun keterbatasan jaringan internet di beberapa daerah. Disisi lain, sejak 16 Maret sampai 9 April 2020, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima sekitar 213 pengaduan pembelajaran jarak jauh baik dari orang tua maupun siswa (kompas,14 April 2020). Pengaduan tersebut berkaitan dengan: *Pertama*, penugasan yang terlalu berat dengan waktu yang singkat. *Kedua* banyak tugas merangkum dan menyalin dari buku. *Ketiga*, jam belajar masih kaku. *Keempat*, keterbatasan kouta untuk mengikuti pembelajaran daring. Dan *Kelima*, sebagian siswa tidak mempunyai gawai pribadi sehingga kesulitan dalam mengikuti ujian dari daring.

Kepala Pusat Data dan Teknologi Informasi Informasi Kemendikdub, Gogot Suhawarto menagatakan dinas pendidikan mempunyai andil kuat terkait pembelajaran yang yang belum maksimal. Menurutnya, arahan dari dinas pendidikan terhadap sekolah terkait pembelajaran dirumah belum jelas dan belum sepenuhnya maksimal (cnnindonesia.com, 31 Maret 2020). Surat edaran kepala dinas masih kurang detil dan spesifik menjelaskan mengenai pembelajaran, tugas guru, orang tua, dan siswa sehingga berpengaruh terhadap kesiapan dan mental pembelajaran siswa.

Sejalan dengan hal tersebut, dinas pendidikan dan pimpinan perguruan tinggi diharapkan memberikan pedoman atau prosedur teknis pelaksanaan teknis pelaksanaan pembelajaran sesuai dengan kondisi setempat sehingga impelementasinya tidak menjadi beban tambahan. Guna mengatasi keterbatasan akses internet, pembelajaran tanpa internet dapat dilakukan untuk konsisi tertentu yang tidak memungkinkan menggunakan internet. Namun demikian, kemendikdub terus memperbesar dukungan mitra swasta guna mensukseskan pembelajaran jarak jauh dengan memanfaatkan *platform* tekonologi selama masa darurat covid 19.

Dalam hal ini Ditjen Dikti mendukung dan memfasilitasi pelaksanaan pembelajaran daring lebih luas, bekerja sama dengan Kominfo dan *provider* layanan telekomunikasi. Berkat upaya tersebut masyarakat dapat mengakses beragam konten belajar jarak jauh

melalui berbagai *platform* seperti Rumah Belajar, Kelas Pintar, Ruang guru. Dalam rangka peningkatan kualitas pembelajaran jarak jauh secara keberlanjutan beberapa hal penting yang harus diamati dan diupayakan, antara lain:

- a. Lembaga pendidikan harus mulai meningkatkan sarana dan prasarana pendukung pembelajaran daring seperti, learning management system (LMS), dan repositori yang memadai.
- b. Peningkatan kapasitas pendidik yang mendukung pelaksanaan pembelajaran jarak jauh, misalnya, peningkatan kompetensi dalam menyiapkan media dan konektivitas serta pengelolaan pembelajaran secara daring.
- c. Perluasan dukungan *platform* teknologi secara berkesinambungan untuk mendukung pembelajaran jarak jauh.

Dukungan berbagai *platform* teknologi untuk kegiatan pembelajaran diharapkan dapat terus menerus berlanjut hingga setelah masa darurat Covid-19 telah berakhir. Beberapa upaya tersebut dilakukan untuk mempersiapkan agar pembelajaran jarak jauh dapat terlaksana secara optimal, bukan hanya dalam situasi darurat tetapi juga untuk peningkatan kualitas pendidikan ditengah pesatnya perkembangan teknologi.<sup>2</sup>

---

2) Fieka nurul arifa, “*Tantangan pelaksanaan kebijakan belajar dari rumah dalam masa darurat covid-19*”.vol.XII, N0.7puslit 2020, hal. 16

## **C. Optimalisasi penggunaan aplikasi pembelajaran daring di masa pandemi**

### **1. Spada (Sistem Pembelajaran Daring)**

Sistem Pembelajaran Daring (SPADA) merupakan penyelenggaraan pendidikan jarak jauh di perguruan tinggi yang bertujuan untuk meningkatkan pemerataan kesempatan belajar yang bermutu. Melalui sistem pembelajaran online, SPADA Indonesia memberikan kesempatan kepada mahasiswa dari universitas tertentu untuk mempelajari beberapa program studi berkualitas tinggi dari universitas lain, dan hasil belajar mereka dapat diakui oleh perguruan tinggi tempat mahasiswa tersebut terdaftar. SPADA Indonesia menyediakan 3 (tiga) program, yaitu:

- a) Materi terbuka, yaitu materi kuliah yang disajikan secara online dalam berbagai format media yang dapat diakses oleh mahasiswa dan dosen kapan saja dan di mana saja.
- b) Open course, yaitu sistem pembelajaran online untuk mata kuliah yang lengkap, memungkinkan dosen yang bersangkutan untuk belajar sebagai mata kuliah online. Mata Kuliah Daring, yaitu mata kuliah dalam bentuk pembelajaran daring utuh, yang siap ditawarkan oleh salah satu PT penyelenggara kepada PT lain (PT mitra) untuk dapat diikuti oleh mahasiswa PT mitra sebagai wahana alih kredit (credit transfer) dan nilai yang

diperoleh mahasiswa dari PT penyelenggara dapat ditransfer (credit transfer) di PT dimana mereka terdaftar. SPADA Indonesia telah bekerjasama dengan 51 Perguruan Tinggi, yang selanjutnya, SPADA Indonesia terbuka bagi seluruh perguruan tinggi yang ada di Indonesia. 3 tiga Persoalan Tiga contoh diatas rasanya sudah cukup untuk melihat sisi gelap dan sisi terang dari pembelajaran dengan sitem daring. Kalau ditelisik lebih jauh, ada sejumlah persoalan disamping kemudahan. Pertama, sistem daring memudahkan pembelajaran karena tidak terikat akan tempat dan waktu, tetapi perlu persiapan jauh hari semua perangkat dan bahan, termasuk kurikulumnya. Sementara persiapan itu selama ini tidak pernah ada, bahkan pembelajaran daring hanya diperuntukkan pendidikan guru dalam jabatan, sehingga baik guru (termasuk dosen) maupun masyarakat mengalami guncangan teknologi. Kedua, pembelajaran sistem daring yang memerlukan perangkat teknologi gadget menjadi persoalan jika satu keluarga memiliki sejumlah anak yang tersebar disemua jenjang pendidikan, sementara penghasilan keluarga terbatas. Maka itu, tentu sistem daring akan sangat memberatkan. Subsidi melalui bebas kuota bagi keluarga seperti ini sangat membantu mereka. Apalagi, bagi mahasiswa yang tidak

mampu untuk membeli peranti teknologi, karena mereka masuk perguruan tinggi saja melalui jalur “bagi yang kurang beruntung dalam bidang ekonomi”. Bahkan, ada mahasiswa yang harus ngenger (ABDI) kepada dosennya untuk sekadar numpang hidup bisa mondok gratis, walau dibayar harus menjadi “pramuwisma” dirumah sang majikan. Jumlah mereka ini sepuluh persen di masing-masing program studi dan banyak dosen/guru menjadi “juru selamat” anak-anak bangsa seperti ini. Ketiga, kurikulum yang ada secara nasional disiapkan untuk sistem pembelajaran konvensional. Dengan diberlakukannya sistem daring secara mendadak, tentu banyak persoalan yang menyertai keberlakuan sistem ini. Guru TIK, yang semula ada disekolah dengan keberlakuan kurikulum 13, kini mapel ini ditiadakan. Dengan kasus corona, ternyata menghilangkan TIK disekolah adalah kurang tepat. Justru guru TIK harus diberi beban membuat transformasi bahan dari disajikan secara konvensional menjadi sistem daring, sehingga anak atau siswa yang berhalangan hadir kesekolah karena alasan tertentu, mereka masih dapat belajar dengan mengakses melalui program daring. Termasuk jika terjadi kondisi darurat seperti sekarang, tidak perlu kita harus pusing memikirkannya. Keempat, penguasaan

teknologi yang belum merata. Ini harus kita akui secara jujur dari tingkat sekolah dasar sampai perguruan tinggi. Belum semua mereka menguasai aplikasi

- c) program yang diperlukan untuk mengembangkan daring. Bisa jadi secara teknis mereka menguasai, tetapi jika mereka sebagai “tenaga kontrak” yang gajinya saja tidak cukup untuk makan, mereka yang harus membeli kuota demi menyelamatkan kariernya adalah kurang manusiawi. Kebijakan pemerintah untuk membebaskan kuota pada provider guna belajar di rumah dan dosen mengajar di rumah adalah harga sosial yang harus dibayar untuk bangsa ini dan alhamdulillah ditengah tulisan ini dibuat berita pembebasan kuota sudah bisa direalisasi. Tinggal bagaimana memberikan kursus singkat tentang keterampilan menyajikan program pembelajaran melalui daring bagi tenaga yang memerlukan. Hal ini perlu dilakukan terobosan. Sebagai contoh, bisa saja mengerahkan program studi atau jurusan komputer di satu lembaga perguruan tinggi atau lembaga kursus untuk membuka kursus singkat gratis bagi yang memerlukan. Dikutip dari kompas.com,

## 2. 11 platform dan Aplikasi pembelajaran daring

Hal ini untuk membantu siswa mengikuti pembelajaran jarak jauh terkait kebijakan pemerintah



akibat penyebaran virus corona. Oleh karena itu, pemerintah melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (Kemendikbud) menjalin kerja sama dengan berbagai platform untuk menyediakan aplikasi pembelajaran online. Meluncurkan situs resmi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia, di mana terdapat 11 platform atau aplikasi bagi siswa untuk belajar di rumah. Aplikasi ini merupakan bentuk bersama dalam menangani corona.

- 1) Rumah Belajar Rumah Belajar merupakan aplikasi belajar daring yang dikembangkan oleh Kemendikbud dengan tujuan untuk menyediakan alternatif sumber belajar dengan pemanfaatan teknologi. Terdapat berbagai fitur seperti Sumber Belajar, Laboratorium Maya, Kelas Digital, Bank Soal, Buku Sekolah Elektronik, Peta Budaya, Karya Bahasa dan Sastra, serta fitur lainnya yang dapat dimanfaatkan oleh guru dan siswa secara gratis.
- 2) Meja Kita Penyajian materi dilakukan secara tematis dan dilengkapi forum diskusi yang bisa dimanfaatkan untuk tanya jawab. Meja Kita menyediakan materi pembelajaran dari SDSMA yang gratis dan cukup lengkap, serta ribuan catatan yang sudah diunggah oleh murid-murid dikomunitas pelajar diseluruh Indonesia. 5 Meja Kita mendukung siswa yang harus belajar dirumah

- untuk tetap dapat berdiskusi PR, soal dan tugas, serta berbagi catatan dan materi pembelajaran lainnya.
- 3) ICANDO merupakan aplikasi pendidikan anak yang memiliki program pembelajaran yang sesuai dengan Kurikulum 2013 Revisi yang dikembangkan secara komprehensif dengan ratusan minigames yang akan meningkatkan motivasi belajar anak-anak dijang PAUD.
  - 4) Indonesia telah berpengalaman dalam mendukung penyediaan akses belajar bagi masyarakat melalui kursus-kursus berkualitas yang dibawakan oleh para instruktur terbaik bangsa. Sejak diluncurkan pada 17 Agustus 2015, Indonesia berkomitmen meningkatkan kecerdasan bangsa melalui penyediaan kursus daring gratis untuk mengurangi disparitas atau kesenjangan pendidikan dinegeri ini.
  - 5) Google for Education Untuk mendukung belajar daring terutama yang diterapkan oleh berbagai daerah pada isu pandemi covid19, Google For Education menyediakan layanan menggunakan chromebooks dan G- Suite yang memungkinkan pembelajaran virtual walaupun dengan konektivitas internet yang rendah.
  - 6) Microsoft Office 365 Microsoft menyediakan layanan Office 365 yang dapat digunakan oleh guru

dan siswa secara gratis dan bukan versi percobaan. Office 365 dapat diakses dan diperbarui secara realtime termasuk Word, Excel, PowerPoint, OneNote, dan Microsoft Teams, serta fitur ruang kelas lainnya. Guru dan siswa hanya perlu menyiapkan alamat email dengan domain sekolah.

- 7) Quipper School menawarkan cara belajar inovatif untuk proses belajar mengajar. Platform ini mudah mendukung guru untuk mengelola tugas dan pekerjaan rumah yang lebih efektif. 6 Sehingga, guru dapat mengenali kekuatan dan kelemahan siswa lebih mudah.
- 8) Ruang guru merupakan layanan belajar berbasis teknologi, termasuk layanan kelas virtual, platform ujian online, video belajar berlangganan, marketplace les privat, serta kontenkonten pendidikan lainnya yang bisa diakses melalui web dan aplikasi Ruangguru. Ruangguru menyediakan Sekolah Online Gratis selama masa pandemi covid19.
- 9) Sekolah Pada program Belajar Tanpa Batas, Sekolah menyediakan live streaming mata pelajaran dengan jenjang yang telah disediakan. SekolahMu menumbuhkan kompetensi pada semua dan setiap anak diberbagi usia dan jenjang. Sekolah menjadi simpul kolaborasi ratusan sekolah dan organisasi yang telah dikurasi untuk berkarya, menyediakan

program-program kurikulum yang sesuai dengan kebutuhan.

- 10) Zenius memiliki program Belajar Mandiri diRumah Bisa Bareng dengan menyediakan puluhan ribu video materi belajar lengkap untuk jenjang SD, SMP, SMA untuk kurikulum KTSP, Kurikulum 2013, Kurikulum 2013 Revisi. Selain itu siswa dapat mengakses materi belajar lengkap untuk persiapan UNBK, UTBK, SPMB STAN, SIMAK UI, dan UTUL UGM.
- 11) Cisco Webex Guru akan mengajar seperti biasa melalui Video termasuk berbagi konten presentasi dan berinteraksi dengan papan tulis digital melalui layar komputer/smartphone. Selain itu, Cisco Webex juga menyediakan ruang kelas digital berbasis messaging, sehingga guru dan murid dapat tetap berdiskusi dan berbagi materi melalui fitur group chat di Cisco Webex Teams yang kami sediakan. Selain ke 11 aplikasi yang disebutkan di atas namun ada juga beberapa perguruan tinggi yang menggunakan aplikasi lain seperti perguruan tinggi universitas negeri medan yang menggunakan Sibda sebagai pembelajaran daring. Aplikasi whatsapp, Edmodo, dan Google Classroom juga digunakan sebagai sarana dalam pembelajaran daring. Peneliti melakukan penelitian mengenai kelebihan dan kekurangan dari penggunaan

aplikasi daring 7 dengan membagikan kuisioner dari Google Form yang dihadiri oleh 61 respondens terdiri dari mahasiswa, tingkat SMA sederajat dan tingkat SMP. <sup>3</sup>

---

3) “Plus minus aplikasi pembelajaran daring” [https://www.researchgate.net/profile/Diana-Novita/publication/341830562\\_plus\\_minus\\_aplikasi\\_pembelajaran\\_daring/links/5ed6802b299bf1c67d33d883/plus-minus-aplikasi-pembelajaran-daring](https://www.researchgate.net/profile/Diana-Novita/publication/341830562_plus_minus_aplikasi_pembelajaran_daring/links/5ed6802b299bf1c67d33d883/plus-minus-aplikasi-pembelajaran-daring). Pada 21 Agst. Pukul, 23.41 WIB

# BIDANG EKONOMI

Oleh : Siti Nabilah Nurfaezrin  
[Siti.nabilah.student@uinbanten.ac.id](mailto:Siti.nabilah.student@uinbanten.ac.id)

## A. Profil Desa Parahu

Desa parahu termasuk salah satu desa di kecamatan sukamulya kabupaten tangerang, luas wilayah desa parahu yaitu 350 Ha. desa ini memiliki 13.600 jiwa penduduk. Mayoritas penduduk di desa parahu berkerja sebagai karyawan/buruh yang berpenghasilan rata-rata UMR Rp. 3.600.000/bulan.

## B. Dampak signifikan pandemi covid-19 terhadap perekonomian keluarga di desa parahu kec. Sukamulya, kab. tangerang

### 1. Gambaran Profil Subjek Penelelitian

*Data Profesi Warga Desa Parahu*

Pekerjaan	Presentase
Buruh	45.7%
Wirausaha	10.7%
Wiraswasta	7.1%

Guru/dosen	3.6%
Petani	
TNI/polri	3.5%
PNS	1.5%
Tenaga kesehatan	5.5%
	2.7%
DLL	2.5%
Tidak bekerja	17.9%
Total	100%

*Source: data di olah 2021*

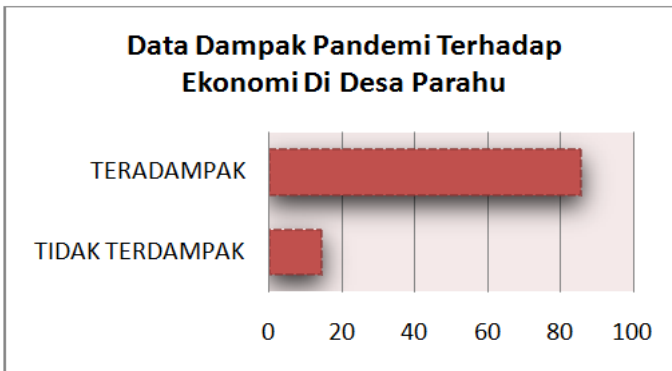
Data hasil kuesioner menunjukkan informasi tentang jumlah profesi keluarga di desa parahu. populasi responden terbanyak yaitu profesi sebagai buruh karena memang daerah desa parahu dekat dengan sektor industry dan perusahaan.

Desa parahu merupakan desa yang makmur di antara indikator kemakmurannya yaitu mayoritas warganya berkerja sebagai buruh yang memiliki pendapatan UMR Rp. 3.600.000/bulan dan 25% jumlah penduduk miskinnya. Desa parahu memiliki 3.600 jiwa penduduk dan 7 perkampungan, sebelum pandemi covid-19 perekonomian di desa ini stabil namun ketika munculnya pandemi pada awal tahun 2019. memporak-porandakan kesejahteraan warganya, jumlah penduduk melesat cepat kemiskinannya, akibat dari penurunan ekonomi yg anjlok, karena banyaknya industri-industri di daerah ini yang

bangkrut mengakibatkan banyaknya buruh yang di PHK, hal ini memengaruhi kepada penduduk masyarakat desa perahu yang mayoritas masyarakat sebagai buruh sangat merasakan dampak signifikan yang terjadi saat ini terhadap ekonomi keluarganya.

