

## PENINGKATAN KETAHANAN KELUARGA DALAM MENGHADAPI PANDEMI COVID-19

Oleh: Rita Eka Izzaty, Siti Rohmah Nurhayati, Farida Harahap, Rosita Endang Kusumaryani, Banyu Wicaksono, Cania Mutia, Fatonah Istikomah, Gayari Jamila Nugrastiti

### ABSTRAK

Pandemi covid-19 membawa dampak pada semua orang, termasuk individu di dalam keluarga. Covid-19 yang secara nyata menimbulkan krisis di masyarakat perlu diatasi dengan cara meningkatkan ketahanan keluarga. Ketahanan keluarga merupakan kondisi keluarga yang memiliki keuletan dan ketangguhan serta mengandung kemampuan fisik-materil guna hidup mandiri dan mengembangkan diri dan keluarganya untuk hidup harmonis dalam meningkatkan kesejahteraan kebahagiaan lahir dan batin. Peningkatan ketahanan keluarga dilakukan agar masing-masing keluarga beserta individu-individu di dalamnya mampu melewatinya dengan baik. Program pengabdian masyarakat (PPM) telah berupaya melakukan peningkatan ketahanan keluarga melalui intervensi berupa psikoedukasi kelekatan orang tua dan anak untuk memunculkan harapan, serta *mindfulness parenting dilanjutkan dengan konsultasi online melalui WhatsApp Group*. Sebanyak 69 peserta mengikuti PPM ini dari usia 18-61 tahun. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan pre dan post tesr serta penilaian kualitatif dengan kategori memuaskan, kurang memuaskan, tidak memuaskan. Hasil analisis kuantitatif dengan menggunakan uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa secara pengetahuan terdapat perbedaan secara signifikan. pemahaman peserta sebelum dan setelah mengikuti *online talkshow*. Secara keseluruhan, semua peserta merasa intervensi berupa psikoedukasi dan konsultasi yang dilakukan memuaskan.

*Kata kunci: Ketahanan keluarga, pandemi covid-19, kelekatan, mindfulness parenting.*

*Kata Kunci: Ketahanan keluarga, pandemi covid-19, kelekatan, mindfulness parenting.*