

PERANAN IBU DALAM PEMBERDAYAAN REMAJA SECARA HOLISTIK DI MASA PANDEMI COVID-19

Retno Indaryati Kusuma
RSUP Sanglah Denpasar
Email: retnoigeka@gmail.com

ABSTRAK

Peristiwa pandemi Covid-19 membawa sebuah makna bahwasannya di balik musibah ternyata ada sebuah hikmah pada kehidupan banyak keluarga. Himbauan tinggal di rumah untuk meminimalisir penyebaran virus ini memberikan kesadaran bahwa keluarga memiliki makna yang sangat penting. Sebuah kesadaran tentang kembalinya keluarga pada fungsi awal yaitu sebagai pusat segala kegiatan, tempat terjadinya pengalaman pertama maupun pendidikan yang utama untuk anak maupun remaja. Banyak perubahan yang terjadi yang harus diadaptasi oleh keluarga, hal tersebut menjadi tantangan sekaligus tekanan baik bagi orangtua maupun anak-anak terutama yang sedang dalam masa perkembangan remaja. Peranan Ibu memiliki kesempatan dan memegang porsi yang jauh lebih besar dibanding Ayah dalam tugas pendampingan terhadap anak-anak dan remaja. Khusus pada remaja memerlukan perhatian lebih intens, mengingat tekanan yang jauh lebih besar pada masa ini. Pemahaman dan kemampuan berkomunikasi secara persuasif-empatik menjadi tantangan bagi seorang Ibu dalam menganalisa potensi remaja maupun memberi dorongan untuk mengembangkan kreativitas mereka menjalani masa pandemi Covid-19. Pengetahuan Ibu tentang sifat remaja yang ingin dihargai, suka berkompetisi, memiliki respon sosial tinggi, kreatif dan suka menjadi pusat perhatian sangat penting untuk mendorong remaja memberdayakan potensinya. Memberi dukungan terhadap generasi milenial yang selalu bersentuhan dengan sosial media sebagai upaya pemberdayaan digital juga merupakan tantangan seorang Ibu. Sebuah tantangan bagaimana memberi stimulasi pada remaja menjadikan sosial media sebagai konten edukatif yang memiliki keuntungan secara holistik. Pemberdayaan holistik yang dimaksud apabila remaja mampu kreatif-inovatif-produktif baik secara ekonomi, sosial, psikologis-emosi, kognitif, kesehatan maupun spiritual selama masa pandemi Covid-19.

Keywords: Peranan Ibu di Masa Pandemi Covid-19, Pemberdayaan Remaja secara Holistik.

ABSTRACT

Covid-19 pandemic shows that there is a silver lining behind every situation within the life of many families. Stay at home restrictions to minimize the spread of the virus, brings awareness that family holds a crucial role. An awareness to return to the main function of a family, which is as the core of every activity, a place for firsthand experiences as well as main education setting for young children and adolescence. There are numerous changes that families need to adjust to, in which has become a challenge and pressure for parents and their children – especially the ones in the adolescence stage of development. Compare to father, mother holds greater portion and opportunity in the role of supporting children, especially adolescence. This is due to the need of adolescence to get more intensive attention and care, since they experience larger pressure throughout these times. The comprehension along with the ability to communicate in persuasive-emphatic way becomes a

challenge for a mother in the effort of analyzing the adolescence's potential and to give encouragement on expanding their creativity during this covid-19 pandemic period. Mother's comprehension related with adolescence's traits such as competitive, creative, has a strong social response, enjoy being the center of attention and the need of appreciation is crucial to empowering the adolescence so they are able to fulfill their potential. Giving support to the millennial generation who is keeping in touch with the social media as a means of digital empowerment, is also a challenge for a mother. Using the social media as stimulators for education contents is the challenge, in which the knowledge will be beneficial for adolescence to be empowered holistically. The holistic empowerment mentioned happens when adolescence able to be creative-innovative-productive economically, socially, psycho-emotionally, cognitively, physically, as well as spiritually throughout the Covid-19 pandemic period. bibliography.

Keywords: *Mother's role in Covid-19 pandemic period, Holistic adolescence empowerment*

1. Pendahuluan

Peristiwa pandemi Covid-19 banyak dimaknai bahwasannya di balik musibah ternyata ada sebuah hikmah pada kehidupan banyak keluarga. Sebuah kesadaran muncul bahwa keluarga memiliki makna yang sangat penting ketika mendapatkan himbauan tinggal di rumah guna meminimalisir penyebaran virus. Sebuah kesadaran tentang kembalinya keluarga pada fungsi awal yaitu sebagai pusat segala kegiatan, tempat terjadinya pengalaman pertama maupun pendidikan yang utama untuk anak maupun remaja dalam memulai kehidupannya.