## 2. Gambaran Profil Subjek Penelitian

Data Warga Desa Parahu yang terdampak pandemi covid-19 terhadap ekonomi



Source: data di olah 2021

Pada bulan agustus 2021, berdasarkan hasil pendataan kuesioner di desa parahu kec. Sukamulya, terdapat banyak warga Desa yang terdampak pandemi covid-19 terhadap perekonomian keluarganya. Hasil pendataan ini menetapkan bahwa 85.7% warga yang terdampak pandemi dan 14.3% warga yang tidak terdampak terhadap perekonomian keluarganya.

Dari data yang di dapatakan oleh peneliti bahwa mayoritas warga yang terdampak banyak yang berkerja



sebagai buruh dari perusahaan dan industri. karena kepailitan sektor perusahaan dan industri menimbulkan banyaknya karyawan/buruh yang di PHK. Hal itu mengakibatkan penurunan perekonomian bagi masyarakat di desa parahu. Potret penurunan ekonomi seperti ini juga dialami oleh para kepala keluarga dan para Pengusaha mikro (kecil) atau menengah (UMKM) juga terdampak pandemi covid-19.

Seperti yang di alami oleh pak abdan seorang pengusaha perternakan budidaya lele, biasanya sebelum pandemi pak abdan menjual 27-30 kg ikan per hari tetapi saat ini telah menyusut hingga 18-20 kg saja, dan jumlah itu baru habis terjual dalam 2-4 hari alhasil keuntungan pak abdan terpengkas dari 200-250 perhari menjadi sekitar 50-100.000 per-hari.<sup>4</sup> Akibat dari penurunan pendapatan mengharuskan pak abdan meminimlaisir keuangan keluarganya agar mampu menunjang kehidupan.

Dan Seperti juga yang di alami oleh pak maulana, akibat dari pandemi covid-19 pak maul mengalami PHK di tempat kerjanya, pak maul berprofesi sebagai satpam di salah satu perusahaan, akibat dari tutupnya perusahaan tersebut mengakibatkan pak maul di PHK hal ini memeprsurut perekonomian keluarga pak maul, dan sulitnya perekonomian membuat kleuarga pak maul

---

4) Abdan fauzan, Warga Desa Parahu Kecamatan Sukamulya Kab. Tangerang, Wawancara Dengan Penulis Dikantornya, Tanggal 19 Agustus 2021

berupaya untuk mempertahankan ekonomi keluarganya.<sup>5</sup>

Menurut bapak yopi koslanudin selaku Kepala Desa parahu, “penanganan terhadap Covid-19 tidak hanya dilihat pada aspek penyakit, penularannya dan pencegahannya saja tapi juga terhadap dampak sosial ekonomi masyarakat yang paling terasa saat ini. Terutama yang berdampak pada para pekerja yang menggantungkan hidupnya dengan pendapatan harian atau tidak pasti. Seperti UMKM mikro, ojek dan yang lainnya. Untuk itu, salah satu strategi untuk membantu meringankan kebutuhan harian warga yang terdampak Covid-19 dengan menyalurkan bantuan sosial. Hal Ini kita lakukan secara merata ke setiap kampung di desa parahu” terang pak yopi pada saat menyalurkan bantuan kepada warga desa parahu.<sup>6</sup>

Berdasarkan data di atas, desa parahu kec sukamulya kab. Tangerang telah mengalami dampak signifikan covid-19 terhadap penurunan perkonomian keluarga hal itu dilihat dari 85% warga desa Parahu menyatakan terdampak penurunan ekonomi. Implikasi covid terhadap ekonomi yaitu warga masyarakat yang banyak mengalami PHK an. Akibat bangkrut nya sektor-sektor industri dan perusahaan, sektor ini menjadi dampak yang besar

---

5) Maulana, Warga Desa Parahu Kecamatan Sukamulya Kab. Tangerang, Wawancara Dengan Penulis Dikantornya, Tanggal 19 Agustus 2021.

6) Yopi Koslanudin, Kepala Desa Parahu Kecamatan Sukamulya Kab. Tangerang, Wawancara Dengan Penulis Dikantornya, Tanggal 19 Agustus 2021.

terhadap masyarakat karena mayoritas pekerjaan warga sebagai buruh. hal ini menjadi sebuah tantangan bagi setiap keluarga untuk mempertahankan perekonomian.

### **C. Dampak Signifikan Covid-19 Terhadap Ekonomi Keluarga**

Covid-19 menyebar luas di seluruh lini kehidupan masyarakat dan hal itu berdampak kecemasan terhadap masyarakat yang berlarut panjang dalam memenuhi kebutuhan kehidupan, saat ini kehidupan masyarakat tidak lagi menjadi stabil, karena sebagian masyarakat tidak bekerja seperti biasanya, oleh karena itu menjadikan sulitnya perekonomian kehidupan di dalam masyarakat. Semua sector kerja masyarakat terdampak pandemi covid-19, baik yang kerja secara informal dengan pendapatan (harian atau tidak pasti) dan masyarakat yang kerja secara formal juga mengalami penurunan pendapatan yang relatif rendah.

Dengan munculnya pandemi COVID-19 saat ini, dampaknya terasa di seluruh dunia, terutama pada sektor ekonomi dan industri. Hal ini memaksa pengusaha untuk mencari celah baru dalam memperthankan perekonomian dan mampu menghadapi tantangan ekonomi baru yang dapat membantu membangun kembali ekonomi yang telah menurun akibat dari pandemi.

Pandemi covid-19 saat ini (tahun 2020-2021) menjadikan peta perekonomian mengalami perubahan

yang signifikan. Hampir 90% perekonomian mengalami penurunan yang sangat tajam. Baik itu di sektor UMKM mikro dan makro, BUMDes, BUMD, perusahaan korporasi yang multinasional, maupun stratup company hingga kewilayahan ekonomi.<sup>7</sup>

Selama hampir 2 tahun sejak munculnya pandemi covid-19 hal ini sangat memukul perekonomian di Indonesia. mengakibatkan menlonjaknya pengangguran karena penurunan perekonomian industri, pendidikan, transportasi dan lain sebagainya. Hal itu berdampak terhadap ekonomi kehidupan masyarakat terutama dalam bidang rumah tangga dan UMKM. Selain itu, akibat memburuknya situasi keuangan keluarga, hal ini akan memicu penurunan imun tubuh sehingga mudah terpapar virus COVID-19, dan mengakibatkan pula kekebalan tubuh yang melemah, dan ekonomi keluarga yang sulit akan menimbulkan dilema keluarga dalam menjalankan dan mempertahankan kehidupan sehari-hari.

Kemudian perekonomian yang menurun tajam mengakibatkan kesejahteraan rumah tangga mengalami tekanan psikologis, sehingga ketahanan imun keluarga menurun drastis. Tanpa kita sadari, kondisi saat ini yang membuat pelaku ekonomi rumah tangga dihadapkan pada situasi yang sulit. Dengan aturan yang mengharuskan

---

7) Heri Cahyo Bagus Setiawan DKK, *Redesign Bisnis Pasca Pandemi Covid-19*, (Sidoarjo : Graha Tirta Estase Bougenville 69 Waru) 2020, h. 2

untuk tetap berada dirumah, mengikuti pertunjuk protokol kesehatan, Atau mengambil langkah inisiatif berkerja untuk dapat memperthanakan perekonomian keluarga. sehingga dalam kondisi dilema saat ini. Tidak dapat dipungkiri apabila sektor ekonomi rumah tangga rawan terdampak pandemi covid-19.<sup>8</sup>

Namun jika kita lihat yang menjadi Pusat perhatian besar saat ini adalah pendapatan keluarga, karena hal itu menjadi ujung tombak perekonomian kehidupan. Ekonomi keluarga memiliki peran yang signifikan terhadap perekonomian makro/mikro, dari ekonomi keluargalah siklus perekonomian dapat berjalan dengan lancar. Seperti Penawaran dan permintaan (uang/barang) dapat kita lihat hal itu bersumber dari ekonomi keluarga, dan pada saat pandemi seperti ini yang terdampak besar yaitu adalah perekonomian rumah tangga, terutama untuk Keluarga yang perekonomiannya menengah ke bawah hal itu sangat terasa dampaknya.

Dampak penurunan ekonomi tersebut dimulai dari adanya kebijakan pemerintah untuk mengurangi aktivitas di luar rumah seperti: stay at home, social-distencing, PSBB dan PPKM yang saat ini sedang berjalan untuk mencegah penyebaran dan meminimalisir klaster baru pandemi covid-19, sehingga berdampak terhadap siklus

---

8) Peter Garlans Sina, “Ekonomi Rumah Tangga Di Era Pandemi Covid-19” *journal of management (SME’s)*, Vol. 12, No. 21 (2020), h. 240.

perputaran perekonomian dan meningkatkan sangat tajam pengangguran di Indonesia, dalam hal ini sebagian kepala keluarga kehilangan pekerjaannya dan tidak memiliki penghasilan. walaupun pemerintah telah mengeluarkan bantuan-bantuan, namun hal itu tidak menjadi tergantung masyarakat dalam mempertahankan perekonomian keluarganya, karena sifat bantuan itu sementara dan terbatas. Oleh karena itu masyarakat harus mencari cara untuk mempertahankan perekonomian keluarga kembali. namun untuk memulai pekerjaan dan untuk memperbaiki ekonomi keluarga menjadi hal yang sulit pada saat ini, banyak kendala yang harus di hadapi, antara lain perlunya modal dan pemasaran yang tepat. Selain itu peran pemerintah sangat besar untuk membangkitkan perkonomian keluarga kembali. Saat ini mereka yang berkerja di sektor UMKM, perusahaan dan industri sangat merasakan dampak dari penurunan ekonomi, terutama bagi kepala rumah tangga, yang berperan penting dalam mempertahankan perekonomian keluarga .

#### **D. Upaya menciptakan keluarga tangguh bencana covid-19 terhadap ketahanan ekonomi keluarga**

##### **Keluarga tangguh bencana**

Keluarga Tangguh Bencana (KATANA) merupakan kelanjutan dari program Desa Tangguh Bencana (DESTANA) yang sebelumnya digagas oleh BNPB. Keluarga tangguh bencana adalah keluarga yang terdaftar

di BNPB karena memenuhi standar ketangguhan. berupa kesadaran, pengetahuan dan keterampilan untuk mengurangi korban pada saat terjadi bencana.

Keluarga dapat diakui sebagai garda terdepan dalam melawan penyebaran virus di masa covid-19 saat ini. Dimulai dari keluargalah kita meminimalisir penyebaran virus, dengan mengikuti prosedur medis yang diperintahkan pemerintah: memakai masker, mencuci tangan dengan sabun, menjaga jarak, menghindari keramaian, dan mengurangi mobilitas di luar rumah. Hal ini Yang harus diimplementasikan oleh setiap keluarga. BNPB telah menciptakan keluarga tangguh bencana, Yang artinya semua dimulai dari keluarga. Seperti halnya yang dialami saat ini pandemi covid-19, kesiapsiagaan harus dilakukan dari keluarga. Setiap anggota keluarga perlu mengetahui resiko-resiko bencana yang terjadi di rumah dan sekitar lingkuannya. agar mengurangi korban dan kerugian di dalam keluarga itu sendiri. Seperti bencana pandemi covid-19 yang saat ini kita alami.

Pandemi COVID-19 saat ini sangat mempengaruhi perekonomian Indonesia. Memperlambat ekonomi hingga resesi. Berdampak terhadap sektor ekonomi rumah tangga. Karena pendapatan keluarga mengalami stagnasi dan ketidakstabilan. Oleh karena itu, ketahanan ekonomi keluarga dalam kehidupan merupakan garis pertahanan yang sangat kuat bagi bangsa Indonesia, terutama dalam menghadapi berbagai tuntutan kebutuhan ekonomi

keluarga. Peran keluarga terutama orang tua sangat penting dalam menciptakan ketangguhan keluarga untuk dapat membentuk ketahanan ekonomi keluarga yang baik. Kemampuan menciptakan ketangguhan keluarga menjadi satu hal yang harus diupayakan.

Ketahanan keluarga merupakan kondisi ketangguhan yang dimiliki oleh suatu keluarga. ketangguhan dan kedaulatan secara fisik, psikis, mental, emosional dan spiritual. Sehingga bisa mewujudkan kehidupan yang mandiri, mengembangkan diri dan keluarganya sehingga terbangun keluarga yang sejahtera lahir dan batin. kedisiplinan yang menerapkan protokol kesehatan harus dilakukan setiap orang untuk menjaga kesehatan mendukung aktivitas kerjanya. Adapun isi dari prosedur kesehatan tersebut adalah sebagai berikut:





### 1) Jaga kebersihan tangan

Menjaga kebersihan tangan, jika permukaan tangan tampak kotor cucilah dengan hand sanitizer atau pembersih tangan. Namun, jika tangan kotor, cucilah dengan sabun dan air mengalir dan jangan menyentuh wajah, terutama mulut, mata, dan hidung. Hal ini dikarenakan virus dapat menempel pada aktivitas yang kita lakukan. Oleh karena itu, penting untuk menjaga tangan agar bersih setiap saat.

### 2) Terapkan etika batuk dan bersin

Etika batuk dan bersin harus di implementasikan disekitar kita. Caranya adalah menutupi mulut dan hidung dengan tangan ketika bersin atau batuk. Dan bisa dengan menggunakan lap kain, tetapi harus segera dibuang atau dicuci.

### 3) Menggunakan masker

Orang dengan gejala pernapasan harus selalu memakai masker medis. Jika tidak memiliki gejala, silakan gunakan masker non-medis.

### 4) Jaga Jarak Untuk menghindari terpapar virus,

Diharuskan bagi kita untuk selalu menjaga jarak minimal 1 meter dari orang lain. Dan hindari keramaian. Saat bekerja di luar rumah atau di tempat umum, physical distancing merupakan langkah untuk menghindari penyebaran virus COVID-19.

## 5) Karantina atau isolasi mandiri

Jika merasa tidak sehat, segeralah isolasi diumah dengan hati-hati. Untuk meminimalisir penyebaran virus.

## 6) Menjaga kesehatan

Menjaga kesehatan tubuh, dengan Berjemur, makanan bergizi dan seimbangkan dengan aktivitas fisik ringan membantu menjaga kesehatan fisik yang baik. Perlu juga mendapatkan istirahat yang cukup. Menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh sangat penting. Dengan tetap sehat dan bugar, kita dapat terhindar dari serangan virus COVID-19 dan melanjutkan kehidupan sehari-hari.<sup>9</sup>

## **Ketahanan ekonomi keluarga**

Ketahanan ekonomi keluarga dipahami sebagai keadaan dinamis keluarga, yang mengakui ketahanan dan fungsinya dalam menghadapi berbagai tantangan, ancaman, dan hambatan eksternal dan internal, Perekonomian keluarga baik secara langsung maupun secara tidak langsung hal ini sangat membahayakan kelangsungan ekonomi keluarga. Sebagai unit terkecil di dalam negara, keluarga dengan kekuatan ekonomi yang kokoh menciptakan basis ekonomi yang kokoh bagi negara (wulandari2017).

---

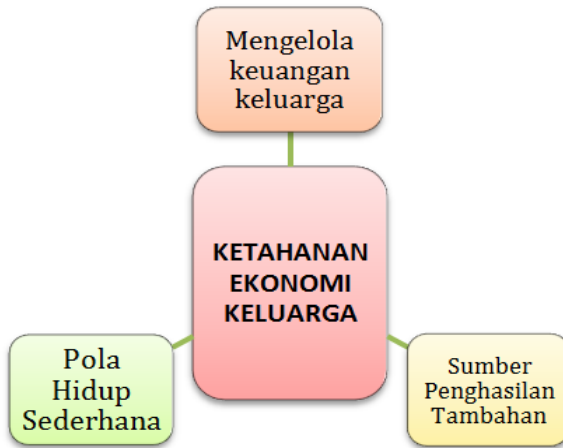
9) Peter Garlans Sina, “Ekonomi Rumah Tangga Di Era Pandemi Covid-19” *journal of management (SME’s)*, Vol. 12, No. 21 (2020), h. 249.

Ketahanan ekonomi keluarga terkait erat dengan kemampuannya mengelola ekonomi keluarga, sehingga tingkat terendah pun dapat memenuhi kebutuhan dasar akan makanan, tempat tinggal, dan sandang. Kondisi ini membutuhkan sumber pendapatan keluarga. Sumber penghasilan tidak harus pegawai pemerintah atau swasta, tapi berwirausaha juga bisa menimbulkan penghasilan yang tidak terduga. Tujuannya jelas untuk bisa mencukupi kebutuhan keluarga. kemudian memanfaatkan lahan di sekitar rumah untuk kegiatan produktif juga sangat membantu dalam meningkatkan ketahanan keluarga. Ada banyak alternatif lain yang dapat pertimbangan untuk mengatasi kendala keuangan keluarga.<sup>10</sup>

Terdapat berbagai tujuan dalam Menjaga ketahanan ekonomi rumah tangga. Seperti: meningkatkan kesejahteraan keluarga dan menjadi contoh bagi anak-anak. Dengan mengelola ekonomi keluarga dengan baik dapat mengarahkan anak untuk mengatur keuangan keluarga dengan baik pula. Hal ini dimaksudkan untuk memberikan pendidikan kepada anak-anak agar menjadi generasi yang produktif dan sejahtera serta tentunya agar menjadi pribadi yang mandiri di masa depan. (BKKBN, 201 ).

---

10) Hibana, “Meningkatkan Ketahanan Keluarga Di Masa Pandemi Corona.” (Skripsi Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2020), H. 8.



Kemudian juga Terdapat 3 langkah yang dilakukan warga desa parahu untuk menjaga ketahanan Ekonomi Keluarga yaitu:

1. mengelola Keuangan Keluarga

Berdasarkan data hasil penelelitian di desa parahu bahwa indikator untuk mempertahankan perekonomian keluarga di tengah pandemi yaitu mengelola keuangan dengan sebaik mungkin. Untuk mengelola rumah tangga dengan baik, memerlukan gaya hidup sederhana yang harus diterapkan oleh orang tua dan anak. Bagaimana mengingat pentingnya belajar hidup sederhana dan tidak boros. Selain itu Akan lebih baik jika kita dapat memiliki sumber pendapatan tambahan dan investasi keluarga sehingga di harapkan dapat menjaga ketahanan keuangan keluarga sekarang dan di masa depan.

