

**PENYULUHAN PERAN KELUARGA DALAM MEMUTUS MATA RANTAI  
CORONA**

**Oleh :**

**AZIMA DIMYATI**

**NONING VERAWATI**

**Rr. WIEDYA AYU ANZANI**

**DEVI RATNASARI TOGATOROP**



**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK**

**UNIVERSITAS BANDAR LAMPUNG**

**BANDAR LAMPUNG**

**2021**

**SURAT TUGAS**

**NOMOR : 090/U/FISIP-UBL/XI/2020**

Sesuai dengan program kerja Lembaga Penelitian Pengabdian Masyarakat Universitas Bandar Lampung tahun 2020, maka dengan ini Dekan FISIP Universitas Bandar Lampung menugaskan kepada :

1. Nama : Dra. Azima Dimiyati, MM  
Pekerjaan : Dosen FISIP Universitas Bandar Lampung
2. Nama : Moning Verawati, MA  
Pekerjaan : Dosen FISIP Universitas Bandar Lampung
3. Nama : Rr. Wiedya Ayu Anzani  
Pekerjaan : Mahasiswa FISIP Universitas Bandar Lampung
4. Nama : Devi Rattasari Togatorop  
Pekerjaan : Mahasiswa FISIP Universitas Bandar Lampung

Untuk mengadakan Kegiatan Penyuluhan yang diselenggarakan di Desa Candimas Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan, pada tanggal 24 s/d 25 November 2020, dengan judul "Peran Keluarga Dalam Memutus Mata Rantai Corona".

Demikian surat tugas ini agar dapat dilaksanakan dengan baik serta penuh tanggung jawab.

Ditetapkan di : Bandar Lampung  
Pada Tanggal : 19 November 2020

Dekan FISIP-UBL  
  
Dr. Ida Farida, M.Si

## HALAMAN PENGESAHAN

2. a. Judul Kegiatan : Penyuluhan Tentang Peran Keluarga Dalam Memutus Mata Rantai Corona
- b. Bidang Ilmu : Ilmu Administrasi
3. Nama Penyuluh :
  - a. Nama : Dra. Azima Dimiyati, MM
  - Pekerjaan : Dosen FISIP Universitas Bandar Lampung
  - b. Nama : Noning Verawati, MA
  - Pekerjaan : Dosen FISIP Universitas Bandar Lampung
  - c. Nama : Rr. Wiedya Ayu Anzani
  - Pekerjaan : Mahasiswa FISIP Universitas Bandar Lampung
  - d. Nama : Devi Ratnasari Tigatorop
  - Pekerjaan : Mahasiswa FISIP Universitas Bandar Lampung
4. Fakultas/Prodi : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik/Ilmu Administrasi Publik
5. Perguruan Tinggi : Universitas Bandar Lampung
6. Bidang Keahlian : Ilmu Administrasi
7. Waktu Penelitian : 24 s/d 25 November 2020
8. Lokasi Penelitian : Desa Candimas Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan
9. Biaya Kegiatan : Rp. 6.000.000.-
10. Sumber Dana : Mandiri

Bandar Lampung, 03 Desember 2020

Mengetahui :

Dekan  
  
Dr. Ida Farida, M.Si

Pelaksana  
  
Dra. Azima Dimiyati, MM

Mengetahui,

Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat (LPPM) UBL

Kepala  
  
Dr. Hendri Dusan, SE, MM



**UNIVERSITAS BANDAR LAMPUNG**  
**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN PADA MASYARAKAT**  
**( LPPM )**  
Jl. Z.A. Pagar Alam No : 26 Labuhan Ratu, Bandar Lampung Telp: 701979  
E-mail : lppm@ubl.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 019 / S.Ket / LPPM / II / 2021

Kepala Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat ( LPPM ) Universitas Bandar Lampung dengan ini menerangkan bahwa :