Peristiwa pandemi ini semakin menguatkan dan menunjukkan pentingnya peran keluarga dalam mengasuh, merawat dan juga mendidik anak. Demikian pula dalam menanamkan kebiasaan dan pola tingkah laku, serta menanamkan nilai, agama, dan moral sesuai dengan usia dan kultur (Kurniati dkk, 2020).

Peran serta keluarga khususnya orang tua sangat berpengaruh pada perkembangan psikis remaja di tengah pandemi saat ini. Oleh sebab itu, menggunakan komunikasi yang persuasif dalam membentuk perilaku positif pada remaja merupakan kunci keberhasilan ketika memberikan kegiatan-kegiatan yang kreatif agar remaja tidak merasa bosan dan menjadi terpacu pada gadget.

Orangtua berperan sebagai tokoh kelekatan dan sistem pendukung yang penting ketika remaja mulai melakukan eksplorasi dalam dunia sosial yang lebih luas dan kompleks dengan lingkungan di sekitarnya (Santrock, 2011). Orangtua bertanggung-jawab terhadap perawatan, pendidikan dan kesejahteraan umum anak-anaknya. Steriotipe yang berlaku pada umumnya ialah bahwa ibu diasosiasikan sebagai perawat dan ayah berperan dalam interaksi bermain (Setiono, 2011).

Masa remaja merupakan masa tersulit dalam kehidupan manusia dimana hampir setiap individu pada masa ini membutuhkan dukungan dan perhatian yang lebih dari orang di sekitar guna membantu menghadapi tugas-tugas perkembangannya. Orang di sekitar yang paling berperan ialah orangtua. Santrock (2011) mengungkapkan bahwa kedekatan remaja dan orangtua juga mampu menunjang pembentukan kompetensi sosial dan keberadaan remaja secara umum, serta mempengaruhi harga diri, kematangan emosi, dan kesehatan secara fisik. Lestari (2012) menjelaskan kedekatan merupakan aspek spesifik dari kehangatan yang mencakupi keintiman, afeksi positif, dan pengungkapan diri. Dalam kedekatan antara orang tua dan anak, diketahui bahwa ibu memiliki peluang untuk menciptakan kedekatan dengan remaja lebih intens dibandingkan ayah. Hal ini dijelaskan oleh Spota dan Paulson (dalam Santrock, 2007)

mengungkapkan bahwa ibu memiliki keterlibatan yang lebih besar dalam pengasuhan dibanding ayah. Ibu lebih berkesempatan menciptakan komunikasi, keterbukaan serta kebersamaan yang diduga akan meningkatkan kedekatan antara remaja dan orangtua dan keluarga pada umumnya.

Cemas pada remaja merupakan reaksi yang wajar di masa pandemi Covid-19 ini. Namun, apabila berlangsung berlarut-larut, dapat menyebabkan gangguan psikologis, fisik, dan kognitif. Dengan mengenali gejala kecemasan, seseorang diharapkan dapat menolong dirinya sendiri. Cemas merupakan reaksi pertahanan seseorang untuk melindungi diri dari gangguan mental emosional yang lebih berat. Reaksi cemas dapat mengakibatkan reaksi motorik, reaksi otonom, maupun meningkatkan kewaspadaan seseorang sehingga mengakibatkan gangguan tidur, sensitif, dan mudah lupa. Oleh karenanya, cemas perlu dikelola agar tidak mengganggu produktivitas dan kinerja remaja.

Peran Ibu ditantang sebagai figur yang dekat dengan remaja dan memiliki perhatian yang lebih besar pada anak-anak untuk sensitif dengan kebutuhan pertumbuhan mereka sekaligus mengenali perubahan perilaku yang ditunjukkan remaja.

Akibat *lockdown*, remaja memiliki akses yang terbatas ke mekanisme bertahan (*coping mechanism*) yang positif yang dapat mereka lakukan pada saat krisis (misalnya inisiatif sosial, pengabdian masyarakat, pendidikan formal atau non-formal, olahraga atau jenis aktivitas fisik lainnya, dll). Dengan terbatasnya akses ke lingkungan yang mendukung (*support system*) mereka, remaja bisa jadi beralih ke mekanisme koping yang negatif, seperti penyalahgunaan alkohol dan narkoba, melukai diri sendiri, atau perilaku berbahaya lainnya apabila perhatian Ibu tidak optimal. Kebutuhan akan layanan kesehatan mental dan psikososial dan konseling khusus remaja diprediksi akan terus meningkat seiring berlangsungnya pandemi (UNICEF, 2020).

