




Pemberdayaan ibu dalam meningkatkan ketahanan keluarga di masa *new normal*

Nurul Komariah , Kharisma Virgian, Desy Setiawati

Poltekkes Kemenkes Palembang, Palembang, Indonesia

 nurulkomariah2007@gmail.com

 <https://doi.org/10.31603/ce.5515>

Abstrak

Penerapan *new normal* merupakan bentuk sikap dan tindakan menyesuaikan diri akibat terjadinya kondisi atau peristiwa tertentu. Masyarakat masih kurang pengetahuannya dan salah persepsi mengenai *new normal*, sehingga tidak melakukan prosedur memakai masker, mencuci tangan, dan *physical distancing*. Tujuan kegiatan pengabdian yaitu memberdayakan ibu untuk meningkatkan ketahanan keluarga di masa *new normal* melalui peningkatan pengetahuan ibu untuk melakukan pencegahan Covid-19. Metode kegiatan pemberian edukasi yang dilakukan melalui *WhatsApp group*. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Agustus – September 2020 di wilayah kerja Posyandu Anyelir Puskesmas Dempo. Pada akhir kegiatan, terjadi peningkatan pengetahuan ibu setelah diberikan edukasi berupa video yang bertema tentang *new normal life* dan proses diskusi.

Kata Kunci: *New normal*; Ketahanan keluarga; Pemberdayaan ibu

Empowering mothers in increasing family resilience in the new normal era

Abstract

The new normal is a type of attitude and act of adjusting to the occurrence of certain conditions or events. Because the general public still lacks knowledge and has misconceptions about the new normal, they do not follow procedures such as wearing masks, washing hands, and physical distancing. The main objective of the service activity is to empower mothers to increase family resilience in the new normal period by increasing mothers' knowledge about Covid-19 prevention. The method of providing educational activities via WhatsApp groups. The activity took place in the Anyelir Posyandu's work area at the Dempo Health Center between August and September 2020. There was an increase in mother's knowledge at the end of the activity after being given education in the form of videos with the theme of new normal life and the discussion process.

Keywords: *New normal*; Family resilience; Mother empowerment

1. Pendahuluan

Saat ini Indonesia dan lebih dari 200 negara lainnya sedang menghadapi pandemi Covid-19. Indonesia tidak luput dari Covid-19 ini. Data Covid per tanggal 12 Agustus 2021 diketahui bahwa yang terkonfirmasi 3.749.446 (Satgas Covid-19). Virus corona atau *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2) adalah virus yang menyerang sistem pernapasan. Penyakit karena infeksi virus ini disebut Covid-19. Virus Corona bisa menyebabkan gangguan ringan pada sistem pernapasan, infeksi paru-paru yang berat, hingga kematian (Susilo et al., 2020).

Pemerintah telah melakukan berbagai upaya dalam mengatasi pandemi Covid-19 ini. Promosi kesehatan dilakukan dengan berbagai media dan secara masif mulai dari menggunakan masker, cuci tangan efektif, *social distancing*, dan *physical distancing* (Negeri, 2020).

Pandemi Covid-19 dibarengi pembatasan sosial masyarakat telah membawa fenomena baru dengan istilah *new normal*, yaitu bentuk sikap dan tindakan menyesuaikan diri akibat terjadinya kondisi atau peristiwa tertentu (Rahmi & Hapsari, 2021). Pada tanggal 17 Juni, Pemerintah Kota Palembang menerapkan "*New Normal*". Aktivitas kembali seperti semula tetapi mengadaptasi kebiasaan baru. Transformasi ini adalah untuk menata kehidupan dan perilaku baru, ketika pandemi, yang kemudian akan dibawa terus ke depannya sampai ditemukannya vaksin untuk Covid-19 (Habibi, 2020). Kenyataannya, di masyarakat masih banyak yang beranggapan bahwa kondisi sudah normal, sehingga di jalan banyak ditemui yang tidak menggunakan masker, tidak ada *physical distancing*. Oleh karena itu, perlu diberikan informasi kepada masyarakat terutama kaum ibu serta dilakukan pemberdayaan ibu dalam meningkatkan ketahanan keluarga di masa *new normal* agar sehat dan tetap produktif.