Di masa pandemi saat ini, keluarga harus bisa mengelola keuangan dengan sebaik mungkin, karena hal itu menjadi tuntutan dalam mempertahankan perekonomian keluarga. pandemi covid-19 saat ini menjadikan semua hal menjadi sulit dalam beberapa waktu kebelakang. Menuntut kita untuk lebih efektif dalam mengelola keuangan, jika suatu keluarga tidak bisa mengaplikasikan cara mengelola keuangan dengan baik, hal ini akan berpotensi membuat suatu keluarga kesulitan dalam memenuhi kebutuhan.

Seperti halnya yang di alami oleh bu suhaeti warga desa parahu. Pada masa pandemi saat ini harga dari kebutuhan pokok dan kebutuhan lainnya semakin meningkat tinggi setiap tahunnya. Sementara jumlah pendapatan penghasilan cenderung stagnan. Oleh sebab itu upaya yang ibu suhaeti lakukan untuk mempertahankan perekonomian keluarganya yaitu dengan mengatur alokasi pengeluaran rumah tangganya dengan proposi maksimal 60% untuk kebutuhan rumah tangga yang bersifat rutin atau primer dan 40% untuk kebutuhan lainnya (sekunder)<sup>11</sup>

Mengelola Keuangan keluarga dengan efisien adalah salah satu kunci kesejahteraan keluarga. karena mengatur keuangan keluarga atau rumah tangga lebih rumit dibandingkan mengatur keuangan individu, hal ini melibatkan banyak orang, termasuk suami, istri, dan

---

11) Suhaeti, Warga Desa Parahu Kecamatan Sukamulya Kab. Tangerang, Wawancara Dengan Penulis Dikantornya, Tanggal 19 Agustus 2021.

anak-anak. Jika pengaturan keuangan keluarga ini berjalan dengan baik, maka beruntunglah anggota keluarga. Tetapi jika pengaturan keuangan keluarga tidak baik, Maka akan tidak stabil terhadap pengelolaan keuangan rumah tangga.

Terdapat 6 tips cara mengelola keuangan rumah tangga dengan efisien.



- a) Mengetahui detail pemasukan dan pengeluaran
- b) Pangkas kebutuhan tidak penting
- c) Jangan tunda membayar semua kewajiban
- d) Menabung dan investasi
- e) Miliki asuransi
- f) Kurangi kebiasaan jajan<sup>12</sup>

12) “Jurus Jitu Menegelola Keuangan Keluarga” [https://www.Car.Co.Id/Id/Ruang-Publik/Tips\\_Trik/Carefinance/Mengelola-Keuangan-Keluarga](https://www.Car.Co.Id/Id/Ruang-Publik/Tips_Trik/Carefinance/Mengelola-Keuangan-Keluarga)

Dari cara di atas dapat kita implementasikan dalam keluarga untuk menjaga kestabilan perekonomian keluarga.

## 2. Pola Hidup Sederhana

Dari hasil data yang peneliti dapatkan di desa parahu bahwa indikator kedua dalam mempertahankan perekonomian keluarga di tengah pandemi covid-19 yaitu Pola hidup sederhana, kesederhanaan adalah kebiasaan dan perilaku masyarakat sehari-hari dan tidak berlebihan serta disesuaikan dengan kebutuhan dan keterampilan. Hidup sederhana bukan berarti miskin, tetapi hidup sederhana yaitu hidup sesuai dengan kebutuhan dan tidak berlebihan. Namun dapat disadari bahwa tidak semua orang memiliki standar hidup sederhana yang sama. Hidup sederhana bukan berarti tidak mampu dan berpenampilan apa adanya, bukan pula hubungannya dengan kemampuan finansial. Hal ini merupakan perilaku atau pilihan hidup yang lebih profesionalitas. Nilai-nilai seperti ini harus dapat ditanamkan pada setiap keluarga. Dan hal ini sebagai tugas bagi orang tua. Karena kesederhanaan akan melahirkan kenyamanan dan kebahagiaan-kebahagiaan agar dapat menumbuhkan kebermaknaan.

Pandemi covid-19 saat ini telah menuntun kita pada perilaku hidup yang berbeda lebih sederhana. Kehadirannya mampu mengasah kepekaan setiap keluarga untuk mengutamakan hal-hal yang sifatnya lebih

prioritas agar mampu mempertahankan perekonomian keluarga di masa yang sulit saat ini. Hal yang dapat kita lakukan untuk mencapai gaya hidup sederhana, tidak perlu membeli pakaian mewah, barang-barang yang tidak terlalu penting, perhiasan dan semaksimal mungkin untuk memasak di rumah, bahkan meskipun kita memiliki kemampuan yang cukup untuk membayar. kemudian dengan selalu bersyukur dan bersabar. Hal ini pula yang dapat dilakukan untuk menerapkan hidup sederhana dalam sebuah keluarga .

Seperti yang di lakukan oleh ibu Halimah salah satu warga desa parahu ia menerapkan pola hidup sederhana di dalam kehidupan rumah tangganya. Dengan menerapkan kesederhanaan seperti mengurangi makan diluar rumah dan membeli sesuatu yang tidak diperlukan oleh keluarganya, akhirnya hal itu menjadikan stabilitas dalam pengelolaan keuangan rumah tangga. walaupun saat ini sangat terasa sekali dampak bencana pandemi terhadap perekonomian rumah tangganya.<sup>13</sup>

### 3. Memiliki Sumber Penghasilan Tambahan

Dari data hasil peneliti dapatkan didesa parahu bahwa indikator ketiga untuk mempertahankan perekonomian

---

13) Halimah, Warga Desa Parahu Kecamatan Sukamulya Kab. Tangerang, Wawancara Dengan Penulis Dikantornya, Tanggal 19 Agustus 2021.



keluarga ditengah pandemi yaitu penghasilan tambahan. Hal Ini sangat diperlukan bagi orang tua (interdisipliner) untuk memenuhi dan mendukung beragam kebutuhan keluarga mereka. Memang jumlah kebutuhan keluarga bisa terus bertambah, meskipun pendapatan yang diterima Itu tidak sesuai dengan kebutuhan keluarga yang terus meningkat. Oleh karena itu, salah satu strateginya adalah meningkatkan pendapatan dengan penghasilan tambahan. Ada beberapa cara untuk mendapatkan sumber penghasilan tambahan. seperti membuka bisnis, baik itu bisnis online atau offline, bisnis yang sesuai dengan minat dan Peluang yang ada di sekitar kita.

Di tengah pandemi saat ini tekanan ekonomi dari pandemi covid-19 mengakibatkan setiap orang perlu kreatif untuk menambah dan menunjang penghasilan. Seperti memiliki usaha sampingan atau usaha yang menghasilkan passive-income menjadi salah satu pilihan masyarakat di masa pandemi saat ini. Banyak ragam bisnis yang dapat menambahkan passive-income yaitu seperti :

a. Mengembangkan jasa atau skill

Semua orang tentu saja mempunyai skill yang dapat diasah dan dikembangkan, Pada pandemi saat ini yang menurunkan perekonomian keluarga. kita bisa mengembangkan skill untuk menabahkan pendapatan, seperti freelance-online, Kita dapat berkerja secara freelance-online melalui media yang mempertemukan antara freelancer dengan klien. Para pekerja bisa

menyalurkan skillnya untuk mengerjakan sesuatu. Seperti mengerjakan menulis, editing video dan lainnya. Maka pekerja tidak perlu lagi keluar rumah atau meminimalisir mobilisasi diluar rumah, karena pekerjaan ini lebih fleksibel dalam waktu dan tempat. Dibandingkan dengan harus bekerja secara konvensional. <sup>14</sup>

b. Membuka bisnis mikro

Membuka bisnis kecil-kecilan dapat menambahkan penghasilan keluarga. membuka usaha sendiri seperti menjual barang-barang yang dibutuhkan oleh masyarakat pada masa pandemi ini. Contohnya seperti menjual masker, pada saat ini masker menjadi barang yang memiliki daya beli tinggi. Tingginya permintaan masker membuat harganya melambung tinggi hal ini bisa dimanfaatkan oleh pekerja dengan memproduksi masker sendiri yang terbuat dari kain misalnya. harga masker yang diproduksi sendiri relatif lebih murah oleh karena itu menambahkan minat masyarakat untuk membelinya. Karena setiap orang diharuskan memakai masker untuk menjaga protokol kesehatan. Disinilah peluang yang dapat diambil, para pekerja atau keluarga yang terdampak ekonominya. Dapat mengambil peluang seperti ini. Hal ini juga dapat membantu memperbaiki perekonomian keluarga dan perekonomian Indonesia dengan penyediaan

---

14) Minda, “*antisipasi resesi dan krisis pangan akibat pandemi*”, (Aceh : Syiah Kuala University Press) 2020, h.8

masker dengan harga lebih terjangkau.<sup>15</sup>

c. Menabung reksadana

Menabung reksadana juga dapat menambah pendapatan keluarga, reksadana dapat menjadi pilihan yang menarik pada pandemi saat ini, karena dengan modal kecil pun bisa mendapatkan penghasilan (return) yang lumayan untuk menambahkan penghasilan dan tabungan. jenis investasi seperti ini juga disarankan untuk dilakukan oleh kaum muda, gaya hidup yang semakin tinggi, sulitnya bagi kaum muda atau milenial untuk menabung. Jenisnya pun beragam dan dapat di sesuaikan dengan kebutuhan.<sup>16</sup>

## Kesimpulan

Implikasi dari adanya pandemi covid-19 sangat memengaruhi perekonomian keluarga di desa parahu kecamatan sukamulya kabupaten tangerang. Covid-19 menjadikan masyarakat harus kehilangan pekerjaan dan tidak mendapatkan pendapatan sama sekali. Dampak signifikan dari pandemi ini yaitu penurunan perekonomian keluarga yang begitu derastis di rasakan oleh 83% warga di desa parahu. Sehingga menjadikan warga untuk bisa beradaptasi pada masa yang sulit saat ini. Penurunan pendapatan penghasilan ekonomi keluarga

---

15) Minda, “*antisipasi resesi dan krisis pangan akibat pandemi*”, (Aceh : Syiah Kuala University Press) 2020, h.8

16) “Cara menambah penghasilan tambahan di tengah pandemi corona <https://personalfinance.kontan.co.id/news/cara-menambah-penghasilan-di-tengah-pandemi-corona>, agst 23 2021.

sangat berpengaruh terhadap ketahanan perekonomian demi memenuhi keberlangsungan kehidupan setiap keluarga.

Upaya yang dilakukan warga desa parahu selama masa pandemi covid-19 yaitu menciptakan ketangguhan keluarga, karena di masa yang sulit saat ini setiap keluarga harus mampu menghadapi bencana pandemi covid-19 untuk mengurangi korban jiwa dan kerugian dalam keluarga itu sendiri, oleh karena itu mengembangkan pengetahuan, kesediaan, dan keterampilan dalam mengahdapi resiko bencana perlu diciptakan dalam keluarga pada masa pandemi saat ini.

Dalam pandemi covid-19 saat ini yang menjadi pusat perhatian pemerintah adalah sektor perekonomian keluarga, karena dari keluarga lah siklus perekonomian dimulai. Strategi warga desa parahu untuk mempertahankan perekonomian keluarganya dengan menciptakan ketangguhan keluarga dengan cara menegnali resiko bencana pandemi covid-19, menerapkan protokol kesehatan dan menciptakan inovasi baru untuk mempertahankan perekonomian keluarga, seperti mengelola keuangan keluarga, hidup sederhana dan memiliki sumber pengahsilan tambahan.

# BIDANG LINGKUNGAN

Oleh : Siti Robiatul Adawiyah

Email : [siti.robiatul.adawiyah.student@uinbanten.ac.id](mailto:siti.robiatul.adawiyah.student@uinbanten.ac.id)

## A. Mewujudkan Keluarga Tangguh Bencana Akibat Dampak Lingkungan Covid-19 di Kabupaten Tangerang

Pada masa pandemic covid 19 ini keluarga menjadi isu yang sangat besar dan penting untuk dibahas. Karena keluarga merupakan kelompok sosial terkecil dalam masyarakat, maka peranannya sangat penting dalam menciptakan kualitas sumber daya manusia.<sup>17</sup> Sejak pandemic covid 19 diumumkan oleh WHO ( World Health Organization) sebagai penyakit yang menular ke seluruh dunia termasuk di Indonesia, pemerintah mulai menerapkan sejumlah peraturan guna mencegah laju penularan virus tersebut. Akibat nya dari diberlakukannya sejumlah peraturan tersebut, ada kalanya menimbulkan berbagai reaksi pro dan kontra terhadap masyarakat. Salah

---

17) <https://media.neliti.com/media/publications/114514-ID-keluarga-dalam-kajian-sosiologi.pdf>

satu peraturan yang dikeluarkan oleh pemerintah ditengah pandemic yaitu penetapan PSBB ( Pembatasan Sosial Berskala Besar) yang banyak menuai pro dan kontra dari masyarakat.

Penetapan PSBB ini meliputi di liburkannya sekolah, tempat kerja, pembatasan kegiatan keagamaan dan fasilitas umum. Dari dampak diberlakukannya kebijakan tersebut tentu berdampak pada lingkungan dan keluarga, karena dari kebijakan tersebut banyak pegawai dan karyawan yang diberhentikan oleh perusahaannya karena terdampak dari kebijakan tersebut yang mengakibatkan banyak tempat usaha yang tutup dan perusahaan mulai mengurangi jumlah pegawai untuk meminimalisir anggaran perusahaan tersebut.

Setelah PSBB baru-baru ini pemerintah kembali mengeluarkan kebijakan baru yaitu PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat ) yang berlaku di Pulau Jawa dan Bali yang diklaim pemerintah berbeda dengan PSBB. Pemerintah menyampaikan bahwa pemberlakuan PPKM ini hanya membatasi kegiatan masyarakat di titik-titik yang dianggap sebagai zona merah di wilayah tersebut. Lantas apakah dengan diberlakukannya kebijakan tersebut efektif untuk mengurangi laju penyebaran covid 19?

Melalui tulisan ini penulis akan membahas mengenai dampak lingkungan ditengah pandemic yang menjadi salah satu isu yang penting dibahas khususnya di Kab. Tangerang. Karena dampak pandemic ini bukan

hanya berpengaruh kepada ekonomi dan sosial saja, tetapi berpengaruh atau berdampak pula pada lingkungan. Baik lingkungan bermasyarakat maupun lingkungan hidup.

Selain itu, lingkungan juga menjadi permasalahan yang kompleks karena melibatkan banyak faktor yang bertujuan untuk kelestarian lingkungan. Oleh karena itu lingkungan di tengah merebaknya wabah covid 19 ini memiliki berbagai macam permasalahan. Namun selain permasalahan-permasalahan yang timbul akibat wabah virus covid 19, ada beberapa efek yang mungkin secara tidak langsung berdampak positif bagi masyarakat.

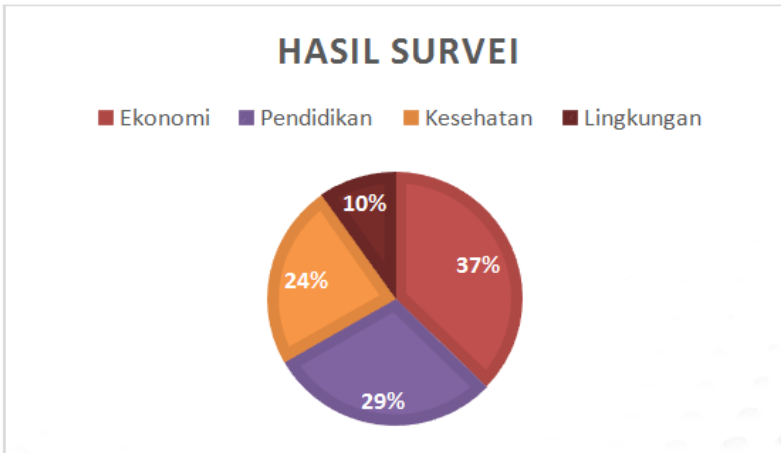
## **B. Pengaruh Lingkungan Terhadap keluarga di Tengah Pandemi Covid 19**

Dampak sistem lingkungan pada keluarga dapat mencakup faktor risiko dan faktor pelindung. Faktor risiko adalah faktor yang dapat mengancam kesejahteraan keluarga, sedangkan faktor pelindung adalah faktor yang mendukung kekuatan dan kesejahteraan keluarga. Pandemi covid 19 ini telah banyak mempengaruhi sistem lingkungan terbesar atau makro sistem dan tentunya dalam lingkungan terkecil pula atau mikro sistem yaitu keluarga.

Keluarga menghadapi berbagai macam perubahan, baik dalam Pendidikan, ekonomi, lingkungan, maupun kesehatan dan juga aspek lainnya yang mempengaruhi kehidupan semua anggota keluarga. Berdasarkan hasil survei yang penulis lakukan pada beberapa anggota

keluarga di Kab. Tangerang, menunjukkan bahwa perubahan ketahanan dalam ekonomi menjadi faktor yang paling terdampak selama pandemic Covid 19. Dari faktor menurunnya ketahanan ekonomi inilah yang akan berdampak pada ketahanan sosial dan psikologis dalam keluarga.

Menurunnya ketahanan ekonomi dalam keluarga ini tentunya akibat dari pemberlakuan kebijakan yang diterapkan selama pandemic, seperti Lockdown, PSBB, PPKM, dan lain sebagainya. Akibatnya banyak orang yang terdampak dari sejumlah peraturan tersebut contoh nya, ditutupnya tempat usaha karena selama pemberlakuan kebijakan tersebut masyarakat dianjurkan tidak keluar rumah kecuali untuk hal yang mendesak saja. Oleh karena itu banyak tempat usaha yang tutup lantaran tidak ada nya pemasukan selama diterapkan kebijakan tersebut.





Berdasarkan hasil survei yang penulis lakukan melalui pengisian kuesioner pada beberapa anggota keluarga dan masyarakat di Kab. Tangerang, menunjukkan data sebagai berikut

Berdasarkan hasil data survei tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat dan anggota keluarga di Kab. Tangerang bahwa perubahan yang paling besar yaitu dalam ekonomi. Tentu saja bahwa perubahan dalam ekonomi ini disebabkan oleh pengaruh lingkungan karena kebijakan yang diterapkan oleh pemerintah ditengah pandemic covid 19.