Selama *lockdown*, dan dalam situasi himpitan ekonomi dan sosial secara umum,

anak-anak dan remaja berisiko tinggi mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Remaja perempuan dan anak perempuan berisiko lebih tinggi mengalami kekerasan berbasis gender, kekerasan oleh pacar, atau eksploitasi seksual. Mereka terpaksa harus tinggal bersama dengan pelaku, sementara akses mereka ke layanan dukungan sangat terbatas saat ini (UNICEF, 2020). Pada situasi ini Ibu juga mendapat tugas tambahan untuk melakukan tindakan preventif, kuratif maupun rehabilitatif terhadap anak perempuan remajanya.

Strategi Ibu dalam Melakukan Pemberdayaan terhadap Remaja secara Holistik

Remaja memiliki kebutuhan khusus yang perlu dipahami lingkungannya apabila ingin memberikan kesempatan mereka berdaya dan sebagai upaya pemberdayaan. Kemandirian yang remaja tunjukkan seringkali dalam bentuk keinginan diberinya kesempatan baik dalam berkreasi, berkompetisi maupun melakukan hal-hal yang menantang. Pemberian apresiasi juga merupakan kebutuhan yang harus diberikan sebagai bentuk perhatian dan dukungan moral atas segala upaya yang sudah mereka tunjukkan.

Pemberdayaan melalui Media Sosial & Digital

Kebijakan jaga jarak (*social distancing*) memberikan dampak pada lebih dari 90% pelajar di seluruh dunia, 1,5 miliar anak muda di 188 negara (UNICEF, 2020). Mereka tidak masuk sekolah dan universitas, juga kehilangan peluang mengenyam pendidikan non-formal. Dalam situasi darurat kemanusiaan, mereka sangat bergantung pada pembelajaran informal, kursus *online* (jika memungkinkan), dan interaksi sosial melalui media digital sebagai sarana pengembangan diri mereka.

Terlepas dari adanya kesenjangan dalam akses digital, generasi muda saat ini lebih banyak mengakses dunia digital

dibandingkan generasi sebelumnya. Dengan banyaknya kegiatan dan institusi penting yang bergerak secara online, mereka berada dalam posisi yang strategis untuk merespons dan beradaptasi dengan Covid-19.

Remaja berkesempatan memainkan peran penting dalam menyebarkan informasi yang akurat mengenai Covid-19, mengatasi mitos dan stigma yang berkembang, mengawasi perkembangan berita palsu, dan mendukung program-program penyebaran informasi mengenai pengurangan risiko, kesiapsiagaan nasional, dan upaya respons Covid-19 (UNICEF, 2020). Mereka dapat menjadi garda terdepan dalam menemukan cara-cara baru dan inovatif untuk berkomunikasi dengan pemerintah, media massa, layanan medis, dan komunitas mereka melalui saluran-saluran seperti radio, WhatsApp, tik-tok, pesan teks, media sosial, dan *youtube*.

Pemberdayaan Remaja dalam Berbagai Peran secara Holistik

Penawaran pilihan serta kesempatan bisa disesuaikan dengan minat mereka untuk secara aktif terlibat dalam merespons Covid-19 baik sebagai sukarelawan, ilmuwan, wirausahawan sosial, organisatoris, inovator dll.

Pemberdayaan remaja dengan tantangan mengembangkan ide kreatif melalui digital sebagai relawan yang membantu petugas kesehatan untuk melakukan tugas-tugas membuat serta membagikan informasi tentang hal-hal yang berhubungan dengan Covid-19 dapat ditawarkan. Membantu memberikan masker gratis, sambil memberikan edukasi tentang protokol kesehatan yang harus dilakukan pada masyarakat status ekonomi lemah bisa menjadi tantangan aktivitas yang menarik bagi remaja.

Tantangan berwirausaha baik dengan profit maupun sosial di masa pandemi seringkali kurang terbayangkan oleh orang dewasa. Remaja seringkali memiliki ide kreatif melalui kepekaan mereka melihat peluang yang sering muncul dari dunia

digital. Peluang wirausaha di bidang makanan, minuman, masker yang 'kekinian dan kreatif' maupun kebutuhan eksistensi lainnya akan mudah tertangkap oleh remaja karena kecepatan informasi yang bergerak di media sosial mereka.

Ketertarikan kelompok ilmiah remaja (KIR) sebagai ilmuwan muda pada hal-hal ilmiah, sains dan penelitian bisa dirangsang dengan penemuan-penemuan kesehatan yang berhubungan dengan Covid-19. Indonesia sebagai negara dengan khasanah bahan obat-obatan tradisional bisa diinformasikan oleh Ibu (yang notanabe anggota kelompok PKK) pada remaja. Mereka bisa meneliti dan menciptakan produk alami/ tradisional/ alternatif sehubungan dengan kebutuhan peningkatan kualitas kesehatan dan imunitas masyarakat. Program ini juga bisa ditawarkan pada remaja yang menyukai pertanian atau tumbuhan untuk bercocok tanam dari pilihan variasi tanaman baik sayuran, tanaman obat, bunga-bunga yang sedang *ngetrend* dengan secara kreatif membudidayakan lahan di rumah.