Masyarakat masih kurang pengetahuannya dan salah persepsi mengenai *new normal* sehingga tidak melakukan prosedur memakai masker, mencuci tangan, *physical distancing*. Hal ini membahayakan bagi kesehatan kita semua dan berujung pada kematian. Oleh karena itu akan diberikan informasi dan pemberdayaan kepada ibu terkait dengan "*Ketahanan keluarga di masa new normal*". Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu memberdayakan ibu untuk meningkatkan ketahanan keluarga di masa *new normal* melalui peningkatan pengetahuan ibu dalam melakukan pencegahan Covid-19.

2. Metode

Kegiatan pemberdayaan masyarakat ini berupa pemberian edukasi yang dilakukan dengan cara melalui *WhatsApp grup*. Hal ini dilakukan agar dapat menjangkau semua lapisan masyarakat. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Agustus – September 2020 di wilayah kerja Posyandu Anyelir Puskesmas Dempo. Mitra yaitu ibu rumah tangga yang tinggal di wilayah kerja Posyandu Anyelir. Berikut tahapan rancangan kegiatan:

- a. Melakukan pengurusan surat izin kegiatan pada Posyandu Anyelir untuk meningkatkan *participation rate* maka, kami meminta kader posyandu untuk melakukan pendataan tersebut (Gambar 1).
- b. Melakukan pendataan ibu yang memiliki HP android dan kuota internet melalui kader Posyandu.
- c. Menjelaskan pada ibu seluruh prosedur kegiatan yang akan dilakukan dan membuat *informed consent*.
- d. Melakukan Pemberdayaan melalui *WhatsApp grup*. Waktunya diatur agar tidak terlalu lama, singkat, padat, jelas. Melakukan diskusi terkait Covid-19. Memberikan video materi tentang "*new normal*" serta melakukan wawancara melalui telepon kepada setiap ibu.
- e. Melakukan evaluasi melalui *whatsapp grup* bagaimana pengetahuan dan persepsi ibu terkait *new normal* serta perilakunya sudah sesuai dengan prosedur Covid-19.

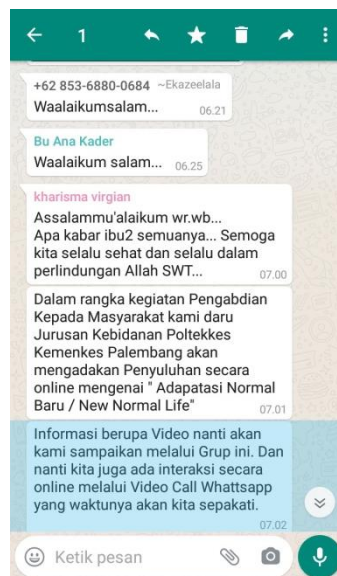


Gambar 1. Koordinasi dengan kader posyandu

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat bertujuan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi sehingga masyarakat dapat menikmati hasilnya dan merasakan manfaatnya. Pada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, kami melakukannya secara *online*. Hal ini merupakan salah-satu protokol Covid-19 agar tidak ada kumpul-kumpul dan kerumunan.

Setelah mendapat nama-nama ibu yang memiliki Hp Android maka, dibentuklah *WhatsApp group* dengan nama Posyandu Anyelir dan terjadi proses perkenalan, bertukar informasi dan diskusi. Dilakukan pengumpulan biodata sekaligus absensi, lalu *pre test* setelahnya kami memberikan video yang bertema masa *new normal*. Selanjutnya dilakukan *post test*. Metode selanjutnya, kami lakukan dengan cara wawancara mendalam, masing-masing ibu kami telepon langsung untuk diwawancarai terkait sikapnya terhadap *new normal*. Gambar *WhatsApp group* dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. *WhatsApp group*

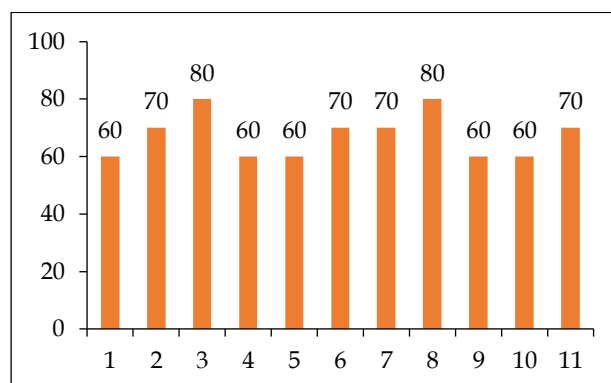
Adapun karakteristik mitra pengabdian masyarakat ini yaitu umur rata-rata yaitu 30 tahun merupakan usia dewasa. Umur mempengaruhi terhadap daya tangkap