- |               |   |
|---------------|---|
| 1. a. N a m a | : Dra. Azima Dimiyati, M.M                                |
| b. Jabatan    | : Dosen Tetap FISIP UBL (Ketua Tim Pengabdian Masyarakat) |
| c. NIDN       | : 0221056901  |
| 2. a. N a m a | : Noning Verawati, M.A                                    |
| b. Jabatan    | : Dosen Tetap FISIP UBL (Tim Pengabdian)                  |
| c. NIDN       | : 0205058603  |
| 3. a. N a m a | : Rr. Wiedya Ayu Anzani                                   |
| b. Jabatan    | : Mahasiswa FISIP/ Ilmu Adm. Publik UBL (Tim Pengabdian)  |
| c. NPM        | : 17111039  |
| 4. a. N a m a | : Devi Ratnasari Togatorop                                |
| b. Jabatan    | : Mahasiswa FISIP/ Ilmu Adm. Publik UBL (Tim Pengabdian)  |
| c. NIDN       | : 17111055  |

Telah melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan Judul :  
"Penyuluhan Peran Keluarga Dalam Memutus Mata Rantai Corona"

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandar Lampung, 05 Februari 2021  
Kepala LPPM-UBLA

Dr. Hendri Duan, SE., M.M

- Tembusan:
1. Rektor UBL ( sebagai laporan )
  2. Yang bersangkutan
  3. Arsip

# **PENYULUHAN PERAN KELUARGA DALAM MEMUTUSMATA RANTAI CORONA**

## **ABSTRAK**

**Azima Dimiyati, Noning Verawati, Rr. Wiedya Ayu.A, Devi Ratnasari.T**

Keluarga memiliki peran yang penting. Kita mulai dari keluarga, lingkungan sekitar dalam memutus mata rantai penularan Covid-19, maka kita harus bersama-sama saling mengingatkan antara satu dengan yang lainnya. Adaptasi kebiasaan harus diterapkan bagi seluruh lapisan masyarakat tanpa terkecuali. Sebab Covid-19 tidak memilih korbannya. Seorang ibu pasti akan mengingatkan suami dan anak-anaknya untuk mematuhi protokol kesehatan 3M (memakai masker, memcuci tangan dan menjaga jarak). Dengan demikian, maka orang tersayang akan terhindr dari bahaya corona yang masih mengintai di sekeliling kita.

Target yang akan di capai adalah dengan fungsi afeksi, fungsi sosialisasi dan merupakan fungsi keluarga sebagai guru untuk menanamkan kepercayaan, nilai, sikap dan pentunjuk penyelesaian masalah dan dengan melaksanakan fungsi pemeliharaan kesehatan juga merupakan fungsi keluarga memberikan keamanan dan kenyamanan bagi seluruh anggota keluarga agar bebas dari suatu penyakit.

Sedangkan luaran yang diharapkan adalah hendaknya bebarapa aktivitas keluarga selama mengisi waktu bersama dirumah yang dilakukan di pagi hari dengan cara senam pagi/olahraga bersama, sarapan, mandi, doa pagi bersama dan lainnya, Sedangkan pada siang hari melakukan makan siang bersama serta istirahat. Pada sore harinya dapat dilakukan dengan bermain di rumah atau di halaman rumah, mendengar musik, duduk bersama dan bercerita dan lain lain. Pada malam harinya makan malam bersama, berdoa bersama, menjelaskan kondisi saat ini untuk diketahui seluruh keluarga, kepala keluarga berperan memberikan informasi yang benar sesuai dengan informasi dari pemerintah.

Metode pelaksanaan yang dilakukan adalah dengan cara mengikuti mengikuti seminar-seminar tentang peranan keluarga dalam memutus mata rantai corona seperti bagaimana caranya menjadi manajer dalam rumah tangga untuk memastikan keluarga tetap sehat dan terpenuhi kebutuhannya, membantu perekonomian keluarga dan mendampingi anak belajar di rumah. Serta, menjadi garda terdepan tenaga kesehatan dalam penanganan Covid-19. Mengikuti workshop-workshop yang dilakukan oleh lembaga-lembaka atau organisasi-organisasi lainya tentang bagaimana memiliki tingkat kepatuhan terhadap protokol kesehatan yang lebih tinggi lagi dengan begitu, berbagai upaya dan kebijakan dalam menghadapi Covid-19 dapat dilakukan sebaik mungkin. Mengikuti kajian-kajian tentang peran ibu dalam membimbing rumah tangganya menjadi keluarga yang bahagia, harmonis dan sejahtera.