Covid 19 ini memang merupakan bencana yang menimbulkan kerugian, baik ekonomi maupun sosial yang sangat besar. Melihat luasnya dampak pandemic Covid 19 di berbagai bidang, pemerintah dan berbagai pihak terus bekerja keras untuk menahan dampak dari pandemi tersebut. Kendati demikian, keberhasilan pemerintah dalam menahan dampak pandemic covid 19 ini tidak hanya terletak pada perumusan masalahnya saja, tetapi juga pada intinya agar bagaimana semua pihak dapat menerapkan kebijakan tersebut dengan benar.

Seiring berjalannya waktu, beberapa negara, termasuk Indonesia mulai menetapkan kelonggaran kebijakan terkait mobilitas masyarakat. Misalnya mulai adanya kelonggaran PSBB, kemudian mulai bekerja dikantor, dan juga mulai dibuka nya kembali pusat perbelanjaan dan juga tempat wisata. Tetapi, meskipun

pemerintah telah melonggarkan beberapa kebijakan dan mengeluarkan kebijakan baru, ancaman penularan covid 19 masih tetap ada dan terus berlanjut.

Oleh karena itu, pada kondisi inilah peran keluarga sangat penting untuk saling mengingatkan agar selalu saling mengingatkan supaya patuh dan menjalankan segala aturan yang telah ditetapkan oleh pemerintah. Karena kepatuhan masyarakat dalam menjalankan protocol kesehatan covid 19 sangat dipengaruhi oleh kekuatan sosial dalam keluarga.

Selain berpengaruh pada perekonomian keluarga, pandemic covid ini tentu saja memiliki dampak yang besar terhadap sistem Pendidikan. Pandemic ini menyebabkan dikeluarkan nya kebijakan agar sistem pembelajaran dilakukan dari rumah bagi siswa dan bekerja dari rumah bagi para guru. Tentu saja situasi ini menyebabkan dan menuntut keterlibatan orangtua dalam proses pembelajaran untuk mendampingi anak-anak nya. Dalam hal ini orang tua memiliki peran sebagai guru kedua bagi anak-anak nya dalam belajar dirumah.<sup>18</sup>

---

18)Yulianingsih,W.,Suhanadji,S.,Nugroho,R.,&Mustakim,M.(2020). Keterlibatan Orangtua dalam Pendampingan Belajar Anak Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*,5,(2),1138-1150

### **C. Membangun Ketahanan Keluarga Akibat Dampak Pandemi Covid-19**

Pandemic Covid-19 ini tidak hanya berpengaruh kepada lingkungan saja, tetapi juga pada ketahanan keluarga. Lantas bagaimanakah membangun ketahanan keluarga akibat dampak pandemic covid-19?

Pandemi Covid-19 ini jelas berdampak kepada ketahanan keluarga Indonesia. Semakin baik ketahanan keluarga, semakin baik kemampuan untuk mengatasi dampak epidemi dan perubahan setelah epidemi. Begitu pun sebaliknya, jika keluarga tidak mampu membangun ketahanan keluarga maka tidak bisa menghadapi dampak yang ditimbulkan akibat pandemic dan setelah pandemi.

sebelum kita membahas bagaimana cara membangun ketahanan keluarga akibat dari dampak covid-19, terlebih dahulu kita melakukan survey mengenai apa yang dicemaskan oleh keluarga di Kab.Tangerang selama masa pandemic covid 19 ini.

Selain berpengaruh terhadap ketahanan keluarga, ternyata pandemic covid-19 menciptakan berbagai kecemasan dalam keluarga. Berdasarkan hasil survey terhadap keluarga di Kab. Tangerang, bahwa kecemasan terbesar dalam keluarga yaitu kecemasan akan kondisi ekonomi mereka. Hal ini tentu saja diluar dugaan saya karena saya mengira kecemasan terbesar keluarga yaitu kecemasan akan terpapar virus covid-19. Tetapi hasil survey menunjukkan bahwa kecemasan utama keluarga di

Kab.Tangerang yaitu kecemasan akan kondisi ekonomi mereka yaitu sebesar 85,2%. Sedangkan kecemasan akan terpapar virus Covid-19 yaitu 57,8%.

Meskipun demikian, saya melihat keyakinan bahwa kemampuan sebagian besar keluarga untuk bangkit dari segala akibat yang ditimbulkan Covid-19 ini sangat tinggi. Keluarga merasakan dampak ekonomi akibat pandemi ini dan mempengaruhi kemampuan keluarga untuk beradaptasi. Dalam kondisi seperti ini, kepala keluarga harus tetap memenuhi kebutuhan finansial, menjaga kualitas keluarga, serta menjaga kesehatan dan Pendidikan anak. Tentu saja, ini adalah hal yang berat. Oleh karena itu, intervensi pemerintah di perlukan untuk menjaga ketahanan keluarga dan memenuhi berbagai kebutuhan.

Selain itu, penting adanya pembagian fungsi dalam keluarga terkait fungsi dan peran dari masing-masing anggota keluarga. Misalnya, mulai dari ayah,ibu, sampai anak-anaknya. Dalam hal proses membangun ketahanan keluarga, sangat penting memperhatikan penyelesaian masalah-masalah yang mungkin timbul di dalam keluarga. Keluarga perlu meningkatkan komunikasi diantara para anggota keluarga guna terbangun nya komunikasi yang baik antar anggota keluarga.

Dengan dikeluarkan nya kebijakan pemerintah yang menganjurkan “dirumah aja” seharusnya menjadi hal yang sangat berharga bagi keluarga untuk meningkatkan komunikasi serta kedekatan dan meningkat kan interaksi

antar keluarga. Hal ini tentu saja bisa jadi nilai untuk mencapai sebuah prestasi dan perkembangan individu. Namun disisi lain hal tersebut tidak bisa dicapai apabila dalam keluarga belum optimal dalam keterampilan hidup berkeluarga terbatas<sup>19</sup>.

Ketahanan keluarga merupakan hal yang dinamis. Ketahanan keluarga dimulai dari kehidupan sebelum menikah. Sebelum terjun kedalam pernikahan, sepertinya kita harus memperhatikan persiapan pernikahan. Seperti membandingkan ketahanan keluarga dengan sebuah rumah, tentu saja untuk membangun sebuah rumah diperlukan pondasi dan komponen yang kuat. Hal tersebut juga perlu untuk membangun sebuah keluarga.

Investasi dalam membangun sebuah keluarga sangat perlu untuk membangun ketahanan keluarga. Seperti nilai-nilai, tujuan, dan lain sebagainya. Selain itu kita juga perlu memperhatikan pembagian peran dan fungsi didalam keluarga. Mulai dari ayah, ibu hingga ke anak-anaknya. Keluarga juga perlu memperhatikan komunikasi yang terbangun antar anggota keluarga. Ketahanan keluarga seperti ini, akan memberikan hasil berupa kesejahteraan.<sup>20</sup>

---

19) Sunarti, E. (2021). *Ketahanan Keluarga Indonesia di Masa Pandemi Covid 19*. PT Penerbit IPB Press, 2021. Hal 11

20) "Membangun ketahanan keluarga" <https://www.uui.ac.id/membangun-ketahanan-keluarga/>. 13 agst 2021

## 1. Mempertahankan Keharmonisan Keluarga di Tengah Pandemi

Pandemi Covid-19 ini, dalam beberapa hal memperluas dalam kerentanan dan menyebabkan meningkatnya potensi krisis dalam keluarga. Dengan demikian, perlu adanya antisipasi terhadap potensi krisis tersebut untuk menurunkan dan mencegah potensi krisis didalam keluarga dengan empat cara yaitu, ketahanan fisik, ekonomi, ketahanan psikologis, dan juga yang tidak kalah penting yaitu kelentingan keluarga.

Ketahanan keluarga merupakan hal yang dinamis. Ketahanan keluarga dimulai dari kehidupan sebelum menikah. Sebelum terjun kedalam pernikahan, sepertinya kita harus memperhatikan persiapan pernikahan. Seperti membandingkan ketahanan keluarga dengan sebuah rumah, tentu saja untuk membangun sebuah rumah diperlukan pondasi dan komponen yang kuat. Hal tersebut juga perlu untuk membangun sebuah keluarga.

Pada masa pandemic ini banyak perusahaan yang mengurangi karyawannya sehingga lapangan pekerjaan semakin sulit dan banyak warga yang kesulitan ekonomi. Hal itu menyebabkan keadaan seseorang menjadi tertekan yang akhirnya lari dari tanggung jawab dan moral sehingga akhirnya menyebabkan KDRT di dalam rumah tangga. Dengan keadaan yang demikian menjadi faktor yang kuat untuk mengajukan gugatan cerai ke Pengadilan Agama.

Lantas mempertahankan keharmonisan keluarga di tengah pandemic bagaimana caranya?

Mempertahankan keharmonisan keluarga dimulai dari strategi dan pembagian peran antara suami dan istri didalam keluarga. Jika tidak bisa membagi peran antara kedua nya , maka akan memicu terjadinya pertikaian di antara keluarga yang berdampak kepada rapuhnya ketahanan keluarga dan juga keharmonisan keluarga.

Untuk menjawab permasalahan ini penulis melakukan survey pada sejumlah keluarga di Kabupaten Tangerang mengenai bagaimana upaya yang dilakukan untuk mempertahankan keharmonisan keluarga dari dampak covid-19. Berdasarkan hasil survey tersebut menunjukkan bahwa respon keluarga yang menjawab agar menghindari masalah dan pertengkaran sebesar 89%. Kemudian selanjutnya responden yang menjawab saling mendukung satu sama lain sebesar 90%. Lalu keluarga yang menjawab mencari pekerjaan baru sebesar 75%, dan yang terakhir keluarga yang menjawab menjual barang dan perhiasan nya yaitu sebesar 87%. Selain itu, ada yang perlu diperhatikan yaitu ada juga keluarga yang merespon melampiaskan amarah nya kepada keluarganya akibat dampak yang ditimbulkan pandemic ini. Tentu saja hal ini menyebabkan kerapuhan di dalam rumah tangga.

Kemudian selanjutnya penulis juga melakukan survey mengenai pembagian peran antara suami dan istri dalam hal urusan rumah tangga. Hasil survey

menunjukkan bahwa sebagian besar jawabannya adalah istri yang mendominasi dan peran istri sangat besar dalam mempertahankan keharmonisan dalam keluarga. Hal ini meliputi mulai dari tentang siapa yang melakukan pekerjaan rumah, kemudian dalam mengasuh anak, lalu membeli kebutuhan rumah tangga, dan juga untuk mengingatkan untuk hidup sehat.

Meskipun dalam beberapa hal menunjukkan bahwa suami dan istri hasilnya imbang, tetapi tetap saja lagi-lagi menurut hasil survey istri yang lebih mendominasi. Hal ini menunjukkan bahwa peran istri dalam mempertahankan keharmonisan keluarga sangat besar. Kendati demikian bukan berarti suami tidak memiliki peran untuk mempertahankan keharmonisan keluarga. Hanya saja disini istri yang lebih dominan dibanding suami. Kemudian juga sering kali seorang istri mempunyai peran ganda seperti mencari nafkah selain harus mengurus rumah tangga. Selain peran istri, peran orang tua khususnya peran seorang ibu sangat berpengaruh didalam keluarga. Karena keluarga bisa menjadi Tangguh di dukung oleh peran ibu yang kuat.

Walalupun hasil survey menunjukkan bahwa peran istri ataupun ibu lebih dominan dalam hal mengasuh anak, tetapi peran seorang orang tua, baik ayah ataupun ibu diharapkan bisa secara Bersama-sama memiliki peran yang seimbang dalam hal pengasuhan anak khususnya mendampingi anak dalam belajar. Tanggung jawab



sebagai orang tua tidak dapat dipisahkan. Baik antara ayah ataupun ibu. Keduanya memiliki peran yang sama. Misalnya, untuk memenuhi kebutuhan pangan, ayah harus bekerja mencari nafkah yang halal yang kemudian ibu harus mengolah makanan halal untuk anak. Demikian pula dalam hal mengasuh dan membesarkan anak harus dilakukan dengan kerja sama antara ayah dan ibu. Anak-anak membutuhkan kebersamaan, partisipasi, dan kasih sayang dari orang tua mereka. Orang tua yang tidak saling mendukung dan tidak kooperatif dalam mengasuh anaknya dapat menimbulkan ketidakharmonisan dalam keluarga.

Ketika suami dan istri dapat memahami hak dan kewajiban masing-masing dan menjalankan peran, tanggung jawab, dan fungsinya secara seimbang, keharmonisan keluarga dapat tercapai. Pasangan suami istri saling membantu dan mengalokasikan waktu untuk mengerjakan pekerjaan rumah tangga, termasuk menemani anak belajar di rumah.

Untuk itu perlu terjalin komunikasi yang baik antar pasangan suami istri serta saling mendukung dan menguatkan dalam menghadapi kondisi dan tantangan saat ini. Serta perlu adanya kesepakatan dan perencanaan dengan pasangan suami istri untuk menentukan pengelolaan masa depan, Pendidikan anak, dan keluarga berencana.

Melalui komunikasi yang terbuka setiap keluarga dapat menjalankan fungsi keluarga dengan baik, serta

berharap dapat mencegah penularan dengan tetap menjaga keharmonisan keluarga, dan melindungi seluruh anggota keluarga dari dampak virus Covid-19.

#### **D. Dampak Covid-19 Terhadap Lingkungan.**

Setelah merebaknya virus Covid-19 di Indonesia telah mengubah hidup masyarakat. Segala bentuk kegiatan kini harus menyesuaikan dengan kondisi saat ini guna mengurangi penyebaran Virus Covid-19. Kemudian sejumlah negara pun memutuskan untuk menerapkan karantina wilayah atau lockdown termasuk di Indonesia.

Selama pandemic Covid-19, selain berpengaruh kepada hidup masyarakat, ternyata pandemic juga berpengaruh kepada kondisi lingkungan. Seperti cuaca cerah tanpa dihalangi asap, kemudian jalanan tampak sepi tanpa adanya kemacetan di jalan. Lantas apakah dampak lingkungan tersebut terjadi akibat diterapkannya karantina wilayah atau lockdown?

Menurut penelitian yang dilakukan oleh *European Space Agency* (ESA), menunjukkan bahwa dari data yang didapat melalui satelit menunjukkan adanya pengurangan nitrogen dioksida ( gas polutan udara) di beberapa kota besar di sejumlah negara pada bulan maret 2020 dibandingkan dengan data pada tahun 2019 yang lalu.

Sementara itu kualitas udara di negara Indonesia khususnya di Kabupaten Tangerang yang telah menerapkan sistem lockdown menunjukkan dampak yang signifikan

terhadap lingkungan. Tetapi perlu diperhatikan bahwa kita tidak bisa menyimpulkan bahwa menurunnya polusi udara No2 disebabkan oleh kebijakan lockdown yang dapat memberikan pengaruh yang besar pada lingkungan. Hal ini karena tingkat pencemaran udara itu sendiri dapat berubah sewaktu-waktu. Berdasarkan aktivitas kendaraan bermotor atau industry lalu lintas kendaraan meningkat pada waktu tertentu dari sebelumnya maka, kualitas udara disuatu daerah juga akan berubah. Lain halnya jika selama dan setelah pandemic ini terjadi perubahan gaya hidup secara besar-besaran untuk mengadopsi gaya hidup yang lebih ramah lingkungan.

Isu lingkungan merupakan salah satu permasalahan yang kompleks dan juga melibatkan banyak faktor untuk menjamin kelestarian lingkungan. Sampah merupakan persoalan yang besar ditengah menyebarnya virus Covid-19. Sebagian besar sampah yang disebabkan oleh virus Corona ini yaitu sampah medis. Selain itu, penumpukan sampah medis juga tidak dapat dihindari, kerena upaya penanganan sampah medis ini yang masih sangat terbatas ini menjadikan salah satu faktor yang berdampak besar pada lingkungan. Apabila sampah medis tidak dikelola dengan baik, sampah medis ini bisa menyebabkan penyebaran virus. Oleh karena itu, pengolahan sampah medis ini dibutuhkan protocol khusus dan harus dipatuhi dalam mengelola sampah medis tersebut.

Selain permasalahan sampah medis, sampah plastik juga menjadi permasalahan yang perlu diperhatikan. Sampah plastik sangat perlu diperhatikan terkait pengelolaan saat ini. Hal ini dikarenakan meningkatnya sampah plastik selama pandemic disebabkan oleh sistem lockdown yang mengakibatkan masyarakat memiliki keterbatasan akses untuk keluar rumah dan menyebabkan masyarakat memilih untuk berbelanja via online dari rumah. Hal ini menyebabkan meningkatnya sampah plastik karena saat ini restoran cepat saji, kaffe hanya menerima pesanan antar saja dan menggunakan banyak plastik untuk pengemasan.

Permasalahan sampah plastik ini sudah lama menjadi permasalahan yang besar bagi lingkungan. Karena pengolahan sampah plastik sendiri di Indonesia masih kurang tepat. Kemudian banyak masyarakat yang juga kurang sadarnya akan menjaga kebersihan lingkungan dan masih membuang sampah sembarangan seperti membuang sampah di sungai yang menyebabkan air sungai itu tercemari oleh sampah rumah tangga. Selain itu, sebagian sampah juga masih dibuang di pembuangan akhir dan juga dilaut yang tanpa pengelolaan proses yang lebih lanjut maka dapat merusak ekosistem lingkungan dan laut.

Oleh karena itu, seharusnya dimasa pandemic ini mengharuskan pengelolaan sampah, baik itu sampah medis maupun sampah plastik mendapat perhatian yang lebih baik pada pengelolannya dan juga mengurangi penggunaan plastik. Pandemic Covid-19 telah banyak

mengubah gaya hidup masyarakat dan juga memengaruhi diberbagai aspek kehidupan. Kebijakan yang diterapkan selama pandemic ini telah membatasi segala bentuk aktivitas masyarakat diluar rumah. Melalui berbagai informasi yang menunjukkan bahwa kebijakan yang diterapkan seperti lockdown dan PSBB telah membawa pengaruh yang baik terhadap kualitas udara.

Namun dibalik semua itu sebenarnya muncul permasalahan baru yaitu sampah. Meskipun sebenarnya sampah telah menjadi permasalahan lama, tetapi di masa pandemic ini permasalahan sampah telah meningkat. Meningkatnya sampah medis dan juga sampah plastik disebabkan karena sebagian aktivitas berada dirumah sakit dan dirumah-rumah. Pemerintah perlu adanya tindakan yang strategis dalam menanggapi permasalahan ini sehingga masyarakat dapat memilih opsi yang ramah lingkungan. Karena lingkungan menjadi permasalahan yang penting dan dibutuhkan upaya yang maksimal dan konsisten guna mencegah adanya kerusakan lingkungan.