seseorang. Dengan bertambahnya umur individu, daya tangkap dan pola pikir seseorang akan lebih berkembang sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik (Prihati, Wirawati, & Supriyanti, 2020). Selanjutnya, 91.7% mitra berpendidikan SMA dan sisanya berpendidikan Perguruan tinggi. Pendidikan membentuk pola pikir seseorang. Hal ini sejalan dengan penelitian Prihati et al., (2020), terdapat hubungan pendidikan responden dengan perilaku dalam pencegahan Covid-19. Menurut Notoadmojo (2007) semakin tinggi seseorang menempuh pendidikan, semakin mudah seseorang mendapat informasi. Seseorang dengan pendidikan tinggi maka semakin luas pengetahuannya dalam menerima informasi dalam hal ini Covid-19. Demikian juga menurut Yanti et al., (2020) bahwa tingkat pendidikan yang tinggi akan semakin mudah untuk mendapatkan akses informasi terhadap suatu permasalahan.

Lebih dari separuh ibu merupakan ibu rumah tangga. Ada juga yang berperan sebagai kader posyandu. Peran ibu rumah tangga sangat besar sekali bagi kesehatan keluarganya. Ibu yang selalu mengingatkan suami dan anak-anaknya untuk menggunakan masker, mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir serta meminta agar tidak berkerumun (*social distancing*). Perempuan khususnya ibu memiliki peran penting untuk terlibat menjaga agar keluarga tidak terpapar Covid-19. Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan anak (PPPA), Bintang Puspayoga mengatakan bahwa peran aktif perempuan terutama ibu dalam konteks keluarga dan rumah tangga merupakan kunci pertahanan kesehatan keluarga dari keterpaparan Covid-19. Pekerjaan seseorang juga berhubungan dengan pengetahuan tentang Covid-19 ini. Menurut Mubarak (2011), lingkungan pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu.

3.1. Pre test

Sebelum dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat, maka kami meminta ibu untuk mengikuti *pre test* terlebih dahulu. Adapun hasil *pre test* menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan ibu terkait Covid-19 yaitu 68. *Pre test* tersebut terkait pengetahuan tentang *new normal* dan protokol kesehatan. Pengetahuan seseorang terkait dengan wabah Covid-19 berperan penting terhadap perilaku pencegahan wabah tersebut. Adapun hasil *pre test* dapat dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Hasil *pre test*

Hal ini sejalan dengan penelitian Sari & 'Atiqoh (2020), yaitu terdapat hubungan antara pengetahuan masyarakat dengan penggunaan masker sebagai upaya

pengecahan Covid-19. Penelitian [Purnamasari & Raharyani \(2020\)](#), menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan masyarakat dengan perilaku pengecahan Covid-19. Normal Baru, secara umum disepakati tanpa sadar, yakni menerangkan suatu kondisi yang terbentuk akibat lamanya kehidupan sosial masyarakat selama Covid-19. Waktu lama di sini berarti cukup untuk menyamakan pendapat terkait waktu. Misalnya, kasus Covid-19 di Indonesia saja sudah lebih dari hitungan bulan. Kalau dihubungkan dengan kasus di Wuhan. Waktu yang membentuk perilaku baru ini bahkan sudah melebihi dari enam bulan. Sehingga, kebiasaan itu menjadi kebiasaan baru yang akan melekat dalam kehidupan sehari-hari.

Beberapa penelitian menjelaskan, suatu kebiasaan yang terus-menerus dilakukan akan menjadi kebiasaan baru. Untuk hal ini, hampir semua peneliti sosial duduk dalam pendapat yang sama. Perbedaannya terletak berapa lama kebiasaan baru itu terbentuk. Beberapa ahli yang menetapkan berapa lama kebiasaan baru tercipta antara lain, Dr. Maxwell Maltz yang dari buku *Psychocybernetics* menetapkan 21 hari untuk membentuk kebiasaan baru. Namun, [Lally, Jaarsveld, Potts, & Wardle \(2020\)](#) dari *University College London* mengatakan penelitiannya menetapkan rata-rata 66 hari untuk merubah pembiasaan menjadi kebiasaan sebagaimana publikasi penelitiannya dalam *European Journal of Social Psychology*. Pendapat dua ahli ini juga dimuat oleh Kompas (12 Juli 2018) dengan judul 'Berapa Lama Waktu Yang Dibutuhkan Untuk Mengubah Kebiasaan?'. Namun, bila kondisi abnormal namun secara teknis, manusia melakukan kegiatan baru selama lebih dari 100 hari. Maka, abnormal tersebut berubah menjadi normal baru. Hal ini dijelaskan pada bagian di atas. Oleh sebab itu, kehidupan manusia global tidak bisa mengelak dari kemungkinan sosialisasi dengan normal baru.