**Kata Kunci : Keluarga, Mata Rantai, Corona**

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang maha Esa atas segala rahmat-Nya sehingga pengabdian ini dapat terselenggara dengan baik. Tidak lupa kami juga mengucapkan banyak terimakasih atas bantuan dari pihak yang telah berkontribusi dengan memberikan sumbangan pemikiran dan masukan serta kerjasama yang baik dengan Kepala Desa Candimas Kecamatan Natar Kabupaten Tanggamus.

Dan harapan kami semoga penyuluhan ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman bagi para pegawai. Kami yakin masih banyak kekurangan dalam penyampaian materi ini. Oleh karena itu kami sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari para peserta demi kesempurnaan dari penyuluhan berikutnya.

Bandar Lampung, November 2020

Penyusun,

## DAFTAR ISI

### **BAB I : PENDAHULUAN**

1.1 Analisis Situasi.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	2

### **BAB II : TARGET DAN LUARAN**

2.1 Target.....	2
2.2 Luaran.....	3

### **BAB III : MERODE PELAKSANAAN**

3.1 Solusi Yang Ditawarkan.....	3
3.2 Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan.....	4

### **BAB IV : KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI..... 4**

### **BAB V : HASIL YANG DICAPAI..... 5**

### **BAB VI : KESIMPILAN DAN SARAN**

6.1 Kesimpulan.....	5
6.2 Saran.....	5

### **DAFTAR PUSTAKA..... 6**

### **LAMPIRAN**

# **PENYULUHAN PERAN KELUARGA DALAM MEMUTUS MATA RANTAI CORONA**

## **BAB I : PENDAHULUAN**

### **1.1 Analisis Situasi**

Keluarga berperan penting dalam memutus mata rantai Covid-19. Utamanya, bahwa seorang ibu akan selalu menjaga keluarganya. Dalam situasi pandemi Covid-19, seorang ibu pasti akan ketat dalam menjaga keluarganya agar tak tertular. Seorang ibu pasti akan mengingatkan suami dan anak-anaknya untuk mematuhi protokol kesehatan 3M (memakai masker, memcuci tangan dan menjaga jarak). Dengan demikian, maka orang tersayang akan terhindr dari bahaya corona yang masih mengintai di sekeliling kita.

Keluarga memiliki peran yang penting. Kita mulai dari keluarga, lingkungan sekitar dalam memutus mata rantai penularan Covid-19, maka kita harus bersama-sama saling mengingatkan antara satu dengan yang lainnya. Adaptasi kebiasaan harus diterapkan bagi seluruh lapisan masyarakat tanpa terkecuali. Sebab Covid-19 tidak memilih korbannya. Bagi seluruh keluarga khususnya yang ada di desa-desa harus tahu dan memahami kebiasaan baru ini seperti dalam penerapan di lingkungan keluarga yang dilakukan setiap hari dan setiap saatnya. Dan jangan sampai mengabaikan penerapan protokol kesehatan.

Upaya untuk memutus mata rantai penyebaran virus corona melalui langkah social distancing akan lebih efektif jika dilandasi oleh kesadaran dari semua pihak atau semua anggota keluarga. Peran keluarga sangat diperlukan untuk pelaksanaan social distancing, terutama orangtua atau orang dewasa yang ada di rumah tersebut. Setiap orangtua harus mengawasi dan terus memantau serta memastikan semua anak tetap berada di rumah. Kalaupun ada acara di luar, pastikan untuk tetap menjaga diri. Selain itu, seluruh anggota keluarga harus menjalani perilaku hidup bersih dan sehat. Orangtua harus mampu mencontohkan dan menegaskan bahwa setiap anggota keluarga diwajibkan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

Dalam pandemi Covid-19 ketika aktivitas sosial dan kegiatan di luar rumah dibatasi, keluarga menjadi klaster terakhir setelah semua kerumunan terlewati. Oleh karenanya, penting untuk melibatkan semua anggota keluarga demi menghindari penularan di lingkaran terdekat. Klaster keluarga sangat efektif dalam melakukan *treatment*. Ketika keluarga dikuatkan, anak-anak bisa menerapkan protokol kesehatan, kakek dan nenek yang memiliki komorbid tak tertular. Dengan penerapan 3M (memakai masker, menjaga jarak, dan mencuci tangan) jadi kunci, terutama untuk keluarga di lingkaran perkotaan, mengingat kota yang lingkungannya padat penduduk dan luas rumahnya terbatas dan mempunyai kasus positif Covid-19 yang tinggi. Itu sebabnya kenapa kota lebih tinggi kasus positifnya karena rumahnya kecil dan jarak antara satu dan lainnya sulit dihindarkan.

