PERAN KELUARGA DALAM PENCEGAHAN PENULARAN COVID-19

Nada Syahla / 191101073

Email : Nadasyahla20@gmail.com

ABSTRAK

Dimasa Pandemi Covid-19, Peran keluarga sangat dibutuhkan. Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang memiliki pengaruh kuat terhadap perkembangan anggota keluarganya. Keluarga memiliki peranan penting dalam upaya pencegahan penularan Covid-19 dengan menjalankan peran dan fungsinya secara optimal dan baik Sehingga dapat mencegah para anggotanya dari penularan Covid-19.

Kata Kunci : Peran, Keluarga, Covid-19

ABSTRACT

During the Covid-19 Pandemic, the role of the family was urgently needed. The family is the smallest unit of society that has a strong influence on the development of family members. Families have an important role in efforts to prevent Covid-19 transmission by carrying out their roles and functions optimally and well so that they can prevent their members from transmitting Covid-19.

Keyword : Role, Family, Covid-19

Latar Belakang

Keluarga merupakan sekumpulan dari dua individu atau lebih yang hidup bersama dalam satu rumah karena ikatan perkawinan, hubungan darah atau adopsi yang kemudian di dalamnya yaitu setiap anggotanya memiliki perannya masing-masing. Selain peran yang dimiliki masing-masing anggota keluarga, di dalam keluarga juga terdapat beberapa fungsinya tersendiri yang harus dijalankan secara optimal guna menciptakan dan mengembangkan kualitas. Dalam bidang kesehatan, Keluarga dapat didefinisikan sebagai unit dasar dalam masyarakat yang dapat menimbulkan, mencegah, memperbaiki dan mempengaruhi anggota keluarga untuk meningkatkan kualitas kesehatan keluarga. Dengan ungkapan lain, keluarga dapat diimplifikasikan sebagai konteks sosial primer dalam mempromosikan kesehatan dan pencegahan penyakit dalam mencegah persebaran dari berbagai jenis penyakit termasuk Covid-19.

Corona Virus Disease (COVID-19) merupakan penyakit yang ditimbulkan karena virus. Penyakit ini melanda dunia di akhir tahun 2019 kemudian menjadi pandemi setelah ditetapkan oleh Organisasi kesehatan dunia (WHO) menetapkan Corona Virus Disease (COVID-19) pada tanggal 11 Maret 2020. Serangan virus ini telah menyebar dengan cepat hampir ke seluruh dunia termasuk Indonesia. penyebarannya Covid-19 ini dapat terjadi melalui kontak dekat (sekitar 2 meter) dari orang ke orang melalui cipratan pernapasan yang terjadi ketika orang yang terinfeksi Covid-19 batuk atau bersin. Cipratan dari batuk atau bersin tersebut kemudian mendarat di mulut atau hidung orang yang berada didekatnya. Pada umumnya, tanda dan gejala dari infeksi

coronavirus ini diantaranya ialah batuk, demam dan sesak napas, serta beberapa kasus yang berat dapat menyebabkan syndrome pernapasan akut (mengalami kesulitan bernapas)

Pada kenyataannya, penyebaran pandemi Covid-19 tidak hanya menyebabkan gejala dan penyakit fisik saja, tetapi juga memberikan dampak psikologis baik pada penderita atau masyarakat luas. Bagi penderita, dampak psikologis bisa dirasakan seperti perasaan tertekan, stress dan cemas saat didiagnosis positif Covid-19. Sedangkan untuk masyarakat luas, dapat menimbulkan perasaan tertekan, stress dan cemas dengan pemberitaan mengenai meningkatnya jumlah penderita Covid-19. Kondisi seperti ini tentunya berbahaya bagi para individu, karenanya diperlukan antisipasi atau pencegahan terhadap dampak psikologis dari Covid-19 ini, salah satunya melalui peran keluarga.

Peristiwa pandemi Covid-19 yang terjadi di hampir seluruh dunia ini, menunjukkan semakin pentingnya peran keluarga dalam mengasuh, merawat dan juga mendidik anak. Peristiwa ini mengembalikan fungsi awal keluarga sebagai pusat segala kegiatan, tempat terjadinya pendidikan yang utama untuk anak. pengetahuan yang baik dan atau sikap positif dari keluarga akan diikuti dengan perilaku yang baik juga dalam upaya pencegahan COVID-19.