Pengetahuan masyarakat tentang Covid-19 merupakan aspek yang sangat penting dalam masa pandemi ini yaitu meliputi penyebab Covid-19 dan karakteristik virusnya, tanda dan gejala, istilah yang terkait dengan Covid-19, pemeriksaan yang diperlukan dan proses transmisi serta upaya pengecahan penyakit tersebut. Pengetahuan yang baik dapat didukung oleh penerimaan terhadap informasi yang beredar di masyarakat tentang Covid-19. Seseorang yang telah mengetahui tentang suatu informasi tertentu, maka dia akan mampu menentukan dan mengambil keputusan bagaimana dia harus menghadapinya. Dengan kata lain, saat seseorang mempunyai informasi tentang Covid-19, maka ia mampu untuk menentukan bagaimana dirinya harus berperilaku terhadap Covid-19 tersebut ([Purnamasari & Raharyani, 2020](#)).

3.2. Edukasi melalui video dan wawancara

Setelah melakukan *pre-test*, tim memberikan informasi melalui video yang dibuat sendiri, kontennya tentang adaptasi kebiasaan baru *new normal*. Selain itu juga terkait protokol kesehatan dalam pengecahan Covid-19. Tampilan video seperti [Gambar 4](#).



Gambar 4. Video *new normal life*

Selain itu, tim juga melakukan wawancara mendalam kepada mitra melalui telepon. Pada saat wawancara mengatakan:

“Sekarang kita ini belum normal, virusnyo masih banyak di sini. Banyak orang yang masih menjadi korban. Banyak kegiatan yang tidak bisa terlaksana, penghasilan dan pendapatan menurun, Ibu selalu mengingatkan keluarganya untuk pakai masker, suami selalu diingatkan untuk pakai masker, ketika berpergian anak selalu dipakaikan masker, ketika suami pulang kerja langsung disuruh cuci tangan dan mandi baru boleh pegang atau ngobrol dengan anggota keluarga yang lain.”

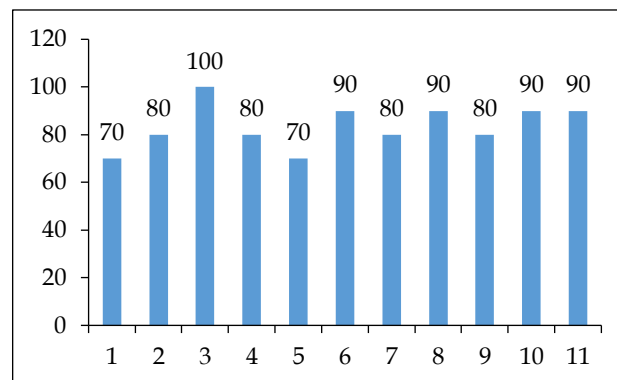
“Ada juga yang mengatakan kita butuh contoh teladan. Percuma saja banyak koar-koar tapi tidak ada bukti. Orang tidak akan mengikuti. Prosedur dan protokol untuk keluarga sudah dilakukan secara ketat untuk mencegah terjadinya penularan Covid-19. Sikap ibu-ibu tersebut menerima untuk melaksanakan pencegahan Covid-19 mereka juga sadar bahwa sekarang keadaannya belum normal virus Covid-19 itu masih ada.”

Sikap reponden pada pengabdian masyarakat ini hampir 90% menerima dan mau melaksanakan protokol Covid-19. Sikap menjadi faktor predisposisi untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku tertentu, Sikap menjadi proses kesadaran yang sifatnya individual. Hal ini berarti proses kesadaran yang sifatnya individual. Hal ini berarti proses ini terjadi pada diri individu secara subjektif dan unik. Sikap masyarakat terhadap cuci tangan bisa mempengaruhi perilaku mencuci tangan oleh masyarakat tersebut. Semakin positif sikap seseorang maka, semakin besar kemungkinan timbulnya tindakan tersebut (Lestari, 2019).