## **1.2 Rumusa Masalah**

Pemerintah Republik Indonesia telah menetapkan berbagai kebijakan dalam upaya pencegahan penularan dan penyebaran virus korona dimasyarakat. Salah satu kebijakan pemerintah adalah menetapkan kegiatan belajar, bekerja, dan ibadah dirumah. Semua kegiatan kemasyarakatan dihentikan dan masyarakat dihimbau untuk dirumah saja. Penetapan ini dilakukan mengingat risiko penularan dan penyebaran virus corona dimasyarakat yang sangat tinggi baik secara langsung maupun tidak langsung melalui media penularan pada fasilitas pelayanan umum. Berbagai berita tentang Covid-19 dimasyarakat tidak jarang mengakibatkan masalah kesehatan bagi suatu keluarga. Masalah kesehatan pertama yang dialami keluarga adalah masalah kesehatan psikologis, yang ditandai dengan rasa takut yang tinggi, cemas, curiga, khawatir berlebihan sampai mungkin pada gangguan tidur dan emosional. Kondisi ini terjadi saat anggota keluarga menerima informasi yang tidak tepat dan dianggap menakutkan.

## **BAB II : TARGET DAN LUARAN**

### **1.1 Target**

1. Menyikapi wabah penyakit Covid-19 yang disebabkan oleh virus korona saat ini, peran dan fungsi keluarga menjadi dasar utama untuk memotong mata rantai penularan virus korona di masyarakat, yaitu fungsi afeksi; merupakan fungsi keluarga untuk memberikan kenyamanan emosional bagi anggota keluarga dan melindungi seluruh anggota keluarga dari stres.

2. Dengan adanya peran keluarga dalam memutuskan mata rantai corona dapat dipenuhi dengan cara keluarga saling mengingatkan dan saling mendengarkan untuk mematuhi arahan pemerintah untuk dirumah saja, sosial distancing, bekerja, belajar, dan beribadah dirumah, seperti fungsi sosialisasi; merupakan fungsi keluarga sebagai guru untuk menanamkan kepercayaan, nilai, sikap dan petunjuk penyelesaian masalah. Fungsi ini dapat dipenuhi dengan cara keluarga mengurangi aktivitas diluar rumah yang tidak penting, menghindari berita yang belum diketahui kebenarannya/hoax, tidak ikut menyebarkan berita hoax, dan hanya menerima informasi dari pemerintah atau sumber yang jelas.

3. Dengan melaksanakan fungsi pemeliharaan kesehatan; merupakan fungsi keluarga memberikan keamanan dan kenyamanan bagi seluruh anggota keluarga agar bebas dari suatu penyakit. Fungsi ini dapat dipenuhi dengan cara keluarga menyediakan/menggunakan masker sesuai petunjuk pemerintah, menyediakan sabun dan tempat mencuci tangan, makanan bergizi, multivitamin, waktu istirahat yang cukup untuk seluruh anggota keluarga dan kamar tidur yang nyaman bagi anggota keluarga yang sakit.

## **1.2 Luaran**

1. Hendaknya beberapa aktivitas keluarga selama mengisi waktu bersama dirumah yang dilakukan di pagi hari dengan cara senam pagi/olahraga bersama, sarapan, mandi, doa pagi bersama, belajar atau mengerjakan tugas sekolah/kampus, dimana orang tua berperan sebagai guru. Sedangkan pada siang hari hendaknya melakukan makan siang bersama serta istirahat.

2. Sedangkan pada sore harinya dapat dilakukan dengan bermain di rumah atau di halaman rumah, mendengar musik, duduk bersama dan bercerita, membuat perlombaan untuk anak-anak seperti lomba bernyanyi, lomba menggambar, lomba berdoa, dan lain-lain. Pada malam harinya makan malam bersama, berdoa bersama, menjelaskan kondisi saat ini untuk diketahui seluruh keluarga, kepala keluarga berperan memberikan informasi yang benar sesuai dengan informasi dari pemerintah.