Metode

Metode yang dilakukan dalam penulisan kajian ini yaitu dengan cara membaca, menganalisis serta mengeksplorasi dari referensi yang berkaitan dengan “ Peran Keluarga Dalam Pencegahan Penularan Covid-19 ”, melalui berbagai referensi jurnal yang

didapatkan dengan memasukkan kata kunci sesuai dengan judul kajian yang dibahas pada google scholar dan Research Gate.

Hasil

Berdasarkan hasil literature yang dilakukan pada kajian ini, didapatkan hasil mengenai “Peran Keluarga Dalam Pencegahan Penularan Covid-19” yang telah dilakukan dari beberapa sumber kajian atau penulisan mendapatkan hasil yaitu Peran keluarga dalam upaya pencegahan penularan Covid-19 sangat besar, diantaranya keluarga dapat menjaga komunikasi yang baik antar anggota keluarga dan menjalankan beberapa fungsi yaitu fungsi agama, fungsi sosial budaya, cinta kasih, fungsi perlindungan, fungsi reproduksi, fungsi pendidikan dan sosialisasi, fungsi ekonomi dan fungsi pembinaan lingkungan untuk menghadapi dan mencegah persebaran wabah tersebut sehingga anggota keluarga dapat terhindar dari Covid-19.

Pembahasan

Konsep keluarga adalah sebagai unit sosial-ekonomi terkecil dalam masyarakat yang merupakan landasan dasar dari semua institusi, merupakan kelompok primer yang terdiri dari dua atau lebih orang yang mempunyai jaringan interaksi interpersonal, hubungan darah, hubungan perkawinan, dan adopsi.

Keluarga memiliki peran terhadap segala bentuk yang terjadi pada anggotanya. Sebagaimana tercermin dalam teori peran, yaitu perilaku yang diharapkan dari seseorang yang mempunyai suatu status. Dengan kata lain, peran adalah individu-individu menempati kedudukan-kedudukan tertentu, maka setiap anggota keluarga merasa bahwa setiap kedudukan yang ditempatinya tersebut dapat menimbulkan harapan-harapan tertentu

dari orang sekitarnya. Dengan demikian, peran keluarga adalah tingkah laku spesifik yang dilakukan seseorang dalam konteks keluarga. Seirama dengan hal tersebut, dalam konteks kesehatan Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan Pasal 12 menyebutkan bahwa setiap orang berkewajiban menjaga dan meningkatkan derajat kesehatan bagi orang lain yang menjadi tanggung jawabnya. Oleh sebab itu, keluarga memiliki peran untuk bertanggung jawab terhadap para anggotanya dalam hal kesehatan.

Keluarga dikatakan sehat bilamana memiliki kriteria yang penting bagi pertumbuhan seorang anak, yaitu dalam bidang beragama dalam keluarga, mempunyai waktu untuk bersama, mempunyai pola konsumsi yang baik bagi sesama anggota keluarga, saling menghargai satu dengan yang lainnya, masing-masing anggota merasa terikat dalam ikatan keluarga sebagai kelompok bila terjadi sesuatu permasalahan dalam keluarga mampu menyelesaikan secara positif konstruktif (Dadang Hawari, 2011)

Kondisi pandemi Covid-19 ini tetap harus dihadapi, kondisi kehidupan keluarga tiba-tiba sangat berubah. Dilingkungan rumah peran keluarga menjadi faktor pendukung dalam menghadapi situasi pandemic saat ini. Pandemi COVID-19 merupakan ancaman akut bagi kesejahteraan anak-anak dan keluarga karena tantangan yang terkait dengan gangguan sosial seperti ketidakamanan finansial, beban pengasuhan, dan stres terkait penyelesaian (mis. perubahan struktur, dan rutinitas).

Keluarga sebagai institusi terkecil harus dapat menghadapi situasi ini dan melindungi anggota keluarganya. Petr

(2004) memiliki keyakinan bahwa keluarga memiliki kemampuan dan kekuatan (strength family). Strength family pada kondisi keluarga yang baik ditandai dengan saling menghargai dan kasih sayang, adanya komitmen, memiliki komunikasi positif, menghabiskan waktu bersama dengan cara yang positif, adanya kesejahteraan spiritual, dan memiliki kemampuan untuk menangani stress dan krisis secara efektif (Dew, J. P, Anderson, et al., 2017). Kekuatan keluarga (strength family) dapat didefinisikan sebagai serangkaian relasi dan proses yang saling mendukung dan melindungi keluarga dan anggota keluarganya.