### 1. Upaya Melestarikan Lingkungan di Masa Pandemi Covid-19

Pada masa pandemic Covid-19 ini manusia telah mengalami perubahan yang begitu cepat dan harus beradaptasi dengan perubahan tersebut. Masyarakat harus mulai menyadari betapa penting nya menjaga kebersihan seperti menerapkan protocol kesehatan, memakai masker, menjaga jarak, menjauhi kerumunan, dan rajin

mencuci tangan. Pada masa pandemic ini masker sudah menjadi kebutuhan utama yang sangat diperlukan ketika hendak beraktivitas diluar rumah.

Akan tetapi akhir-akhir ini penggunaan masker yang sekali pakai yang paling digemari ditengah masyarakat lantaran masker ini mengandung bahan tiga lapis yang sanggup melindungi saluran pernafasan sebanyak kurang lebih 95%. Hal ini tentu saja menjadi persoalan baru lantaran dari data kementrian Lingkungan Hidup & Kehutanan menunjukan Indonesia sudah mengalami peningkatan limbah medis sebesar kurang lebih 30-50% sejak pandemic Covid-19.

Pembuangan limbah masker ini mesti dilakukan dengan benar guna menghindari penularan virus dari masker. Karena virus ini dapat bertahan selama satu hari pada satu hari dikertas karton, lalu tiga hari pada plastik dan stenless steel. Masker ini juga membutuhkan waktu waktu 100 tahun untuk terurai ketanah. Karena kurangnya pengetahuan tentang cara membuang dan pengolahan limbah masker, banyak orang yang membuang masker sekali pakai dengan sembarangan. Padahal hal tersebut dapat menyebabkan tersumbatnya saluran air dan juga mengganggu keseimbangan ekosistem hewan dan lingkungan.

Untuk memutus mata rantai penyebaran wabah virus covid-19, pemerintah memulai berbagai kebijakan selama Era Normal Baru atau yang dikenal dengan istilah Era New Normal. Beberapa kebiasaan baru ini telah banyak

mengubah cara orang dalam menjalankan aktivitasnya. Kebijakan ini secara tidak langsung berlaku untuk sejumlah sector seperti ekonomi, Pendidikan, sosial, dan juga lingkungan. Kebijakan pembelajaran jarak jauh (PJJ) dan penerapan Kerja jarak jauh atau Work from home (WFH) untuk berbagai jenis pekerjaan telah mengurangi semua aktivitas diluar rumah. Hal ini tentunya sangat berdampak positif terhadap penurunan emisi gas rumah kaca (GRK) dari penggunaan angkutan umum dan pribadi.

Dari perubahan lingkungan ini tentu saja merupakan merupakan bagian dari akibat jangka pendek yang disebabkan oleh pandemic covid-19. Satu-satunya solusi yang tepat itu bukan hanya mengurangi segala aktivitas diluar ruangan saja, tetapi saatnya mengembangkan strategi dalam pengelolaan lingkungan yang dapat berkelanjutan. Ada beberapa strategi yang sederhana yang juga efektif dapat diterapkan oleh masyarakat dalam upaya melestarikan lingkungan dimasa pandemic Covid-19 seperti pengolahan air limbah, menanam pohon, dan tidak membakar sampah.

Menjaga kelestarian lingkungan merupakan kewajiban bersama. Walaupun dimasa pandemic ini sebagian besar aktivitas dilakukan dirumah, tetapi tidak berarti kita melupakan kewajiban dalam menjaga lingkungan. Akan tetapi, sebagian besar masyarakat masih minim pengetahuan tentang cara melindungi lingkungan dari tempat tinggal masing-masing.

## 2. Mewujudkan Kesadaran Lingkungan Dalam Keluarga

Berbagai dampak buruk yang ditimbulkan akibat rusaknya lingkungan disekitar kita menjadi hal yang sangat mengkhawatirkan. Kehidupan kita semakin terkena berbagai macam bencana, seperti banjir, tanah longsor, bahkan tumpukan sampah yang semakin mudah ditemukan. Hal ini tentu saja jelas membuktikan bahwa kita semakin kurang memiliki kesadaran lingkungan yang baik.

Berbagai kebiasaan buruk yang kita lakukan menjadi pemicu utamanya, awalnya bukan masalah besar, namun dampak yang ditimbulkannya menjadi sangat besar dan buruk. Kita menghasilkan banyak sampah dan kemudian membuangnya secara sembarangan, yang merupakan salah satu penyebab utama pemanasan global dan perusakan lingkungan disekitar kita.

Kemudian kebutuhan akan tempat tinggal semakin besar dan meningkat yang justru menyebabkan semakin sempit dan terbatasnya ruang terbuka hijau. Berbagai eksploitasi berlebihan juga menyebabkan jutaan hektar hutan ditebang dan diubah menjadi perkebunan dan pemukiman, dimana flora dan fauna dijajah dan perlahan punah. Lantas bagaimana caranya mewujudkan kesadaran lingkungan di dalam keluarga?

### a. Menjadi Tanggung Jawab Bersama

Terlepas dari dampak kehancuran lingkungan di sekitar kita, hampir tidak mungkin untuk kembali ke



keadaan sebelumnya, dan bahkan tidak ada yang bisa melakukannya. Namun, jika situasi ini terus dibiarkan terus berlanjut, maka dapat dipastikan kita akan menghadapi banyak masalah yang lebih serius daripada yang terjadi saat ini. Oleh karena itu, perawatan holistic yang serius diperlukan dan semua orang harus terlibat.

Tidak ada artinya saling menyalahkan atas berbagai dampak buruk kerusakan lingkungan yang kita alami saat ini. Memperbaiki dan berusaha tidak mengulangi kesalahan yang sama adalah langkah yang paling tepat. Kita bisa mulai dengan kesadaran lingkungan keluarga, karena semuanya akan dimulai dari sana.

b. Kampanye Kesadaran Lingkungan Oleh Orang Tua

Dalam sebuah keluarga, orangtua merupakan kepala keluarga dan juga berperan sebagai pemimpin didalam sebuah rumah tangga. Dalam sebuah keluarga terdapat kebijakan dan orang tua memiliki kekuasaan dalam mengatur kebijakan tersebut sehingga para anggota keluarga dapat menjalankan kebijakan yang ada didalam keluarga. Sehingga peran orang tua sangat penting dalam kampanye kesadaran lingkungan didalam keluarga.

Kampanye lingkungan oleh orang tua ini dapat dimulai dengan melakukan hal-hal kecil yang mudah di tiru dan kemudian dapat menjadi contoh bagi anggota keluarga. Dengan demikian semua anggota keluarga dapat berperan aktif dalam melaksanakan kegiatan tersebut. Seperti mulai dari membiasakan diri membuang sampah

pada tempatnya, kemudian mengurangi penggunaan bahan plastik yang, lalu menanam beberapa tanaman disekitar lingkungan rumah, dan berbagai kegiatan lainnya yang mudah ditiru sehingga anggota keluarga bisa mencontohnya.

c. Kampanye Lingkungan Oleh Anak

Dalam membangun kesadaran akan lingkungan, perlu juga melibatkan anak didalam kegiatan ini. Karena membangun kesadaran lingkungan pada anak sangat penting dan bagus dampaknya kepada kehidupannya dimasa yang akan datang. Ada baiknya melibatkan anak dalam hal ini sejak usia dini, sehingga anak dapat mempunyai kehidupan yang baik kelak.

Membangun kesadaran lingkungan pada anak tidak hanya dilakukan oleh orangtua saja, tapi juga guru disekolah. Konsep yang guru ajarkan disekolah kepada anak dalam upaya membangun kesadaran lingkungan dapat berupa Pendidikan, seperti Pendidikan alam, atau Pendidikan yang berbasis alam dan juga berbagai metode lainnya.<sup>21</sup>

---

21) Kusumawardani, R. R. W. A., & Kuswanto, K (2020). Membangun kesadaran lingkungan melalui ekopedagogik pada anak usia diniberlandaskan konsep Jan Ligthart. *Jurnal Pendidikan anak*, 9(2), 94-99

# BIDANG KEAGAMAAN

Oleh : Subhi Rosidah

Email : [Subhi.rosidah.student@uinbanten.ac.id](mailto:Subhi.rosidah.student@uinbanten.ac.id)

---

Negara-negara di dunia pada saat ini tengah mengalami pandemi covid 19, virus yang dimulai di akhir tahun 2019 berasal dari kota wuhan di negara China yang menyebabkan beberapa negara terkena dampaknya tidak terkecuali, negara Indonesia sehingga menjadikan beberapa kegiatan pendidikan, keagamaan, ekonomi dan lain-lain mengalami perubahan yang dimana kita harus mengikuti anjuran pemerintah untuk mengikuti protokol kesehatan. Sehingga, membuat semua kegiatan normal yang biasa kita lakukan secara offline menjadi semua serba online/daring.

KKN-DR (Kuliah Kerja Nyata-Dari Rumah) ini tetap tidak menghalangi kegiatan yang dilakukan sebagaimana mestinya. Tujuan dari kegiatan KKN ini yaitu, supaya mahasiswanya bisa berguna bagi masyarakat di lingkungan sekitarnya dan juga Kegiatan ini dilakukan sesuai dengan syarat yang telah ditentukan, bisa dilakukan dengan kajian

pustaka bisa juga dilakukan dengan melakukan penelitian dengan cara observasi dan wawancara di lingkungan sekitar.

Tulisan ini menggunakan metode penelitian lapangan dan bersumber dari masyarakat yang menjadi narasumber untuk mendapatkan jawaban dari problematika atau disebut *phenomenological research* terkait optimalisasi keluarga tangguh bencana pada masa pandemi covid-19 di kabupaten Tangerang.

Penelitian ini merupakan pemaparan dari masyarakat terkhusus orang tua dan anak yang mengalami problematika selama masa pandemi covid-19 tentang kedisiplinan sholat anak, kegiatan mengaji anak pada masa pandemi dan sistematika orang tua dalam menyikapi pandemi covid-19 pada anak yang berlokasi di Desa Rajeg Kecamatan Rajeg Kabupaten Tangerang Prov. Banten.

### **A. Profil Desa Rajeg**

Rajeg merupakan salah satu kecamatan yang berada di Kabupaten Tangerang Provinsi Banten. Kecamatan Rajeg terletak disebelah utara ibu kota kabupaten Tangerang memiliki luas 61.059 ha, dengan batas wilayah berikut ini:

- Sebelah utara berbatasan dengan kecamatan mauk
- Sebelah timur berbatasan dengan kecamatan sepatan
- Sebelah barat berbatasan dengan kecamatan kemiri
- Sebelah selatan berbatasan dengan kecamatan pasar kemis

Kecamatan rajeg juga merupakan wilayah dataran rendah dengan memiliki luas wilayah 5.299 ha, daerah yang ada merupakan sawah irigasi teknis yang di irigasi sungai cisadane. Kecamatan rajeg dibagi menjadi 12 kelurahan salah satunya desa rajeg.

Desa rajeg memiliki daerah yang strategis karena ada beberapa perumahan yang baru di bangun tapi tetap masih banyak perkampungan. Lokasi penelitian yang di lakukan di perum rajeg asri dimana, mayoritas penduduk di perum rajeg asri mempunyai pekerjaan sebagai buruh pabrik. Maka dari itu, terjadinya problematika terkait peran orang tua dalam mendidik anak dalam persepektif agama.<sup>22</sup>

## **B. Peran Orang Tua dalam Meningkatkan Kedisiplinan Ibadah Sholat pada Anak di Masa Pandemi Covid-19**

Orang tua jika dilihat dari pandangan “*Organisasi*” yaitu sebagai atasan dalam keluarga dan anak sebagai bawahan dalam keluarga, namun pemahaman seperti ini masih dianggap benar oleh beberapa orang tapi pemahaman kepemimpinan dalam keluarga dan organisasi sangat berbeda, sehingga banyak orang tua yang masih belum bisa membedakan perannya, cenderung masih ada orang tua yang menyuruh, memaksa, memerintah,

---

22) [https://rajeg.kwarcabtangerang.or.id/?page\\_id=13](https://rajeg.kwarcabtangerang.or.id/?page_id=13)

mengatur, dan lainnya lebih sering dilakukan oleh orang tua, tapi menurut pandangan orang tua dengan melakukan cara seperti itu bisa membuat si anak menjadi orang yang sukses, dan baik di masa depan kelak.

Namun tetap saja orang tua harus mendidik anak mau bagaimanapun seperti salah satunya mendidik anak untuk diajarkan pemahaman tentang agama yakni, praktek-praktek keagamaan yang diwajibkan dalam agama seperti salah satunya kewajiban setiap umat muslim contohnya sholat. Sholat merupakan kewajiban umat muslim sholat juga merupakan tiang agama Islam sehingga, sholat harus ditanamkan sejak dini maka dari itulah orang tua harus menengaskan kepada anak-anaknya untuk melaksanakan sholat. Meskipun sekarang masa pandemi orang tua tetap harus menyuruh anaknya untuk tetap melaksanakan sholat, baik di tempat ibadah atau di rumah bersama keluarga.

Hasil penelitian yang dilakukan di Desa Rajeg bahwa, pelaksanaan sholat yang dilakukan anak-anak di lokasi penelitian ternyata masih banyak anak-anak yang enggan melaksanakan sholat karena ada beberapa faktor penyebab si anak enggan melaksanakannya yaitu pengaruh handphone dan faktor lingkungan yang menyebabkan anak malas melaksanakannya.

Mengapa handphone dan lingkungan menjadi faktor penyebabnya? karena, selama pandemi covid-19 ini hampir semua kegiatannya dilakukan secara daring/online dengan menggunakan handphone termasuk dalam sistem belajar yang biasanya dilakukan secara offline menjadi serba

online, dan pengaruh game online yang menyebabkan anak kecanduan sehingga lupa untuk melakukan sholatnya, namun dari beberapa pendapat orang tua, tetap tegas untuk selalu menyuruh si anak melaksanakan sholat meskipun dimasa pandemi ini yang mungkin tempat ibadah di lokasi sekitar rumah masih diperbolehkan untuk melaksanakan sholat berjama'ah, walaupun tidak dibuka untuk sholat berjama'ah orang tua tetap menyuruh melaksanakan dirumah baik dengan berjama'ah dengan keluarganya atau melaksanakan sendiri.

Jikalau si anak ada yang tidak mau melaksakanya maka, orang tua ada yg berani memarahi dengan perkataan bahkan ada juga yang berani memukulnya untuk sholat namun memukul disini yang dimana yang di perintahkan Rasulullah SAW, termaktub dalam hadits yang diriwayatkan oleh Abu Daud yakni Rasulullah SAW bersabda: *“perintahkan anak-anak kalian untuk melakukan salat saat usia mereka tujuh tahun, dan pukulah mereka (jika meninggalkannya) saat usia sepuluh tahun. Dan pisahkan tempat tidur mereka.”*

Dalam hadist ini Rasulullah menegaskan kepada orang tua untuk memerintahkan anak-anaknya untuk sholat jika si anak sudah berusia 7 tahun dan jika sudah umur 10 tahun dan si anak masih enggan untuk melaksanakan sholat maka boleh di pukul, maksud di pukul disini bukan dipukul fisiknya tetapi maksud kata *“memukul”* yang ditafsirkan oleh ustadz Quraish Syihab kata memukul ini mempunyai arti kata yang luas seperti, medengarkan musik pada anak

termasuk memukul telinga tetapi Rasulullah mempunyai sifat yang lembut kepada anak-anaknya sehingga maksud memukul disini juga sama menegur si anak sehingga tidak ada keterpaksaan si anak untuk melaksanakan sholatnya, memukul secara fisik bukanlah solusi yang baik untuk anak karena jika memukul dengan fisik menyebabkan si anak nanti akan semakin malas melaksanakan sholatnya.

Maka orang tua jika bisa jangan terlalu memaksakannya jika si anak masih enggan melaksanakannya sebaiknya, orang tua memberi contoh dan menasehati supaya si anak bisa melaksanakan atas kemauan sendiri tanpa adanya keterpaksaan, jika si anak sudah rajin melaksanakan sholat maka orang tua tetap wajib mengontrol apakah si anak tetap disiplin melaksanakannya atau tidak. Di lokasi penelitian yang mayoritas para orang tua bekerja sebagai buruh pabrik sehingga sangat sulit untuk memantau kegiatan anaknya setiap waktu, sehingga orang tua hanya bisa menitipkan si anak kepada pengasuh yang telah di tanggung jawabkan dengan cara seperti itu orang tua merasa bisa mengontrol kedisiplinan sholat si anak.

Anak-anak yang sibuk dengan handphonenya ketika bermain game online itu, menjadi permasalahan juga dalam penelitian ini karena pengaruh game online anak-anak semakin malas melakukan apapun, sehingga terkadang melalaikan waktu sholatnya. Disinilah peran orang tua untuk terus mengingatkan kedisiplinan si anak dalam melaksanakan sholatnya pada intinya, peran orang



tua untuk selalu meningkatkan kedisiplinan sholat si anak yang harus diberitahu agar menjadi terbiasa karena anak-anak masih terlalu dini dan tidak boleh terlalu keras untuk menegurnya karena yang ada nanti hanya keterpaksaan dalam hatinya untuk melaksanakannya. Maka dari itulah mengajak ke masjid ataupun musholah meskipun pandemi jika tempat ibadah buka orang tua mengajaknya sejak dini agar tahu bahwa sholat itu penting untuk kehidupan dunia dan akhirat.

Di masa pandemi covid-19 ini yang dimana semua kegiatan dilakukan secara online menyebabkan si anak malas melaksanakan sholat, yang dimana sebelum adanya pandemi tempat ibadah buka tanpa adanya rasa panik tentang virus covid-19 yang berbahaya ini anak-anak rajin berangkat ke masjid atau musholah yang pergi bersama teman-temannya namun setelah adanya pandemi anak-anak tidak bisa main diluar seperti biasanya yang menyebabkan bermain gadget hingga lupa akan waktu sholat. Dari hasil penelitian ini, orang tua harus selalu mengingatkan si anak untuk selalu disiplin akan sholatnya dengan cara orang tua mengajaknya sholat berjama'ah bersama keluarganya yang membuat si anak tetap menjaga kedisiplinan sholatnya meskipun dimasa pandemi seperti ini. Karena orang tua sebagai guru dan pendukung si anak dalam melaksanakan apapun. <sup>23</sup>

---

23) Mira Aprilia 2021. *“peran orang tua dalam meningkatkan kedisiplinan sholat anak di masa pandemi covid-19”*. Hasil wawancara pribadi: 13 agustus 2021. Ds.Rajeg.