3. Diharapkan semua aktivitas dirumah akan berjalan dengan baik tergantung pada kepala keluarga, orang tua, dan anggota keluarga yang berusia dewasa dalam rumah.

Harus disadari bahwa kepatuhan seseorang dalam kehidupan berasal dari kepatuhan dalam keluarga, kepatuhan seluruh anggota keluarga sama dengan kepatuhan seluruh masyarakat disuatu wilayah.

### **BAB III : METODE PELAKSANAAN**

#### **3.1 Solusi Yang Ditawarkan**

Langkah pencegahan yang dapat dilakukan masyarakat di antaranya lewat social distancing atau menjaga jarak dari keramaian, hingga berdiam diri di rumah. Selain itu, menjaga kebersihan lewat cuci tangan hingga melindungi diri dengan mengenakan masker. Namun, hal terpenting dalam pencegahan virus Covid-19 adalah peran keluarga. Masing-masing anggota keluarga harus dapat saling mengingatkan. Orang tua harus mengingatkan anak-anaknya untuk selalu menjaga kebersihan dan sebaliknya. Jadi pencegahan sudah dilakukan sejak dari rumah dan menjadi kebiasaan yang baik bagi masyarakat. Social distancing yang kini diterapkan pemerintah harus dipatuhi seluruh masyarakat. Pemerintah mendorong semua upaya untuk melakukan secara optimal dalam mencegah penyebaran virus corona. Hindari kumpul dalam jumlah banyak, imbuhan kerja di rumah dan meliburkan anak-anak sekolah jangan justru dijadikan kesempatan untuk berwisata. Bangsa Indonesia kini tengah diuji. Sehingga semua pihak tidak boleh saling menyalahkan. Kita harus hadapi bersama sebagai bangsa yang kuat, bergotong royong dalam menghadapi situasi yang tidak mudah ini. Pemerintah juga harus fokus pada pemberdayaan ekonomi, agar roda perekonomian terus bergerak. Maka yang perlu diperhatikan bagi kita semua bahwa dengan adanya peran keluarga dalam memutus mata rantai corona dapat dilakukan dengan cara :

1. Mengikuti seminar-seminar tentang peranan keluarga dalam memutus mata rantai corona seperti bagaimana caranya menjadi manajer dalam rumah tangga untuk memastikan keluarga tetap sehat dan terpenuhi kebutuhannya, membantu perekonomian keluarga dan mendampingi anak belajar di rumah. Serta, menjadi garda terdepan tenaga kesehatan dalam penanganan Covid-19.
2. Mengikuti workshop-workshop yang dilakukan oleh lembaga-lembaga atau organisasi-organisasi lain tentang bagaimana memiliki tingkat kepatuhan terhadap protokol kesehatan yang lebih tinggi lagi dengan begitu, berbagai upaya dan kebijakan

dalam menghadapi Covid-19 dapat dilakukan sebaik mungkin. Mengikuti kajian-kajian tentang peran ibu dalam membimbing rumah tangganya menjadi keluarga yang bahagia, harmonis dan sejahtera.

## **1.2 Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan**

Waktu pelaksanaan : Tanggal 24 – 25 November 2020

Tempat Pelaksanaan :Desa Candimas Kecamatan Natar  
Kabupaten Lampung Selatan

## **BAB IV : KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI**

Universitas Bandar Lampung adalah salah satu perguruan tinggi swasta telah banyak menjalin kerjasama atau MOU dengan beberapa pemerintah kabupaten dan pemerintah kota antara lain kabupaten Way Kanan, Lampung Barat, Tanggamus, Lampung Timur, Lampung Selatan dan Kota Metro. Salah satu lembaga di Universitas Bandar Lampung yang menangani masalah penelitian dan pengabdian adalah Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM). Kerjasama yang dilakukan antara lain mengadakan kegiatan-kegiatan sosial dan menjadi Pembina beberapa desa misalnya tentang kegiatan kewirausahaan, menjadi tenaga sukarela dalam pembinaan anak-anak putus sekolah, sebagai konsultan akunting, konsultan bangunan. Dan bekerjasama juga dengan lembaga-lembaga pemerintahan dan swasta, misalnya dengan TV RI Lampung, Dinas Pariwisata, sebagai promosi wilayah misalnya ikut dalam festival Krakatau. Mengikutkan mahasiswa dalam kegiatan Muli Mekhanai Lampung dan lainnya.