Perilaku terkait protokol Covid-19 pada kegiatan pengabdian masyarakat tidak dapat kami nilai karena terkait Covid-19 sehingga tidak bisa mengobservasi perilaku responden. Kepatuhan mencuci tangan, kepatuhan menggunakan masker, kepatuhan menjaga jarak. Pengabdian masyarakat ini bisa berkontribusi buat masyarakat. Tim membuat promosi kesehatan dengan video yang menarik dan informatif.

3.3. Post test

Selain itu juga terkait protokol kesehatan dalam pencegahan Covid-19. Selanjutnya, kembali kami lakukan *post test* dengan adanya peningkatan menjadi 85%. Hasil *Post test* dapat dilihat pada Gambar 5.



Gambar 5. Hasil *post test*

Setelah dilakukan analisa data dan uji statistik maka, didapatkan bahwa nilai p-value yaitu 0,001 terdapat perbedaan nilai antara *pre-test* dan *post test* setelah diberi

perlakuan. Dari hasil tersebut maka, dapat disimpulkan bahwa pemberian pengetahuan dengan metode yang menarik, berupa video dengan gambar visual yang menarik dapat meningkatkan pengetahuan seseorang.

4. Kesimpulan

Kegiatan ini dapat dilaksanakan dengan lancar pada setiap tahapannya walaupun tidak dilaksanakan secara tatap muka tetapi melalui *WhatsApp group*. Pada kegiatan ini terjadi peningkatan pengetahuan ibu setelah diberikan edukasi berupa video yang bertema tentang *new normal life*, serta setelah diskusi.

Acknowledgement

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Poltekkes Kemenkes Palembang yang telah mendukung atas terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih juga kami ucapkan kepada kader dan mitra atas semua bantuannya sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana.

Daftar Pustaka

- Habibi, A. (2020). Normal baru pasca Covid-19. *Adalah: Bulletin Hukum dan Keadilan*, 4(1).
- Lally, P., Jaarsveld, C. H. M. van, Potts, H. W. W., & Wardle, J. (2020). How are habits formed: Modelling habit formation in the real world. *European Journal of Social Psychology*, 40(6), 998–1009.
- Lestari, A. O. A. W. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Terhadap Perilaku Cuci Tangan Pada Masyarakat Kelurahan Pegirian. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 7(1), 1–11.
- Mubarak. (2011). *Promosi Kesehatan Masyarakat untuk kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Negeri, T. K. K. D. (2020). *Pedoman umum menghadapi Pandemi COVID-19 bagi Pemerintah Daerah Pencegahan, Pengendalian, diagnosis dan manajemen*. Jakarta: Kementerian Dalam Negeri RI.
- Notoadmojo. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Prilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prihati, D. R., Wirawati, M. K., & Supriyanti, E. (2020). Analisis pengetahuan dan perilaku masyarakat di Kelurahan baru Kotawaringin Barat tentang Covid-19. *Manuju Malahayati Nursing Journal*, 2(4), 780–790.
- Purnamasari, I., & Rahyani, A. E. (2020). Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Masyarakat Kabupaten Wonosobo Tentang Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 33–42.
- Rahmi, V. A., & Hapsari, I. P. (2021). Resiliensi dan Adaptasi pengusaha wanita di era new normal. *Jurnal Community Empowerment*, 6(7), 1139–1148.
- Sari, D. P., & 'Atiqoh, N. S. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Masyarakat Dengan Kepatuhan Penggunaan Masker Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit COVID-19 Di Ngronggah. *Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(1), 52–55. <https://doi.org/https://doi.org/10.47701/infokes.v10i1.850>
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Herikurniawan,

H., ... Yuniastuti, E. (2020). Corona virus Disease 2019: Tinjauan Literatur terkini. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45-67. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.7454/jpdi.v7i1.415>

Yanti, B., Mulyadi, E., Wahiduddin, W., Novika, R. G. H., Arina, Y. M. D., Martani, N. S., & Nawan, N. (2020). Community Knowledge, Attitudes And Behavior Towards Social Distancing Policy As Prevention Transmission of Covid-19 In Indonesia. *Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia*, 8(1), 5-14. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20473/jaki.v8i0.2020.4-14>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License