### C. Problematika Kegiatan Mengaji Anak di Masa Pandemi Covid-19 dalam Lingkungan Keluarga

Al-Qur'an yang merupakan kitab suci Agama Islam yang diturunkan oleh Allah SWT kepada Nabi Muhammad SAW, dan untuk membaca ayat suci Al-Qura'an maka kita harus faham ilmu tentang tajwid dan makharijul hurufnya agar tidak salah dalam membacanya dan yang bahaya bisa mengubah makna dari ayat-ayat Al-Qur'an yang dibacakan. Mengaji merupakan kegiatan berupa membaca kitab suci Al-Quran di dalam ajaran agama islam, mengaji juga merupakan ibadah yang paling utama dalam melaksanakannya karena ada pahala yang akan di dapatkan ketika mengaji kitab suci Al-Qur'an.

Adapun hadist yang menyatakan bahwa dengan membaca Al-Qur'an akan mendapatkan pahala yang berlipat ganda, seperti yang diriwayatkan oleh

Abdullah bin Mas'ud radhiyallahu 'anhu berkata: "Rasulullah Saw bersabda: *"Siapa yang membaca satu huruf dari Alquran maka baginya satu kebaikan dengan bacaan tersebut, satu kebaikan dilipatkan menjadi 10 kebaikan semisalnya dan aku tidak mengatakan satu huruf 'Alif Laam Miim' akan tetapi Alif satu huruf, Laam satu huruf dan Miim satu huruf."* (HR. Tirmidzi).

Dalam penjelasan firman Allah SWT dan beberapa hadist Rasulullah Saw yang termaktub bahwa adanya amalan-amalan baik yang akan didapatkan pertama, yang belajar Al-Qur'an, kedua yang mengajarkan Al-Qur'an

dan pahala yang didapatkan sangat berlipat ganda, sehingga mengaji menjadi ibadah selain melaksanakan sholat dengan tujuan mendapatkan pahala dan rahmat dari-Nya.

Mengaji sudah harus diajarkan sejak dini karena sangat penting untuk kehidupannya baik di dunia maupun di akhirat yang membuat si anak bisa menjadi penghafal Al-Qur'an. Peran orang tua sangat penting dalam kehidupan anak, dengan mengaji dimasa kanak-kanak juga mempunyai peran penting dalam kehidupannya yang dimana ia akan faham bahwa sangat istimewanya mengaji mungkin, mereka tidak menyadarinya padahal banyak manfaat jika kita mengaji Al-Qur'an, seperti hidup akan menjadi tenang dan tentram jika belajar membaca Al-Quran dan orang tua juga akan mendapatkan hal yang sama jika mengajarkannya,

Membimbing anak-anak mengaji menjadi sebuah tantangan orang tua karena si anak pasti akan bertumbuh dewasa jika sejak dini ia sudah faham maka ketika dimasa depan kelak si anak akan menjadi anak yang pandai dan soleh/solehah karena dari kecil sudah di bimbing dan di didik dengan baik oleh orang tuanya meskipun, sedang pandemi covid-19 orang tua harus selalu menyuruh dan menegaskan anaknya untuk selalu mengaji karena adanya balasan baik yang didapatkan dari Allah SWT.

Mengaji pada usia dini banyak di lakukan di mana-mana, ada yang mengaji di TPQ serta majelis ilmu yang

diajarkan oleh beberapa guru ngaji yang sudah faham tajwid dan makh'arijul hurufnya agar tidak adanya kesalahan sehingga bisa mengubah arti dari bacaan tersebut. Namun di masa sekarang ini, negara Indonesia yang sedang terkena pandemi virus covid-19 ini menjadi masalah besar untuk melakukan kegiatan mengaji ini menjadi terbatas, karena diberlakukannya PPKM(Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) sehingga kegiatan masyarakat menjadi sangat terbatas.

Jika dilakukan di luar rumah termasuk kegiatan mengaji yang biasanya dilakukan anak-anak, sehingga muncul konsep *stay at home* yang diharuskan dan dipatuhi karena aturan pemerintah untuk melakukan kegiatan-kegiatan berupa, pendidikan, pekerjaan, ibadah dan lainnya dengan dirumah saja dan berpengaruh pada kegiatan mengaji anak-anak ini.

Masih ada masalah yang dihadapi selain di karenakan pandemi, pengaruh gadget karena dimana semakin majunya zaman semakin canggih dengan di lengkapi dengan beberapa fitur terbaru yakni, pengaruh game online contoh mobile legend, pubg, freefire, mencraft, dan lain-lain. Sehingga membuatnya kecanduan akan bermain juga menjadi masalah besar karena anak jika sedang bermain game online yang membuat nya lupa akan waktu, dan terbuanglah waktu nya untuk kegiatan yang tidak bermanfaat.

Keluarga merupakan *support system* terbaik untuk meningkatkan si anak dalam giat belajar mengaji baik itu orang tua atau saudaranya. Namun, orang tua lah yang paling penting dalam menjalankan perannya sebagai pemimpin keluarga karena, orang tua merupakan guru dalam keluarga. Hasil penelitian yang dilakukan di lokasi penelitian yaitu Perum Rajeg Asri Ds.Rajeg, adanya beberapa masalah yang menjadi alasan kuat terjadinya problematika kegiatan mengaji dimasa pandemi covid-19 ini yaitu, ditutupnya tempat tempat mengaji sementara, juga orang tua yang tidak terlalu faham akan ilmu membaca Al-Qur'an dan orang tua sibuk karena mayoritas pekerjaan orang tua sebagai buruh pabrik. Setelah di lakukan obeservasi dan wawancara kepada beberapa orang tua ternyata, masih ada beberapa orang tua yang tidak faham akan ilmu dalam membaca Al-Qur'an yang menyebabkan si anak tidak ada yang mengajarkanya selama dirumah, maka dari itulah orang tua masukanlah anaknya ke tempat pengajian, TPQ dan lainnya agar diajarkan oleh beberapa guru ngaji yang sudah faham ilmunya.

Anak-anak mempunyai karakter yang berbeda-beda, ada yang cepat memahami materi ketika sedang dijelaskan dan ada juga tidak langsung memahami materi yang dijelaskan sehingga, orang tua lebih baik mendaftarkan anaknya ke tempat pengajian di sekitar rumahnya dan juga, orang tua juga harus selalu sabar ketika si anak masih belum faham jangan sampai memukul si anak itu bisa

menyebabkan mental si anak menjadi terganggu nantinya.

Pada saat ini, yang masih diberlakukannya PPKM menyebabkan ditutupnya tempat-tempat mengaji sementara ini, dan kegiatan mengaji di alihkan dengan menggunakan via daring dan beberapa orang tua ada yang berspektif setuju, ada juga berspektif tidak setuju.

### **Perspektif Setuju**

Perspektif orang tua yang setuju jikalau kegiatannya di alihkan secara online karena, jika dilakukan secara offline orang tua takut anaknya akan berkerumun dan takut terjangkit virus covid-19 maka lebih baik dilakukan dengan tatap muka secara online baik menggunakan zoom meet atau gmeet yang sangat efektif dengan selalu di rumah saja.<sup>24</sup>

### **Perspektif Tidak Setuju**

Perspektif orang tua yang tidak setuju dilakukan secara daring karena, kegiatannya tidak kondusif seperti daerah rumah nya mempunyai sinyal yang kurang baik dan menyebabkan anak tidak bisa memahami materi yang guru ngajinya berikan, dan anggapan orang tua juga dilakukan secara offline tidak masalah karena anak tetap

---

24) Pujiarto 2021. "Problematika Kegiatan Mengaji Anak di Masa Pandemi Covid-19 dalam Lingkungan Keluarga". Hasil wawancara pribadi: 13 agustus 2021. Ds. Rajeg.

menggunakan masker dan cuci tangan sebelum memulai kegiatan mengaji.

Banyaknya problematika tentang kegiatan mengaji ini, namun jika ada sebuah masalah pasti ada solusi walaupun pemberlakuan PPKM masih dilaksanakan, tempat pengajian di perum rajeg asri Ds. Rajeg ini masih dibuka secara offline tapi tetap mematuhi protokol kesehatan dan kegiatannya pun diberlakukan dengan berbeda-beda waktu ada yang pagi, siang ataupun malam, dan di lokasi penelitian ini juga ada tempat belajar mengaji bagi orang tuanya yang diajarkan oleh ibu-ibu atau bapak-bapak yang sudah faham akan ilmu membaca Al-Qur'an para orang pun sangat antusias dengan adanya kegiatan mengaji ini karena menurut beberapa orang tua belajar itu tidak ada batasan waktu sampai kapanpun, tujuan adanya tempat pengajian bagi orang tua karena ini karena, mengaji itu butuh ilmunya jika kita tidak faham akan ilmunya akan fatal karena mengubah makna dari ayat yang dibacakan.

Orang tua juga mempunyai peran penting bagi anak jika sudah faham mengaji maka bisa mengajarkan anaknya ketika dirumah, dan si anak akan menjadi semakin faham ketika orang tua mengulang apa yang telah di ajarkan oleh guru ngajinya. Tetapi karena anak mempunyai karakter yang berbeda-beda, sehingga ada anak yang langsung faham akan materi yang dijelaskan, ada juga yang tidak langsung faham akan materi yang dijelaskan. Maka, lebih baik orang tua mendaftarkan anaknya ke tempat karena

orang tua tidak bisa memantau si anak, dan membiarkan si anak di bimbing oleh gurunya agar orang tua merasa tenang jika si anak sudah masuk ke majlis ilmu tersebut.

#### **D. Strategi Orang Tua dalam Menyikapi Pandemi covid-19 pada Anak**

Indonesia sebagai negara yang mayoritas penduduknya beragama Islam, sudah seharusnya menerapkan nilai-nilai agama Islam di dalam kehidupannya sehari-hari tetapi masih banyak saja orang-orang Islam yang tidak melaksanakan nilai-nilai keislaman di terapkan dalam kehidupannya sehari-hari nya. Salah satu nilai-nilai keislaman yang sudah seharusnya ditanamkan sejak dini yakni tentang sabar dalam menyikapi ujian yang di dapatkan. Sabar merupakan salah satu terpuji yakni dalam KBBI sabar adalah tahan menghadapi cobaan dan tengg tidak tergesa-gesa.

Allah menciptakan rasa sabar tetap berada di posisi ikhtiar terhadap cobaan yang diberikan dan bisa mengendalikan emosi.<sup>25</sup> Orang yang dapat menegdalikan rasa sabar akan mendapatkan balasan yang setimpal dari Allah SWT. Karena pada saat ini, di tengah pandemic covid-19 banyaknya problematika yang terjadi di tengah masyarakat.

---

25) Agung Surya Gumelar.S.Pd.,CPSM.,CHC. Penebar sabar “*kesuksesan dunia akhirat ketika di dalamnya bersemayam kesabaran*” hal.2-3.



Orang yang dapat mengendalikan rasa sabarnya pasti hanya orang yang sudah dewasa atau sudah faham mana yang benar salah satunya orang tua. Dimana orang tua menjadi gambaran yang baik oleh anak-anaknya yang belum faham akan makna sabar, dalam menghadapi ujian di tengah pandemi covid 19 ini. Ujian dan cobaan selama pandemi banyak sekali yang dihadapi karena mempengaruhi kegiatan kehidupan sehari-hari kita di beberapa bidang baik itu, pekerjaan, pendidikan, kesehatan, dan lain-lain. Karena ujian ini merupakan pasangan dalam kehidupan kita didunia ini, tapi percayalah bukan karena ujian itu membuat kita lemah akan tetapi membuat kita untuk semakin kuat bahwa tanda Allah SWT menyayangi kita dengan diturunkannya ujian.

Pandemi Covid-19 ini yang menjadi masalah pada saat ini, menyebabkan beberapa orang tua mengalami stress, mungkin merasa kesulitan karena pekerjaannya, sehingga kadang orang tua refleks memukul bahkan menganiaya anaknya, belum lagi kurangnya pendapatan karena adanya pembatasan pada pandemi Covid-19 dan menyebabkan problematika yang berat bagi orang tua.<sup>26</sup>

Pendidikan dalam keluarga sangat penting terutama pendidikan agama yang sangat berperan dalam kehidupan sehari-hari. Pentingnya pendidikan agama supaya anak

---

26) Ratih Maulasari “*hubungan sabar dengan tingkat Resiliensi orang tua pada anak dalam masa pandemic covid-19*”. Uin sunan gunung djati bandung.

bisa berinteraksi dengan baik dengan orang tua, teman, tetangga, dan lain-lain. Orang tua yang menjadi salah satu gambaran dari anak-anaknya untuk memberi contoh dari makna sabar ini. Ujian dalam hidup itu memberi warna-warni kehidupan jika kehidupan tidak ada ujian, maka hidup akan hampa dan tidak akan terasa. Termasuk di kehidupan sekarang ini diberi ujian oleh Allah SWT dengan di datangkannya virus covid-19.

Begitu pentingnya sabar dalam kehidupan, ketika kita sabar Allah akan memberi manfaat untuk kehidupan kita. Orang tua sebagai pembimbing anak-anaknya ketika di rumah, wajib memberi pengetahuan tentang makna sabar ketika menghadapu ujian seperti ini.

Rasa sabar harus ditanamkan sejak dini atau pada masa kanak-kanak karena sangat penting untuk kehidupannya di masa depan kelak dan, yang membimbing si anak sudah pastinya orang tua yang melakukannya karena kalau bukan orang tua siapa lagi.

Tujuan rasa sabar ditanamkan sejak dini karena, pada masa kanak-kanak mereka harus dibimbing dengan baik jika tidak mereka akan mempunyai sikap yang buruk nantinya . Dari penjelasan di atas bahwa sudah menjadi sebuah kewajiban orang tua untuk mendidik anaknya tidak hanya orang tua saja tetapi setiap orang muslim harus sama-sama saling mengajarkan akidah dan akhlak yang sesuai dengan syariat Islam baik kepada keluarganya keraba,saudara-saudaranya,teman-temannya dan lain-lain.

Anak merupakan amanah dari Allah untuk kedua orang tua yang wajib mendidiknya karena anak merupakan perhiasan yang berharga. dan membimbingnya untuk mengikuti ajaran ajaran Islam.

Orang tua wajib memberikan pendidikan tentang keislaman di saat anak masih berusia dini agar kelak anak menjadi orang yang tumbuh dengan baik dan berguna di lingkungannya. Tujuan anak didik sejak usia dini dalam pandangan agama Islam yakni untuk menjaga memelihara membantu pertumbuhan dan perkembangan fitrah manusia yang dimiliki setiap anak, sehingga jiwa dan raga anak yang lahir kondisi fitrah tidak dikotori oleh masalah duniawi yang dapat menjadikan anak menyimpang dari ajaran agama Islam.

Pemahaman tentang sabar sangat penting untuk ditanamkan sejak anak masih berusia dini untuk menambah ketakwaanya kepada Allah SWT. Allah SWT menurunkan ujian pasti ada sebab akibat nya, karena adanya manusia yang melawan hukum Allah yang menyebabkan diberinya ujian seperti pandemi covid-19 ini tapi, bukan Allah benci dengan menurunkan ujian-Nya ke pada kita semua tapi karena Allah ingin tahu berapa sabarnya manusia ketika di terpa ujian seperti ini untuk meningkatkan keimanan dan ketaqwaan.

Maka dari itu, orang tua sangat wajib mengajarkan anaknya untuk menyikapi ujian ini dengan rasa sabar agar

anak tahu bagaimana cara kita menyikapi ujian seperti ini.<sup>27</sup>

Masa usia dini merupakan masa keemasan atau golden age yang artinya di masa tersebut merupakan masa-masa terbaik dalam proses belajar yang hanya bisa dilakukan sekali seumur hidup. Jika sejak dini sudah diberi proses belajar yang baik maka, anak akan mampu mengoptimalkan dengan memberikan berbagai kegiatan yang produktif sehingga perkembangan anak di masa sekarang hingga ia dewasa akan berlangsung secara produktif sehingga anak akan menjadi orang yang hebat nantinya.

Sehingga, dibutuhkan peran orang tua untuk selalu membimbing, memberi bantuan dan memperlakukannya perlakuannya sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan tingkat perkembangan si anak yang salah satunya menanamkan nilai-nilai keislaman kepada anak-anaknya itu sangat penting untuk keberlangsungan hidupnya sejak usia dini hingga nanti ia dewasa, yang dimana nilai-nilai keislaman itu sangat berpengaruh sepanjang usianya untuk dirinya sendiri keluarga masyarakat bangsa dan negara salah satunya dengan menanamkan sifat sabar dalam dirinya yang harus diajarkan sejak dini.

Selama pandemi covid-19 ini dilihat dari berbagai sudut pandang banyaknya perubahan yang terjadi di

---

27) Mihmidaty Ya'cub *peran pendidikan islam dalam menghadapi ujian covid-19(studi kritis adanya pandemi covid-19)* vol.6 no.1 juni 2020.

kehidupan masyarakat salah satunya di lingkungan penelitian ini ada yang terlalu panik karena takut akan terjangkit oleh virus corona ini ada yang merasa takut tidak akan mendapatkan rezeki maka, tidak akan makan, dan juga rasa simpati dan empati kepada orang lain itu berkurang. Kenapa dibutuhkannya rasa sabar dan bersyukur dalam kehidupan ini agar kehidupan dimasa yang sedang terjadi bencana ini tidak mejadi beban melainkan menambah keimanan dalam diri kita.

Orang tua juga diwajibkan untuk memberikan pemahaman tentang covid-19 agar si anak mengetahui bahwa pandemi ini bukanlah ujian yang berat, sehingga orang tua harus mendidik anak untuk sabar dan selalu menyikapinya dengan tenang.

Dilihat dari penelitian dan observasi di lokasi penelitian di Desa Rajeg bahwa, anak-anak dilingkungan sekitar sini masih ada beberapa anak yang belum benar-benar mengimplementasikan rasa sabar dan syukurnya seperti masih ada anak-anak yang sering berbicara kasar kepada orang yang lebih tua bahkan kepada kedua orangtuanya sekalipun. Melatih kesabaran pada anak sangat sulit karena kadang sebagai orang dewasa juga sulit untuk menanamkan sifat sabar ini, di tengah ujian pandemi covid-19 ini kesabaran kita di uji dengan berkurangnya pendapatan, berubahnya pola tatap muka untuk belajar, mengaji bahkan sholat pun harus menjaga jarak.