Adanya Uni Kegiatan Mahasiswa Budaya dan Seni (UKM BS) di Universitas Bandar Lampung yang sangat variatif bidang-bidangnya misalnya paduan suara, teater, photo grafi, seni tari, seni musik dan lainnya yang dibina oleh beberapa orang dosen berada di bawah tanggung jawab Wakil Rektor III bagian kemahasiswaan. Universitas Bandar Lampung memiliki pakar-pakar budaya seni yang tersebar di beberapa fakultas walaupun bukan sebagai professional tetapi mereka memiliki pengalaman-pengalaman dan keahlian dalam bidang seni dan budaya. Para dosen-dosen tersebut yang ditunjuk oleh lembaga sebagai pembina sekaligus sebagai pelatih para mahasiswa di unit kegiatan mahasiswa budaya dan seni .

## **BAB V : HASIL YANG DICAPAI**

Peran keluarga dalam memutus mata rantai penyebaran Covid-19 dinilai sangat besar. Terlebih dalam menjaga kesehatan dan melaksanakan protokoll kesehatan sesuai dengan aturan pemerintah. Saling mengingatkan anggota keluarga agar konsisten menjaga kesehatan dan mengikuti protocol kesehatan. dengan demikian keluarga akan menjadi hebat untuk memutus mata rantai Covid-19. Masing-masing anggota keluarga saling mengingatkan satu sama lainnya, mulai dari memakai masker, mencuci tangan sesering mungkin dan meminimalisir frekuensi keluar rumah apabila tidak mendesak. Salah satu situasi yang memerlukan peran besar keluarga untuk berperan aktif adalah ketika di dalam suatu rumah ada ibu hamil. Tidak hanya kondisi fisiknya dijaga tetapi kondisi psikis juga menjadi prioritas. Apalagi informasi yang banyak beredar saat ini khususnya di social media banyak yang bersifat hoaks. Upaya harus terus kita lakukan, salah satunya adalah dengan memberdayakan peran keluarga dalam memutus mata rantai Covid-19. Peran keluarga dapat diandalkan dalam penanganan Covid-19 karena memiliki banyak potensi yang ada dalam keluarga.

## **BAB VI : KESIMPULAN DAN SARAN**

### **6.1 KESIMPULAN**

Keluarga menjadi tumpuan bagi semua anggotanya selama pandemi Covid-19 berlangsung. Semua aktivitas dilakukan di rumah, anak-anak belajar dari rumah dan mereka yang bekerja juga *work from home* serta dianjurkan *stay at home*. Beban keluarga pada masa ini menjadi bertambah, seperti meningkatkan kesehatan keluarga, melaksanakan fungsi pendidikan, meningkatkan perlindungan keluarga, mengefektifkan pengasuhan dan memelihara resiliensi keluarga. Isu meningkatnya beban keluarga, ditunjukkan dari hasil survey, tentang stress orangtua mendampingi anak belajar di rumah pada awal Kebijakan *social distancing*. Ada kekhawatiran orangtua terkait dengan kesehatan keluarga, ekonomi keluarga, pendidikan anak. Sementara pandemi Covid-19 belum jelas kapan berakhirnya dan keluargalah yang akan menghadapi situasi dampak pandemi ini.

## 6.2 SARAN

Keluarga sebagai tumpuan solusi dalam menghadapi pandemi Covid-19 merupakan sumber pertolongan pertama bagi anggota keluarganya. Memelihara kesehatan dan kekuatan keluarga dalam memfungsikan kembali fungsi keluarga merupakan aspek penting yang harus dipelihara. Dengan adanya ketahanan keluarga akan membangkitkan motivasi anggota keluarga dalam menghadapi krisis pandemi Covid-19. Namun apabila keluarga mengalami disfungsi keluarga maka pekerja sosial perlu untuk memberikan layanan konseling keluarga untuk meningkatkan ketahanan keluarga dalam menghadapi krisis pada pandemi Covid-19.