Beberapa langkah yang bisa dilakukan keluarga untuk mengurangi risiko kerentanan terhadap Covid-19 dan meningkatkan ketangguhan keluarga yaitu: 1) Lihat apa yang dibutuhkan oleh anggota keluarga. 2) Dengarkan keluhan anggota keluarga. 3) Beri rasa nyaman dan bantu agar menjadi tenang. 4) Bantu menghubungkan dengan berbagai alternatif solusi yang dibutuhkan. 5) Lindungi dari situasi yang lebih buruk. 6) Mengelola harapan.

Selain itu, Implementasi manajemen komunikasi keluarga dan berpikir sistem dalam mengelola keluarga agar tetap harmonis sangat penting pada saat pandemi COVID-19. Senantiasa menjaga komunikasi antar pribadi, saling bertanggungjawab dalam menjaga kebersihan diri dan keluarga dengan pola hidup yang sehat, serta terbuka dalam mengomunikasikan segala permasalahan yang ada dalam keluarga. Mengarahkan terwujudnya output yang dikehendaki seperti; anak-anak terawat baik secara fisik maupun mental. Untuk mengurangi berbagai dampak dari pandemic covid 19, maka diperlukan suatu upaya mitigasi

untuk mengurangi berbagai risiko yang mungkin terjadi dan meningkatkan kesejahteraan psikologis selama terjadi pembatasan berbagai aktivitas.

Keluarga menjadi tumpuan bagi semua anggotanya selama pandemi Covid-19 berlangsung. Semua aktivitas dilakukan di rumah, anak-anak belajar dari rumah dan mereka yang bekerja juga work from home serta dianjurkan stay at home. Beban keluarga pada masa ini menjadi bertambah, seperti :1) meningkatkan kesehatan keluarga; 2) melaksanakan fungsi pendidikan; 3) meningkatkan perlindungan keluarga; 4) mengefektifkan pengasuhan; dan 5) memelihara resiliensi keluarga. 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.

Keluarga juga memiliki delapan fungsi yang bisa dilakukan untuk menghadapi dan mencegah persebaran wabah tersebut, sebagaimana dipaparkan oleh kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) Harto Wardoyo, diantaranya ialah:

Pertama, fungsi agama, keluarga diharapkan agar memperkenalkan dan mengajak para anggotanya agar menanamkan nilai-nilai agama. Khususnya ditengah wabah saat ini, sebagai makhluk yang beriman agar dalam menghadapi wabah covid-19 ini dibutuhkan ketenangan, tidak panik dan meluruskan niat menyempurnakan ikhtiar dan selebihnya berdoa serta berserah diri kepada tuhan.

Kedua, fungsi sosial dan budaya, sebagai makhluk sosial dan berbudaya

maka menjadi sebuah keharusan bagi para orang tua untuk mengajak kepada anggota keluarganya untuk membudayakan hidup bersih dan sehat di lingkungan keluarganya masing-masing, serta diiringi juga dengan kepedulian baik kepada diri sendiri maupun kepada sesama anggota keluarganya untuk mencegah terjadinya penularan Covid-19.

Ketiga, cinta kasih, suatu keluarga memiliki fungsi, yaitu fungsi cinta kasih sesama keluarga. Sebagai wadah kehidupan yang penuh cinta kasih lahir batin ini, maka keluarga harus punya rasa empati, memperhatikan dan juga menolong dengan ikut tanggung jawab terlebih jika ada keluarga yang dalam hal ini dicurigai atau bahkan sudah ada yang positif mendertia infeksi covid-19.

Keempat, fungsi perlindungan, idealnya keluarga menjadi tempat berlindung yang aman dan nyaman bagi anggotanya. Karenanya, dalam rangka mencegah terjadinya penularan infeksi Covid-19, keluarga diharapkan mampu membangun dan menerapkan etika cara hubungan yang baik, saling mengingatkan kepada para anggotanya. Ketika semua keluarga taat dengan aturan dan himbauan dalam rangka mencegah penyebaran Covid-19 ini, maka kemudian anggota keluarga akan merasa aman.

Kelima, fungsi reproduksi, dalam rangka mengantisipasi penularan Covid-19, jika terdapat anggota keluarga yang rentan seperti ibu hamil, bayi dan balita, maka menjadi prioritas untuk mendapatkan perlindungan karena dapat mengancam kesehatan janin dalam kandungannya dan tentu menjadi suatu ancaman kesehatan bagi ibu dan bayinya. Oleh karena itu, para anggota keluarga harus melindungi bersama, sehingga bersama-sama bisa meningkatkan daya tahan tubuh para anggota keluarga khususnya yang rentan

tersebut dengan memberikan nutrisi, gizi, makanan dan perlindungan yang cukup. Dengan demikian, maka fungsi keluarga dalam hal reproduksi untuk ibu hamil, bayi, anak-anak dan orang tua dapat berjalan dengan baik.