Betapa pentingnya rasa sabar jika kita sudah mengajarkannya sejak dini maka si anak akan bisa menjalankannya, dan akan diterapkan terus dalam kehidupannya sehari-hari dan bisa saja tetap ditanamkan hingga anak-anak sudah dewasa kelak. Membimbing dan mendidik anak untuk menanamkan sikap sabar dan syukur kepada anak-anaknya karena itu sangat penting untuk kehidupannya baik di dunia maupun di akhirat.

Strategi orang tua untuk menanamkan sikap sabar dan syukur kepada anak-anaknya dengan cara di terapkan di kehidupan sehari-hari karena dengan cara tersebut, anak perlahan-lahan akan faham apa yang diajarkan oleh orang tuanya.

Seperti yang dilakukan oleh beberapa narasumber di lokasi penelitian para orang tua menajarkan dari hal-hal kecil yakni seperti mengajarkan jangan terlalu boros dengan memberitahu ketika melihat orang-orang tidak mampu yang pendapatanya hanya dari hasil barang bekas.

Nilai yang diambil dari strategi tersebut bahwa dengan cara tersebut anak-anak bisa menilainya sendiri. Jika orang tua gagal dalam mendidik anaknya maka si anak akan mempunyai sikap yang tercela sehingga merugikan dirinya dan orang lain.

Beberapa anak di Desa Rajeg ini sudah banyak anak-anak yang faham dan mengimplementasikanya dalam kehidupan sehari-hari ada yang faham dan suka berbagi hal-hal kecil kepada temannya, mengetahui

manfaat shodaqoh dan faham cara menghemat ketika orang tua yang pekerjaannya kurang mencukupi karena pandemi covid-19 ini yang menyebabkan ada yang orang tuanya di PHK sebagai perkerja buruh pabrik dan bagi pedagang, barang dagangannya tidak laris seperti biasanya dan mengurangi pendapatannya. Dan beberapa orang tua di lokasi penelitian juga mengajarkan untuk sabar ditengah ujian pandemi ini, yang membuat ruang kegiatan menjadi terbatas seperti, waktu bermainnya yang berkurang ketika bermain diluar rumah sehingga hanya bisa bermain di rumah saja.

Dapat disimpulkan bahwa benar-benar pentingnya menyikapi sebuah ujia dengan rasa sabar itu ditanamkan sejak dini karena akan berlaku di kehidupannya sehari-hari yang pasti berbaur dengan masyarakat yang lain, dan yang paling penting peran orang tuanya yang selalu mendidik dan membimbing anaknya untuk selalu mengajarkan dari hal-hal kecil yang tentang pendidikan agama Islam dan memberikan perhatian yang khusus karena anak mempunyai karakter yang berbeda-beda kepada anak-anaknya sejak dini agar anak-anak menjadi orang yang berguna orang yang yang bisa dipercaya oleh orang lain di kehidupan keluarga lingkungan sekitarnya bahkan bangsa dan negara.

# BIDANG KESEHATAN

Oleh : Sundari

Email : [sundari.student@uinbanten.ac.id](mailto:sundari.student@uinbanten.ac.id)

---

## A. Profil Desa

Pete merupakan salah satu desa yang berada di wilayah kecamatan Tigaraksa, Kabupaten Tangerang, Provinsi Banten. Desa Pete berdiri pada tahun 1932. Desa Pete terletak di sebelah timur Ibukota Kecamatan Tigaraksa dengan jarak 2,5 km, Ibukota Kabupaten Tangerang berjarak 2km, dan dengan Ibukota Provinsi Banten berjarak 60 km. Luas wilayah desa Pete 260,99 Ha dan merupakan daerah daratan rendah dengan ketinggian dari permukaan laut 48 m dengan suhu udara 27 C – 33 C.<sup>28</sup>

---

28) Desa Pete Tigaraksa (<https://ravibrielian.wixsite.com/tigaraksa/blank-c6ig>), Diakses pada pukul 14:17, 13 September 2021.



	<b>Desa</b>
	<b>Pete</b>
<b>Negara</b>	Indonesia
<b>Provinsi</b>	Banten
<b>Kabupaten</b>	Tangerang
<b>Disktrik</b>	Tigaraksa
<b>Kodepos</b>	15720
<b>Lapang</b>	...km
<b>Jumlah penduduk</b>	12.468 jiwa (2010)
<b>kepadatan</b>	... jiwa/km

## Desa dan Kelurahan di Kecamatan Tigaraksa, Kabupaten Tangerang, Banten

kelurahan	Desa
– Kadu Agung	– Bantar Panjang
– Tigaraksa	Desa – Cileles
	Pete – Cisereh
Negara	Indonesia
Provinsi	Banten
Kabupaten	Tangerang
Disktrik	Tigaraksa
Kodepos	15720
Lapang	...km
Jumlah penduduk	12.468 jiwa (2010)
kepadatan	... jiwa/km
	– Marga Sari
	– Mata Gara
	– Pasir Bolang
	– Pasir Nangka
	– Pematang
	– Pete
	– Sodong
	– Tapos
	– Tegalsari

## **B. Kesadaran Masyarakat terhadap Protokol Kesehatan di Kp.Kadu Ds.Pete Rt/Rw 002/001**

Kesehatan merupakan suatu keadaan kondisi yang utuh baik secara fisik, mental, sosial, bukan hanya penyakit ataupun daya tahan tubuh.

Kesehatan dimasa pandemi covid-19 saat ini mengkhawatirkan, dimana banyak masyarakat mengalami kesehatan fisik maupun kesehatan mental. Maka dari itu, dimasa pandemi covid-19 masyarakat kp kadu harus memelihara kesehatan atau daya tahan tubuh diantaranya:

- 1) Pola hidup sehat dengan makan-makanan yang berprotein dan bervitamin
- 2) Latihan fisik

Latihan fisik ini terdiri dari empat jenis yaitu : daya tahan, kekuatan, fleksibilitas, dan keseimbangan.<sup>29</sup>

Latihan fisik ini mampu meningkatkan dan mempertahankan fisik dan tubuh .

- 3) Mengelola stres

Salah satu menurunnya daya tahan tubuh yaitu stres. Stress akan menjadi sumber penyakit, bila berlebihan dan tidak terkontrol. Saat stress tubuh akan memproduksi hormon kortisol, dalam peningkatan kortisol kita merasa stress berat, terserang gangguan kecemasan, panik dan depresi. Akibatnya kita akan terserang penyakit karena daya tahan tubuh menurun.

---

29) Wikipedia, “*kesehatan*”, (<https://id.m.wikipedia.org/wiki/Kesehatan>), Diakses pada 15 Agustus, 2021)

Contoh cara mengelola stress yaitu dengan memiliki kegiatan yang menyenangkan (hobi), bertukar cerita dengan keluarga ataupun teman, dan sebagainya.

Perlunya menerapkan protokol kesehatan 5M untuk mencegah penularan dan penyebaran virus corona. Apa itu 5M?

1. Mencuci tangan
2. Memakai masker
3. Menjaga jarak
4. Menjauhi kerumunan
5. Mengurangi menghabiskan waktu di luar rumah (mobilitas)<sup>30</sup>

Hasil dari pengisian kuesioner yang diambil beberapa sampel data, di Kp. Kadu Rt/Rw 002/001 dalam pemahaman kesehatan sudah hal yang lumrah atau sudah mengetahui tentang hidup sehat.

Akan tetapi warga Rt/Rw 002/001 tidak memiliki kesadaran terhadap protokol kesehatan. Dengan tidak adanya kesadaran masyarakat terhadap peraturan tentang protokol kesehatan. Salah satunya yaitu tidak tersedianya tempat mencuci tangan dan hand sanitizer dalam penerapan protokol kesehatan di tempat tertentu, seperti di masjid/musholah, pos keamanan, dan pos yandu. Penerapan

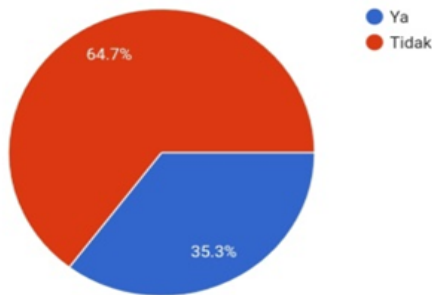
---

30) Mengenal Protokol Kesehatan 5M untuk Cegah Covid-19-Halodoc, (<https://www.halodoc.com/artikel/mengenai-protokol-kesehatan-5m-untuk-cegah-covid-19> , Diakses pada pukul 14:17 15 agustus 2021)

protokol tersebut belum terlaksanakan dengan baik dan karena tidak adanya publik figure untuk membangkitkan kesadaran warga dalam menerapkan protokol kesehatan.

Maka dari itu upaya penulis mampu untuk menciptakan kesadaran masyarakat di Kp Kadu dalam protokol kesehatan dilakukan agar masyarakat mampu memiliki kesadaran dan rasa kepedulian terhadap bahayanya covid-19. Sebab begitu pentingnya agar masyarakat memahami lingkungan di sekitar kita.

Penelitian ini menggunakan metode observasi langsung dan wawancara, sedangkan hasil proses pengumpulan data dilakukan melalui google form melalui hp dan mengisi secara manual (lembaran) dengan jumlah stempel 17 peserta.



**Table 1** *stempel kesehatan selama masa pandemi*

Berdasarkan data yang diperoleh penulis, dari hasil pengisian kuesioner kesehatan warga selama masa pandemi covid ini 64,7% sehat dan 35,3% kesehatan menurun belum ada perubahan yang signifikan selama pandemic covid-19.

Cara terbaik untuk melakukan tindakan protokol kesehatan agar terhindarnya dari wabah virus corona, penulis menyarankan setiap warga Rt/Rw 002/001 melakukan tindakan seperti :

1. Menerapkan rutin mencuci tangan menggunakan sabun dan hand sanitizer.
2. Selalu gunakan masker saat keluar rumah, walaupun hanya disekitar rumah tetap harus waspada karena kita tidak tau dilingkungan rumah sehat atau tidak.
3. Setelah bepergian hendaknya segera mengganti pakaian dan mandi, agar virus dan bakteri tidak terkontak di keluarga.
4. Menerapkan pshycal distancing.
5. Menghindari dari kerumunan.
6. Selalu membawa hand sanitizer disaat bepergian
7. Menerapkan menghirup udara segar dan berjemur dibawah sinar matahari di pagi hari.
8. Selalu menerapkan pola hidup sehat dan hidup bersih.
9. Hindari makanan siap saji, lebih baik masak makan-makanan sendiri yang berprotein dan bervitamin.

Penulis juga bertujuan untuk membangun kesehatan untuk warga Kp.Kadu khususnya Rt/Rw 002/001 dalam :

1. Meningkatkan masyarakat untuk menolong dirinya sendiri, keluarga, dan anak dalam bidang kesehatan.
2. Memperbaiki mutu hidup sehat agar terjamin kesehatan jasmani maupun rohani.

## C. Upaya Pencegahan Covid-19

### 1. Gerakan Memakai Masker

Salah satu upaya pencegahan covid-19 yaitu dengan memakai masker. Alat ini harus digunakan saat beraktivitas di tempat umum atau berinteraksi dengan orang lain. Yang kita ketahui bahwa penyebaran virus covid-19 salah satunya melalui mulut dan hidung. Maka dari itu, protokol 3M yang salah satunya memakai masker adalah wajib untuk melindungi virus corona. Walaupun hanya keluar di depan rumah atau di sekitar rumah kita harus tetap memakai masker. Karena, kita tidak tahu lingkungan di rumah apakah sehat atau tidak.

Dalam pengamatan penulis, di daerah Kp. Kadu, RT/RW 002/001, ini banyak warga tidak memakai masker di sekitar rumah. Banyak alasan yang melatabelakangi warga setempat tidak memakai masker, alasan tersebut karena tidak terbiasa memakai masker, sulit bernafas saat memakai masker, hanya di sekitar rumah kenapa harus memakai masker.

Maka dari itu penulis membagikan masker kepada warga Rt/Rw 002/001 dan memberikan arahan untuk selalu memakai masker walaupun hanya di sekitar lingkungan rumah. Agar warga rt/rw 002/001 ini terhindar dari bahayanya virus corona.

### 2. Mencuci Tangan dan Hand Sanitizer

Menjaga kebersihan selama masa pandemi covid-19 seperti mencuci tangan merupakan salah satu upaya yang

perlu dilakukan masyarakat. Cara mencuci tangan dengan benar yaitu dalam waktu 20 detik atau lebih dengan menggunakan air yang mengalir dan memakai sabun cair.

Selain mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir, cara lain untuk menjaga kebersihan dengan menggunakan hand sanitizer.

Meski penggunaan hand sanitizer atau antiseptic dianjurkan dimasa pandemic ini, namun dalam pemakaian hand sanitizer secara terus-menerus tidak baik atau tidak dianjurkan karena akan berakibat iritasi dan luka bakar pada kulit. Sehingga alangkah baiknya penggunaan hand sanitizer lebih baik dilakukan saat bepergian keluar rumah. Sebab kandungan pada hand sanitizer atau antiseptic mengandung alcohol sebanyak 62%-95%.

### 3. Hidup Sehat dengan Menjaga Kebersihan

Salah satu upaya hidup sehat dimasa pandemi ini yaitu dengan cara menjaga kebersihan. Menerapkan hidup bersih menghindari terpaparnya virus dan bakteri, termasuk virus corona saat ini. Kita perlu memperhatikan kebiasaan kecil sehari-hari. Upaya kita yang paling sederhana untuk menjaga kebersihan agar terhindar yaitu mencuci tangan pada air yang mengalir dengan menggunakan sabun secara rutin sebelum dan sesudah melakukan kegiatan, setelah berpergian hendaknya mandi dan memakai pakaian yang bersih.

Memperbaiki waktu tidur juga termasuk hal yang dapat kita terapkan dalam pola hidup sehat. Kebanyakan

seseorang memiliki jam tidur yang tidak cukup atau tidak teratur karena beberapa alasan. Pada masa pandemic ini tentunya membutuhkan istirahat yang cukup agar badan kembali segar dan bisa menjalankan aktifitas seperti biasanya.

Pola hidup sehat bukan hanya tentang fisik tetapi juga dengan kebutuhan mental kita. Pada masa pandemic ini banyak orang yang khawatir dan terlalu memikirkan kesehatannya, sehingga apa yang dipikirkannya menjadi tekanan untuk dirinya sendiri dan akan membuat pikiran kita menjadi stress, oleh sebab itu dianjurkan berpikiran positif. Berpikir positif dapat menjadi lebih tenang dan dapat mencegah berbagai penyakit-penyakit yang masuk ke dalam tubuh. Dengan mengubah cara berpikir menjadi positif, maka kesehatan mental kita menjadi lebih baik.

#### 4. Mengonsumsi Makanan Sehat

Mengonsumsi makanan sehat di masa pandemi covid-19 ini membantu menjaga daya tahan tubuh. Kita perlu mengonsumsi makanan yang berprotein dan bervitamin, agar imun tubuh kita tetap kuat dan terjaga dari virus corona saat ini. Dalam penerapan hidup sehat dengan mengonsumsi makanan yang bergizi sangat diperlukan di tengah pandemi covid-19.

Mengonsumsi makanan yang bergizi akan membentuk sistem kekebalan tubuh. Meskipun makanan bukan sebagai penangkal virus, namun makan-makanan yang bergizi akan lebih menguatkan sistem kekebalan

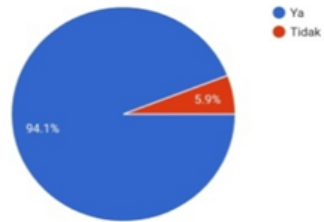


tubuh dan daya imun tubuh, sehingga memberikan perlindungan ekstra bagi tubuh di masa pandemi covid-19.<sup>31</sup>

Makan-makanan yang berprotein akan menyumbang sekitar 75% sistem kekebalan tubuh dan berfungsi menggantikan sel-sel yang rusak pada tubuh, dan menolak virus untuk masuk kedalam tubuh kita. Sedangkan makan-makanan yang bervitamin seperti vitamin A dan vitamin C melindungi lambung, usus, dan kulit sehingga virus tidak akan menginfeksi tubuh.



Gambar.1 makan-makanan sehat



Gambar.2 stempel menerapkan hidup sehat

Hasil dari 17 stempel data warga, jarang menerapkan makan-makanan sehat. Dari 100% hanya 5,9% warga Rt/Rw 002/001 menerapkan hidup sehat, 94,1% warga jarang menerapkan makan-makanan sehat. Terdapat beberapa alasan mengapa kebanyakan masyarakat jarang

31) Fita Komala dkk, "buku bunga rampai", Walisongo Press November 2020. Hal 121-122

menerapkan makanan sehat, dari hasil wawancara sebagian warga yang terpenting bisa mencukupi kebutuhan hidup dan keadaan baik-baik saja.

#### 5. Menjaga jarak

Hasil dari mengamatan penulis, tidak ada kesadaran menjaga jarak di Kp.Kadu. Banyak warga setempat menyepelkan tentang physical distancing bahkan diantara warga Kp.Kadu masih melakukan aktivitas seperti biasa sebelum terjadinya pandemi covid-19.

Menjaga jarak di masa pandemi ini sangat diperlukan. Saat berada di tempat keramaian, resiko untuk tertular covid-19 mejadi lebih tinggi. Maka dari itu, menjaga jarak termasuk hal yang harus dilakukan untuk pencegahan covid-19. Saat berada di luar lingkungan rumah, pastikan untuk menjauhkan diri sekitar 1–2 meter dalam jangkauan orang di sekitar.

### **D. Upaya Menjaga Kesehatan Mental Anak dalam Perspektif Orang Tua**

Kesehatan mental atau bisa disebut kesehatan jiwa merupakan suatu tingkatan kesejahteraan psikologis atau gangguan jiwa. Ada beberapa jenis kondisi kesehatan jiwa diantaranya dikategorikan dalam *kondisi sehat, gangguan kecemasan, depresi dan stres*. Mental yang baik yaitu kondisi ketika batin dalam keadaan tenang, tentram, dan bisa menikmati kehidupan sehari-hari tanpa beban.

Pada masa pandemic ini memicu gangguan emosional, gangguan fisiologis, perilaku, masalah psikologis yang bermacam macam jenis yaitu gejala depresi, stress, insomnia, cepat marah, dan kecemasan. Bagi orang tua dan anak dalam menghadapi perubahan atau persoalan baru akibat pandemi Covid-19 bukanlah hal yang mudah.

Ketidakpastian berakhirnya masa pandemic anak akhirnya merasa sulit berkonsentrasi, bosan, jenuh dan pembelajaran daring yang mengakibatkan terganggunya kesejahteraan emosional anak. Begitu pula orang tua merasa khawatir dan cemas mengenai kesehatan diri sendiri, keluarga maupun anak.

