

resilensi keluarga hadapi new normal

by Abdul Aziz Alimul Hidayat

Submission date: 29-Jun-2020 06:15PM (UTC+0700)

Submission ID: 1351297703

File name: artikel-covid-resilensi_keluarga_untuk_hadapi_covid-19.doc (854K)

Word count: 790

Character count: 5230

Resilensi Keluarga Hadapi New Normal



A. Aziz Alimul Hidayat *)

New normal, istilah yang sudah tidak asing lagi bagi semua masyarakat, mulai anak sekolah, pedagang kaki lima, ibu rumah tangga, karyawan, apalagi pekerja kantoran. Hampir setiap hari berita diberbagai media istilah new normal selalu kita dengar, walaupun new normal bukanlah istilah baru, namun perlu kita ketahui istilah new normal pertama kalinya digunakan ketika dunia mengalami krisis keuangan ditahun 2007-2008, istilah tersebut ditulis dalam sebuah artikel oleh Rich Miller dan Matthew Benjamin berjudul "Post-Subprime Economy Means Subpar Growth as New Normal in U.S. yang bermaksud untuk mengembalikan kebijakan dunia terhadap ekonomi dan industri akan memulai dengan cara baru pasca krisis.

Dalam konteks yang berbeda, new normal sekarang dan new normal diawal munculnya istilah tersebut adalah sangat berbeda. Sekarang masalah intinya adalah terjadinya covid-19 yang menjadi pandemi, sehingga menimbulkan berbagai masalah pada semua sektor, seperti pendidikan, sosial, keagamaan, keamanan, termasuk juga sektor yang berkaitan langsung dengan masalah ekonomi. Sehingga sebut saja sektor-sektor tersebut adalah masalah terjadi akibat masalah utama. Permasalahannya jika cara memahami istilah new normal sekarang sama dengan istilah new normal saat istilah tersebut dikenalkan, maka permasalahan inti dari pandemi covid-19 akan sulit teratasi dengan cepat, mengingat cara pandang yang berbeda. Maka dominasi penyelesaian sektor ekonomi dianggap lebih utama daripada mencari solusi menghentikan secara cepat penyebaran pandemi covid-19. Sehingga masyarakat akan abai terhadap masalah penyebaran covid-19, lihat saja tidak sedikit masyarakat yang masih belum patuh seperti menggunakan masker, dan melakukan physical distancing, bahkan sebagian juga menganggap dengan pemberlakuan new normal, dianggap bahwa covid-19 sudah tidak menjadi masalah utama bahkan cenderung sudah aman.

Jika hal tersebut tetap ada dalam pengetahuan dan persepsi masyarakat, tentu covid-19 bukannya menurun namun sebaliknya sulit dikendalikan. Perkembangan jumlah kasus covid-19 setiap hari dengan grafik yang naik turun, hal ini juga masih belum menunjukkan aman untuk semua kota/propinsi, sedangkan anggapan new normal sudah berlaku disemua kota/propinsi, padahal setiap kota/propinsi memiliki tingkat penyebaran kasus yang berbeda, hal ini juga memicu sebagian masyarakat memiliki kerentanan terhadap stress, belum lagi bagi keluarga dan tetangga yang dengan kasus ODP, PDP, dan kasus terkonfirmasi positif covid-19, tentu menambah beban stress yang tinggi. Jika hal tersebut terus terjadi maka katahanan keluarga dalam menghadapi masalah kesehatan tentu akan menurun.

Betty Neuman, dalam model konsep keperawatan yang dikenal dengan model *care systemnya* menggambarkan ketahanan keluarga/individu, seperti lingkaran garis pertahanan dan perlawanan pada komunitas, garis pertahanan yang dimaksud itu adalah lingkaran utuh yang mencerminkan keadaan stabil untuk individu atau keluarga yang terbentuk dari pola coping individu yang baik, gaya hidup sehat serta tahapan perkembangan keluarga yang sesuai, tentunya jika ada stressor maka garis pertahanan akan fleksibel untuk menghadang stressor yang ada, namun jika tidak mampu maka pertahanan tidak efektif lagi. Untuk itu sangat diperlukan system untuk mengatasi masalah kerentanan keluarga yang mengalami masalah stress dan memperburuk kesehatan dengan menekankan dan memperkuat pola pertahanan diri secara fleksibel dan normal maupun resisten pada keluarga, tentunya melalui resiliensi keluarga. Kondisi demikian jelas pada akhirnya yang menentukan derajat kesehatan keluarga masa pandemi ini dengan memperkuat resiliensi individu dan keluarga dari paparan covid-19.

Mengapa resiliensi keluarga dibutuhkan dalam situasi krisis? Resiliensi keluarga bukan hanya sekedar bertahan ditengah krisis tetapi memberi solusi untuk tumbuh dari kesulitan. Walaupun memaknai resiliensi tidak hanya menghitung seberapa jumlah dari ketahanan anggota keluarga, namun resiliensi dipandang dari proses relasi yang memfasilitasi kelangsungan hidup dan pertumbuhan keluarga. Dalam pandangan lain resiliensi digunakan sebagai strategi oleh keluarga dalam menghadapi tekanan, permasalahan yang ada dalam hal ini adalah situasi krisis saat ini yaitu terjadinya pandemi covid-19. Untuk memperkuat resiliensi pada keluarga tentu perlu sumber daya yang harus dimiliki keluarga itu sendiri, berupa cara pandang yang positif, nilai spiritualitas, keterikatan anggota keluarga, fleksibilitas, komunikasi keluarga, manajemen keuangan, waktu untuk bersama, kegiatan ritual dan rutin, serta dukungan sosial. Selain itu keluarga harus mampu memahami tugas kesehatan keluarga, seperti mengenal masalah, memutuskan penyelesaian masalah, melakukan modifikasi lingkungan untuk bertindak dalam mengatasi masalah, memanfaatkan pelayanan kesehatan yang tersedia.

Ringkasnya dalam menghadapi situasi new normal ini maka kita kembali kepada resiliensi keluarga dengan cara menghentikan cara berpikir masalah covid19 adalah bencana yang sulit diatasi, meyakini bahwa covid dapat diatasi dan banyak yang sembuh, sehingga mengurangi tingkat stress pada diri dan keluarga. Selanjutnya membangun kekuatan system keluarga dengan cara cegah bersama, sehat bersama dan bahagia bersama. Mengambil hikmah dari peristiwa covid-19, sehingga menjadi lebih sabar, mudah berempati, dan semakin mendekatkan diri kepada sang Pencipta, dan juga menjadikan pembelajaran dari kejadian covid-19 ini untuk hidup bersih dan sehat. Selain itu resiliensi keluarga juga dapat dilakukan dengan cara menyegarkan pikiran dengan emosi yang positif, selalu ada untuk anggota keluarga dan mendorong anggota keluarga untuk bangkit dan mampu bertahan dan berhasil dalam menghadapi situasi yang sulit ditengah pemberlakuan new normal disaat covid-19 tidak kunjung selesai.

*) A.Aziz Alimul Hidayat, dosen ilmu keperawatan,
wakil rektor 1 Universitas Muhammadiyah Surabaya

Email: azizhidayat@um-surabaya.ac.id

resilensi keluarga hadapi new normal

ORIGINALITY REPORT

0%

SIMILARITY INDEX

0%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

0%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

Exclude quotes On

Exclude bibliography On

Exclude matches < 20 words