## DAFTAR PUSTAKA

Darmalaksana, W., Hambali, R., Masrur, A., & Muhlas, M. (2020). *Analisis Pembelajaran Online Masa WFH Pandemic Covid-19 sebagai Tantangan Pemimpin Digital Abad 21*. Karya Tulis Ilmiah (KTI) Masa Work From Home (WFH) Covid-19 UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 1-12.

Fadillah, Ika dkk. 2010 . *Hubungan Tipe Pola Asuh Orang Tua dengan Emotional Quotient pada Anak Usia Prasekolah di TK Islam AlFatimah Sumampir Purwokerto Utara*. Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing), (5) 01, 1-12.

Ihsanuddin. (2020). *Fakta Lengkap Kasus Pertama Virus Corona di Indonesia*. Kompas.Com

Pudjiwati, Sayogyo, 1997, *Peranan Wanita Dalam Perkembangan Masyarakat Desa*, Jakarta: CV Rajawali.

Soekanto, Soerjono. 2004, *Sosiologi Keluarga (Tentang ikhwal keluarga, dan anak)*, Jakarta: CV. Rajawali.

## LAMPIRAN

Materi Penyuluhan Peranan Keluarga Dalam Memutus Mata Rantai Corona

# PERAN KELUARGA DALAM MEMUTUS MATA RANTAI CORONA

---

OLEH :

Azima Dimiyati

Noning Verawati

Rr. Wiedya Ayu Anzani

Devi Ratnasari Togatorop

- Keluarga memiliki peran sentral dalam memutus mata rantai penularan COVID-19. Penerapan protokol kesehatan dengan 3M (memakai masker, menjaga jarak, dan mencuci tangan) yang ketat akan membuat lingkungan terdekat aman dari virus Corona.

- Jika diperinci berdasarkan usia, lansia menjadi kelompok usia paling rentan meninggal karena terpapar virus Corona. 42,1 persen kematian oleh COVID-19 terjadi pada rentang usia 60 tahun ke atas, diikuti 39,1 persen pada rentang usia 46 hingga 59 tahun.
- Setelah itu, 13,4 persen pada rentang usia 31-45 tahun, lalu secara berturut-turut 3,7 persen usia 19 hingga 30 tahun, 0,9 persen usia 6-18 tahun, dan terakhir 0,8 persen rentang usia 0-5 tahun.

## Peran keluarga dalam mencegah Covid-19 setidaknya mencakup empat hal:

- *Pertama*, menanamkan pola pikir yang benar tentang penyakit Corona dengan memberikan informasi yang tepat dan selengkap-lengkapnya tentang penyakit ini mulai dari faktor penyebab, cara penularan, persebaran terkini, cara pencegahan, resiko bagi yang terinfeksi, hingga upaya penanganan bila ada anggota keluarga yang terinfeksi.
- Dengan pemberian pengetahuan yang cukup, akan membuat ketenangan jiwa seluruh anggota keluarga tanpa meninggalkan kewaspadaan terhadap bahaya penyakit ini.

*Kedua*, menanamkan sikap yang benar dalam menghadapi penyakit Corona yang memang tidak bisa diremehkan dampaknya bagi keluarga, masyarakat, bangsa dan negara.

Sikap yang dimaksud adalah tetap sabar dan tawakal bahwa penyakit ini adalah cobaan dari Allah Tuhan Yang Maha Esa, sehingga tidak ada anggota keluarga yang mengeluh, saling menyalahkan atau menghujat orang lain/pemerintah karena dianggap tidak becus menangani penyakit ini.

Sikap yang benar ini juga perlu ditunjukkan dengan sikap disiplin dan patuh terhadap peraturan yang diberlakukan oleh pemerintah sehingga memudahkan dalam pengendalian penyakit Corona yang telah merambah seluruh bangsa di dunia ini.