Dorong kalangan remaja yang berminat terhadap hukum dan perundang-undangan terkait Covid-19 untuk berpartisipasi dan melakukan dialog khusus mengenai respon terhadap Covid-19 (misalnya dengan fokus pada informasi yang salah, perlindungan, penyebaran hoax, dll). Dorong mereka untuk membuat flyer kreatif yang mampu memberi edukasi maupun tindak pencegahan.

Diskusikan dan libatkan mereka dalam mekanisme pengambilan keputusan pemerintah untuk respons Covid-19. Fasilitasi mereka untuk menemukan cara-cara kreatif dalam menyampaikan suara kepada pembuat keputusan, misalnya melalui pesan dalam rekaman video, surat elektronik atau aksi-aksi yang edukatif namun tetap berpegangan pada etika.

Fasilitasi percakapan online, kompetisi, dan tantangan untuk remaja dalam rangka mengidentifikasi solusi atas masalah yang mungkin mereka hadapi di sekolah, di rumah atau di komunitas mereka. Dukung akses ke konten yang ramah-remaja dan bekerja sama untuk mengembangkan konten. Dorong

untuk menciptakan konten yang ramah-remaja dalam Bahasa daerah dan dialek lokal, agar memiliki nilai budaya yang mudah dipahami, dan dapat diakses secara *online* dan *offline*. Pastikan konten bersifat inklusif dan mewakili anak muda dari beragam latar belakang - pertimbangkan latar belakang sosial ekonomi, serta tidak mengandung unsur diskriminasi suku, agama serta ras.

Ciptakan akses agar bisa berkolaborasi dengan artis lokal, *influencer* media sosial, atau figur-figur lain seperti *selegram* yang populer di kalangan remaja untuk menyebarkan informasi yang dapat diandalkan. Diskusikan berbagai pilihan konten agar sesuai trend remaja tentang aktivitas olahraga, aktivitas spiritual, tips mengatasi stres, serta berbagai ide kreatif yang berhubungan dengan adaptasi perilaku dan hidup baru di masa pandemi.

Risiko perundungan (*bullying*) di dunia maya, kejahatan di dunia maya, dan berbagai bentuk pelecehan dan penyalahgunaan di ranah digital diprediksi akan mengalami peningkatan. Ini akibat pendidikan, aktivisme, dan peluang keterlibatan lainnya yang bergeser ke platform *online*. Stimulasi ide kreatif mereka untuk membuat konten tentang perundungan, bagaimana aksi mencegah perundungan, aksi menghadapi atau tindakan menghubungkan dengan profesional jika dibutuhkan dukungan mental/ emosional/ sosial.

3. Kesimpulan

Peran Ibu untuk mendorong remaja melakukan aktivitas secara kreatif dari rumah memegang peran yang sangat penting di masa pandemi Covid-19. Ibu sebagai figur yang memahami tumbuh kembang anak/remajanya memiliki akses dan pendekatan yang lebih komunikatif sehingga mudah merangsang ide kreatif remaja. Media sosial dimanfaatkan sebagai etalase ide kreatif mereka, sekaligus untuk memenuhi kebutuhan terhadap eksistensi dan mendapatkan apresiasi. Sebuah tantangan

bagi seorang Ibu yang gagap teknologi untuk memberi stimulasi pada remaja serta menjadikan sosial media sebagai konten edukatif yang memiliki keuntungan secara holistik. Pemberdayaan holistik yang dimaksud apabila remaja mampu kreatif-inovatif-produktif baik secara ekonomi, sosial, psikologis-emosi, kognitif, kesehatan maupun spiritual selama masa pandemi Covid-19 menunjukkan aksi sesuai dengan kompetensi.

Daftar Pustaka

- Kurniati, E., Alfaeni, D.K.N., dan Andriani, F. (2020). Analisis Peran Orang Tua dalam Mendampingi Anak di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. Vol. 5. Iss 1; pg. 253 diakses tanggal 25 Agustus 2020
- Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga (2nd ed)*. Yogyakarta: Kencana Prenada
- Santrock, J.W. (2007). *Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Santrock, J.W. (2011). *Psikologi Pendidikan (5th ed.)*. Jakarta: Salemba
- Setiono, K. (2011). *Psikologi Keluarga*. Bandung: Alumni
- UNICEF. (2020). *Covid-19: Bekerja dan untuk Anak Muda*. Unicef.Org. <https://www.unicef.org/indonesia/id/coronavirus>