Beragam masalah kesehatan mental yang bermunculan, seperti depresi, kehilangan mood, insomnia (sulit tidur), mudah tersinggung dan cepat emosi. Gejala tersebut sering timbul pada anak dewasa.

Sebelum mengelola kesehatan anak, terlebih dahulu orang tua mengatur keadaan kesehatan mental dan kebahagiaan. Karena orang tua adalah peran aktif untuk mengatasi masalah tersebut, sehingga pada akhirnya dapat menularkan rasa positif kepada anak anak.

Berikut adalah paparan kesehatan mental untuk orang tua atau orang dewasa :

- 1) Self-talk

Self-talk merupakan upaya untuk berbicara kepada diri sendiri mengenai apapun yang dirasakan dan untuk

memahami perasaan diri sendiri.

Self talk juga merupakan salah satu upaya bantu untuk mengendalikan emosi diri sendiri dan juga mampu meningkatkan kepercayaan diri.

Self-talk ini membantu mengurangi rasa kekhawatiran, kecemasan, menghilangkan pikiran negatif, mengontrol diri, dan membantu diri melakukan self-reflection.

Berikut adalah langkah-langkah menerapkan positive self talk sebagai berikut :

*Pertama* : tubuh dalam keadaan tenang dan mencari posisi yang nyaman .

*Kedua* : mengatur nafas. Menarik nafas dengan pelan-pelan atau tarik nafas dalam sekitar 8 detik, tahan 5 menit, lalu hembuskan. Lakukan tarik nafas ini secara mengulang hingga 3-5 kali.

*Ketiga* : pejamkan mata. Dengan memejamkan mata akan membuat kita merasa tenang dan nyaman

*Keempat* : jika tubuh kita sudah merasa tenang, ucapkan kalimat-kalimat positif dan menegaskan pikiran-pikiran yang membuat kita merasa tidak nyaman untuk dihilangkan dalam pikiran digantikan dengan hal-hal yang positif.

*Kelima* : mengucapkan kalimat-kalimat positif beberapa kali. Karena dengan kita mengulangi secara terus menerus akan melekat dalam pikiran kita.

## 2) Lebih bijak memilih informasi

Membatasi informasi untuk menonton, membaca, dan mendengar berita mengenai pandemi covid-19. Baik dari televisi, media sosial, mendengar dari ucapan warga setempat untuk mengurangi rasa kekhawatiran dan kecemasan. Memilih informasi dari sumber yang terpercaya dan kebenarannya.

## 3) Luangkan waktu untuk berolahraga

Menyempatkan waktu 15-30 menit sehari untuk olahraga walaupun sibuk aktivitas pekerjaan. Karena dengan olahraga dapat membantu tubuh kita lebih fresh. Misalnya setiap dipagi hari sempatkan untuk berjalan di sekitar rumah, melakukan yoga, atau stretching ringan dirumah.

## 4) Melakukan kegiatan yang menyenangkan

Mencari kesibukan dalam melakukan aktivitas pikiran akan menjadi lebih tenang, fresh, dan bahagia.

Melakukan hobi itu salah satu kegiatan yang menyenangkan, seperti bermain musik, bernyanyi, menonton komedi, bercocok tanam, bermain game, melukis, memasak, dan sebagai lainnya.

Penting bagi orang tua juga mengelola emosi anak. Kondisi Pandemi covid-19 membuat anak menimbulkan ketidakstabilan emosi dan kejiwaan. Gangguan kesehatan mental pada anak antara lain :

1. Menarik diri atau agresif
2. Kehilangan minat (bermain, hobi)

3. Kehilangan berkonsentrasi
4. Kesulitan tidur
5. Marah dan teriak secara berlebihan
6. Mimpi buruk
7. Keluhan fisik tanpa sebab yang jelas
8. Gelisah
9. Mudah tersinggung
10. Mudah lelah secara signifikan, energi menurun atau menurunnya berat badan.<sup>32</sup>

Berikut adalah hal-hal yang bisa dilakukan untuk menjaga kesehatan mental anak dimasa pandemi :

1. Mengelola keadaan psikologis

Sebagai orang tua, mengatur emosi, mental, dan kejiwaan anak diperlukan. Mental yang terganggu akan menyebabkan stress dan menurun imunitas tubuh sehingga mudah terserang virus. Sebab kondisi mental itu mempengaruhi daya tahan tubuh, jika keadaan mental baik imunitas tubuh pun akan kuat.

Menurut psikolog, mental terbaik anak yaitu disaat bermain atau diajak bermain. Tips menurut penulis, memberikan informasi tentang hal-hal yang menyenangkan, mengajak anak berbicara dengan tenang, penuh kasih sayang, dan rasa aman, dan memberi pujian dan motivasi kepada anak disaat berkreativitas.

---

32) Kesehatan mental anak (<https://amp.kompas.com/edukasi/kena-15-tanda-gangguan-kesehatan-mental-pada-anak>, Diakses pada pukul 15.23 23 agustus 2021)

Dengan begitu kondisi mental anak akan jauh lebih baik dimasa pandemic ini akibat anak yang tidak bisa bermain diluaran rumah secara bebas.

Menurut analisa penulis, dari hasil observasi dan wawancara. Beberapa anak sudah mengalami gejala mental, tetapi dari sebagian orang tua tidak mengetahui atau dengan alasan anak mereka kurang bermain dan karena pendidikan yang secara daring.

Memang pada dasarnya, kebanyakan dari mereka tidak memikirkan kesehatan mental secara baik. Maka dari itu penulis juga membantu memahami apa itu kesehatan mental dan gejala-gejala gangguan mental kepada orang tua, agar tua tidak menyepelekan kesehatan mental pada anak mereka.

## 2. Selalu berpikir positif

Sebagai orang tua alangkah baiknya menjelaskan kepada anak tentang virus corona. Memberi tahu bahwa virus corona dapat diatasi dengan meningkatkan daya tahan tubuh, makan-makanan sehat, menjaga pola hidup sehat, selalu menerapkan 3M (memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak) dan menerapkan etika batuk dan bersin.

Secara umum berpikir positif akan membuat pikiran lebih tenang sehingga tidak memikirkan hal-hal negatif akibat kekhawatiran dan kecemasan mengenai dampak virus corona saat ini.

### 3. Menyalurkan kreativitas pada anak

Selama masa pandemi covid-19 anak bermain dibatasi aktivitasnya, sebagai orang tua alangkah baiknya melakukan aktivitas dengan anak seperti menggambar, menulis, menonton film kesukaan, bercocok tanam atau hal yang membuat anak merasa senang.

Sebagai orang tua sesibuk apapun aktivitas pekerjaan luangkan waktu untuk menemani anak untuk bermain.

Semakin sibuknya aktivitas anak, anak akan merasa senang dan teralihkan pikiran-pikiran negative sehingga tubuh dan pikiranpun sehat dan kuat. Dengan kesenangannya itu akan terhindar dari gangguan mental.

### 4. Menjadi contoh yang baik

Hal yang perlu orang tua lakukan adalah menjaga kesehatan anak, mengajarkan kepada anak menjaga kesehatan dimasa pandemic covid-19. Contohnya mengajarkan atau memberikan pengertian, selalu rajin mencuci tangan, dan berolahraga.

### 5. Menjaga kualitas tidur dan istirahat

Menjaga kualitas tidur perlu dimasa pandemic covid-19 ini, menjaga kualitas tidur dengan baik akan berpengaruh pada kesehatan tubuh. Sehingga tubuh pun merasa segar ketika bangun di pagi hari.

Bahwa dengan kualitas tidur yang buruk akan memiliki daya tubuh yang lemah sehingga lebih besar



dampaknya terkena penyakit, selain itu juga beresiko terkena gangguan kecemasan.

Cara menerapkan pola tidur dengan baik dan benar atau meningkatkan kualitas tidur, antara lain :

- a) Tidur tepat waktu, tidak begadang
- b) Tidur dan bangun tidur secara teratur. Tidak boleh melebihi batas tidur pada jam 9 malam.
- c) Sebelum tidur alangkah baiknya mengatur pikiran, membuang hal-hal yang negatif
- d) Hindari bermain gadget di malam hari
- e) Menciptakan suasana nyaman dan tenang disaat ingin tidur
- f) Menghindari minuman yang berkafein, karena akan mengganggu tidur sehingga tidak nyenyak dan nyaman.

## 6. Luangkan untuk berolahraga

Sebagai orang tua kita perlu mengajak anak untuk berolahraga. Sebelum beraktivitas sempatkan waktu 15-30 menit sehari untuk olahraga dengan anak, walaupun sibuk dengan aktivitas pekerjaan. Karena dengan olahraga dapat membantu tubuh kita lebih tenang atau fresh. Sehingga imunitas anak pun terjaga dengan baik.

Olahraga secara teratur dapat mencegah berbagai penyakit dan virus. Selain itu olahraga juga dapat menjaga kebugaran tubuh.

Menurut pengetahuan penulis, ada beberapa manfaat olahraga dimasa pandemic covid-19 selain menjaga keugaran tubuh dan terhindar dari penyakit. Antara lain sebagai berikut :

a) Meningkatkan suasana hati

Ketika berolahraga secara rutin dan teratur, suasana hati merasa bahagia, dan lebih rileks. Sehingga pikiran pun dapat mempengaruhi menjadi lebih positif.

b) Tidur menjadi nyenyak

Berolahraga membuat kita lebih fresh, dengan begitu dapat membantu suasana hati, pikiran dan tubuh menjadi tidur lebih cepat atau tidur lebih tenang dan nyenyak.

## 7. Berkomunikasi

Sebagai orang tua harus sering berkomunikasi terhadap anak, diajak untuk bercerita tentang keluhan kesah, aktivitas harinya bagaimana, menyenangkan atau tidak. Sehingga anak pun terbuka dengan orang tua dan meringankan hal-hal yang ada dipikiran yang membuat pikiran anak terganggu dan berikir negatif.

Berkomunikasi salah satu membina hubungan baik antara orangtua dan anak. Memberi ruang terhadap anak untuk bercerita dapat mencegah anak mengalami gangguan mental.

## 8. Meningkatkan rasa percaya diri

Untuk meningkatkan rasa kepercayaan terdapat anak, orang tuamemberikan kesempatan kepada anak untuk melakukan banyak hal tanpa melarang anak untuk bereksplorasi. Dengan begitu anak akan melakukan kemampuan dengan sendirinya, memiliki kebanggaan atas apa yang anak inginkan. Sebagai orang tua hanya perlu memberikan motivasi, arahan dan mengingatkan jika ada hal yang tidak baik atau negatif dan salah.

Meningkatkan kesehatan mental anak atau menjaga kesehatan mental anak dimasa pandemic ini memang diperlukan. Dengan begitu mampu membantu meningkatkan konsentrasi yang baik dalam segi hal apapun.

Dimasa pandemic bukan hanya ketahanan fisik akan tetapi ketahanan psikis juga. Dari berbagai macam kesehatan mental itu muncul, selain masalah virus covid-19 terdapat di lingkungan sekitar rumah juga mempengaruhi daya berpikir.

Menjaga kesehatan mental dengan menyesuaikan diri bisa juga diawali dengan menumbuhkan motivasi dan minset.

Kondisi serupa juga terjadi di tengah pandemic covid-19. Adanya pandemic dan respon terhadap pandemic tersebut menyebabkan menurunnya penyelenggaraan pelayanan kesehatan anak secara rutin, seperti imunisasi,

pemberian vitamin A, dan pemantauan tumbuh kembang anak terhambat. Masalah tumbuh kembang anak, terutama anak usia dini.

Selain gangguan anak yang sudah dijelaskan diatas, dapat juga gangguan lainnya yang meliputi gangguan pertumbuhan fisik, perilaku, perkembangan motorik, dan tata bahasa.

Perkembangan anak juga dipengaruhi oleh faktor psikologis dan stimulasi dari lingkungan sekitar rumah. Stimulasi yang berasal dari lingkungan keluarga mempengaruhi anak dalam mencapai perkembangan yang sangat optimal. Sehingga membuat anak bertumbuh dan berkembang dengan baik. Stimulasi dapat berupa menyediakan mainan yang disukai oleh anak, mengajak anak bersosialisasi, dan melibatkan dalam aktivitas sehari-hari di rumah bersama anak.<sup>33</sup>

Stimulasi merupakan rangkaian kegiatan yang dirancang untuk memberikan pengalaman (early pengalaman) kegiatan yang dibentuk oleh berbagai kemampuan stimulasi pada anak perkembangan dasar untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak (Christiari, Syamlan dan Kusuma 2013).

---

33) Atien Nur Chamidah, “*Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak : Faktor Resiko dan Pencegahan*”, Jurnal Majelis Media Aspirasi Konstitusi, Edisi 07, September 2020

Adapun peran orang tua dalam memberikan stimulasi anak, yaitu sebagai berikut :

1. Peran orang tua sebagai panutan

Sebagai orang tua harus bekerja keras secara efektif dalam mengajar anak-anak mereka untuk melakukan apa yang mereka anggap benar, yaitu menjadikan diri mereka panutan bagi anak-anak.

2. Peran orang tua sebagai motivator

Melalui peran ini, anak akan mendapatkan nasehat tentang apa yang dianggap buruk dan perlu dilakukan hal yang lebih baik.

3. Peran orang tua sebagai cermin utama bagi anak-anaknya

Memainkan peran cermin yang terpenting bagi anak adalah orangtua harus memiliki sikap terbuka, artinya orang tua dapat menjalin komunikasi terbuka dengan anak, membiarkan anak berdiskusi dan dapat menyelesaikan semua permasalahan.

4. Peran orang tua sebagai fasilitator

Dalam proses pencapaian perkembangan yang diharapkan, orang tua mempunyai tanggung jawab dalam menyediakan fasilitas yang dapat menunjang tumbuh kembang anak. Orang tua dapat mengatur beberapa kegiatan untuk merangsang anak-anak mereka untuk mengelola emosi.<sup>34</sup>

---

34) Winda Tri Karisma, “Peran Orang Tua dalam Menstimulasi Pengelolaan Emosi Anak Usia Dini”, PAUDIN, Volume 9, No.1, Juli 2020. Hal 99-100

Dapat disimpulkan dari hasil beberapa stempel wawancara, penulis bertujuan membangun orangtua untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak dalam segi kesehatan tubuh maupun kesehatan mental dan juga mengoptimalisasi peran orang tua dalam stimulasi pengelolaan emosi anak. Menurut penulis banyak kekurangan pendidikan dan tata cara yang baik terhadap anak dengan orangtua ataupun orangtua dengan anak.

Terdapat beberapa anak memiliki beberapa gangguan perilaku dan tata bahasa. Diantara perilaku dan tata bahasa banyak anak tidak memiliki sopan santun, moral, emosi, dan sikap beragama. Kebanyakan diusia mereka berbicara kasar yang tidak baik untuk seusia mereka, berperilaku yang kurang baik terkadang tidak mendengarkan ucapan orang tua, dan bermalas-malas tentang sekolah daring.

Dengan kata lain, karakter yang baik harus melibatkan beberapa aspek diantaranya aspek pengetahuan (moral knowing), merasakan dengan baik (moral feeling), dan juga perilaku yang baik (moral action).

# PENUTUP

Setelah melalui serangkaian proses dari KKN-DR lokal kebabantenan dari awal hingga akhir, dapat disimpulkan bahwa secara umum fase pengabdian yang telah dilakukan adalah kegiatan sosialisasi dan refleksi sosial, perencanaan dan finalisasi rancangan program, dan prosedur Proses Implementasi.

Adapun rancangan program yang disusun berdasarkan masalah, potensi, dan kebutuhan masyarakat selama pandemi covid-19 ini di sekitar Kabupaten Tangerang. Program tersebut adalah bimbingan pembelajaran daring, kegiatan belajar mengajar secara daring, mengajarkan anak untuk selalu disiplin dalam sholatnya dan juga mengajinya serta, selalu menerapkan aqidah dan ahlak nya selama kehidupan sehari-hari si anak.1, membagikan masker dan hand sanitizer, dan menerapkan protokol kesehatan,

Dalam pelaksanaannya, setiap kegiatan memiliki faktor pendukung dan pengaruhnya masing-masing. Namun dengan respon antusias masyarakat dan mudahnya mobilisasi tujuan proyek, kegiatan tersebut tentunya dapat tercapai dengan baik walaupun tidak se optimal yang dibayangkan.

# BIODATA PENULIS



Nama : Ahmad Roni  
Fak/Jur : Manajemen Pendidikan  
Islam  
Lahir : Tangerang 25 November  
1997

Alamat : Ds. Talaga Sodong RT 01 RW 02 Kec.Cikupa  
Kab.Tangerang Banten

Kesan/pesan : ketika lelah ada yang lebih lelah (orang tua)



Nama: Siti Nabilah Nurfazrin  
Lahir : Tangerang, 25 oktober 2000  
Fak/ Prodi: Syariah (Hukum Keluarga)  
Tempat tinggal: Kp. Leweng Gede, RT/  
RW. 03/05 Ds. Parahu, Kec.Sukamulya  
Kab. Tangerang Banten.

Pesan/kesan: *If you dont go after what you want, you are  
never have it.*

*If you dont ask, the answer is always no!*

*If you dont step forward, you always in the same place.*





Nama : Siti Robiatul Adawiyah  
Fak/Jur : syariah / Hukum Tata Negara  
Lahir : Tangerang, 14 maret 2000  
Alamat : Kp. Cilongok RT 01 RW 02  
Ds. Sukamantri Kec.Pasar Kemis Kab.  
Tangerang Banten

Kesan/pesan : tidak ada keberhasilan yang mudah, tapi juga tidak ada kerja keras yang sia-sia.



Nama : Subhi Rosidah  
Fak/Jur : Hukum tata negara  
Tempat/Tanggal Lahir : ngawi, 16 oktober  
2000  
Alamat : Perum Rajeg Asri blok D3 no 7  
RT 09 RW 01 Ds.Rajeg Kec. Rajeg Kab.  
Tangerang Banten

Kesan/pesan : *it's okay, you great. Tidak semua orang bisa sekuat kamu.*



Nama : Sundari  
Nim : 181110125  
Fak/Jur : Syariah/Hukum Keluarga Islam  
Lahir : Tangerang, 06 Februari 2000  
Alamat : Kp. Kadu RT/RW 02/01 Ds. Pete  
Kec. Tigaraksa Kab. Tangerang Banten

Kesan/pesan: Berhentilah jika lelah tapi tidak menyerah.