- *Ketiga*, mengajarkan perilaku yang benar untuk mencegah terjangkitnya anggota keluarga terhadap penyakit Corona. Perilaku yang benar ini diantaranya adalah dengan menjalankan perilaku hidup yang bersih dan sehat untuk meningkatkan daya tahan tubuh sehingga terhindar dari berbagai penyakit termasuk Corona.
- Implementasinya, selalu menjaga kebersihan diri dan lingkungannya, selalu cuci tangan saat akan dan sesudah melakukan sesuatu, rajin berolah raga, makan makanan dengan menu gizi seimbang, menerapkan cara bergaul yang sehat, menggunakan masker atau sarung tangan saat pergi keluar rumah, menggunakan pakaian yang dapat melindungi tubuh apabila bersentuhan dengan orang lain tanpa sengaja, dan sebagainya.

- *Keempat*, mengajak pada seluruh anggota keluarga untuk menjalankan 8 fungsi keluarga secara bersungguh-sungguh agar penyakit Corona lebih cepat dapat diatasi. Mulai dari fungsi keagamaan, sosial budaya, cinta kasih, perlindungan, sosialisasi dan Pendidikan, ekonomi hingga pembinaan lingkungan. Penerapan 8 fungsi ini setidaknya, mengajak seluruh anggota keluarga untuk rajin beribadah sesuai agama dan kepercayaannya masing-masing dan berdoa agar penyakit Corona segera dihilangkan dari muka bumi, bergotong royong membantu meringankan beban anggota keluarga yang sedang dirudung masalah, serta memberikan perhatian dan kasih sayang yang cukup kepada sesama anggota keluarga.

Selain itu memberikan rasa aman dan tenteram satu sama lain, menolong anggota keluarga yang dalam kesulitan serta menjaga keharmonisan hubungan antara anggota keluarga. Tidak boleh dilupakan menjaga kebersihan rumah dan lingkungan serta menjaga hubungan baik dan peduli dengan tetangga dan masyarakat sekitar.

- Peran penting keluarga dalam pencegahan penyakit Corona ini tentu saja akan dapat dilakukan secara baik manakala Ayah atau Ibu mampu berposisi sebagai motor penggerak dan pemberi motivasi.
- Ayah atau ibu harus mampu memberikan contoh yang baik dalam pencegahan penyakit Corona dalam lingkungan keluarga.

- Contoh yang baik dapat dilakukan dengan mulai dari rajin ibadah dan berdoa, menjaga kebersihan, rajin berolah raga, makan-makanan yang bergizi dengan menu seimbang, bersikap dan berperilaku yang tidak beresiko saat bertemu dengan orang lain hingga taat dan patuh terhadap anjuran atau kebijakan pemerintah dalam memerangi wabah Corona ini.

Berdasarkan rilis Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) Republik Indonesia, terdapat protokol kesehatan keluarga yang dapat dijadikan panduan untuk pengendalian penularan COVID-19. Rinciannya sebagai berikut :

- Menerapkan penggunaan masker untuk seluruh anggota keluarga, kecuali bayi di bawah 2 tahun atau anggota keluarga dewasa yang punya masalah pernapasan tertentu.
- Menjaga jarak dengan orang lain, minimal 1 meter untuk mencegah kemungkinan terkena droplet.

- Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir minimal 20-30 detik atau gunakan hand sanitizer.
- ~~Hindari kerumunan baik di dalam maupun di luar rumah bersama orang lain.~~
- Meningkatkan daya tahan tubuh dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), termasuk konsumsi gizi seimbang, olahraga minimal 30 menit sehari, tidur yang cukup (6-8 jam), mengelola stres, mandi 2 kali sehari, dan usai dari luar rumah, ganti pakaian sebelum kontak dengan anggota keluarga.

- Batasi diri dalam berinteraksi dengan orang lain, mengurangi transaksi dengan uang fisik yang berpotensi menjadi sebab penularan COVID-19, dan ketika menerima paket segera semprot dengan disinfektan.
- Hindari merokok di dalam rumah.
- Jika sakit, terapkan etika batuk/bersin (tutup mulut saat batuk/bersin dengan tisu atau menggunakan lengan bagian atas, buang tisu ke tempat sampah, dan cuci tangan setelah bersin/batuk). Jika sakit berlanjut, segera kontak dokter/tenaga kesehatan.

- Penularan virus COVID-19 dapat diminimalisasi dengan menerapkan protokol kesehatan. Jangan lupa selalu #ingat pesan ibu# dan menerapkan 3M yaitu memakai masker, mencuci tangan dengan sabun, serta menjaga jarak dan menghindari kerumunan.