Keenam, fungsi pendidikan dan sosialisasi, kepada orang tua diharapkan agar dapat memberikan pelajaran yang terbaik untuk anggota keluarga dan anak-anaknya. Hal ini merupakan suatu yang penting untuk memperhatikan anggota keluarga, misalnya kalau batuk cara menutup mulutnya sudah benar atau belum, kemudian jika pakai masker apakah pemakaiannya sudah benar atau belum dan ketika menggunakan fasilitas umum serta ketika tangannya bersentuhan apakah sudah tertib mencuci tangan dengan baik.

Ketujuh, fungsi ekonomi, dalam situasi seperti ini orang tua harus mampu mengajarkan kepada anggotanya keluarganya untuk tidak boros, seperti berpergian yang tidak penting, belanja berlebihan atau yang tidak begitu diperlukan untuk saat ini. Dengan ungkapan lain, harus efisien dalam mengeluarkan finansialnya dan pemahaman diri dari hal-hal yang tidak penting secara ekonomi.

Kedelapan, fungsi pembinaan lingkungan, di tengah wabah Covid-19 seperti ini tentunya menjadi sebuah keharusan bagi para individu untuk membersihkan lingkungan sekitar. Karenanya, anggota keluarga harus menerapkan gaya hidup ramah lingkungan untuk menciptakan lingkungan yang bersih. Berdasarkan fungsi-fungsi tersebut, maka keluarga memiliki peran untuk mencegah para anggota keluarganya agar terhindar dari pandemi Covid-19.

Dalam membangun keluarga yang adaptif terhadap situasi, maka perlu adanya

keinginan kuat untuk membentuk lingkaran baru yang positif untuk meningkatkan semangat orang tua dalam menciptakan keluarga yang mampu mengambil peran dalam menciptakan generasi yang unggul.

Penutup

Kesimpulan

Peran dan fungsi keluarga menempati posisi penting dan strategis. Keluarga memiliki peran terhadap segala bentuk yang terjadi pada anggotanya. Keluarga sebagai tumpuan solusi dalam menghadapi pandemi Covid-19 merupakan sumber pertolongan pertama bagi anggota keluarganya, keluarga bertanggung jawab terhadap para anggotanya dan mempunyai tujuan meningkatkan kualitas atau membangun gaya hidup sehat dan mencegah dari segala bentuk penyakit dengan memiliki beberapa fungsi di dalamnya. Memelihara kesehatan dan kekuatan keluarga dalam memfungsikan kembali fungsi keluarga merupakan aspek penting yang harus dipelihara untuk menghadapi dan mencegah persebaran wabah tersebut. Dengan adanya ketahanan keluarga akan membangkitkan motivasi anggota keluarga dalam menghadapi krisis pandemi Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

Ashidique, M. L. (2020). Peran Keluarga Dalam Mencegah Corona Virus Disease 2019. *Jurnal Sosial & Budaya Syar-i*, 7(10), 911-922.

Azrimaidaliza, Y. K. (2021). Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Keluarga dalam Meningkatkan Imunitas. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 20(1), 40-44.

Browne, D. T. (2020). Risk and Resilience in Family Well-Being During the COVID-19 Pandemic. *American Psychological Association*, 75(5), 631-643.

Kuswanti, A. (2020). Manajemen Komunikasi Keluarga Saat Pandemi COVID-19*. *Jurnal Sosial & Budaya Syar-i*, 7(8), 707-721.

Monardo, L. T. (2020). *Peran Keluarga sebagai Pendukung Utama*. Jakarta: Satuan Tugas Penanganan COVID-19 Nasional.

Putri, L. D. (2020). Optimalisasi Fungsi Edukasi Keluarga Di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 4(2), 56-61.

Sahrani, R. (2020). *Tinjauan Pandemi Covid-19 Dalam Psikologi Perkembangan*. Aceh: Syiah Kuala University Press.

Spinelli, M. (2020, July). Parents' Stress and Children's Psychological Problems in Families Facing the COVID-19 Outbreak in Italy. *11*, 1-7.

Susilowati, E. (2020). *Peranan Keluarga Dalam Menghadapi Covid-19 Di Indonesia*. Bandung: Research Gate.

Vera Krisdayanti, N. M. (2020). Optimalisasi Peran Keluarga Dalam Pengembangan Psikologi Anak. *Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 52-62.