



## **Peran Orang Tua Dalam Mencegah Penularan Pandemi Covid-19 Pada Anak: Pembiasaan Dan Pendidikan Keluarga**

**Renti Oktaria**

Prodi S1 PG-PAUD FKIP Universitas Lampung dan [renti.oktaria@fkip.unila.ac.id](mailto:renti.oktaria@fkip.unila.ac.id)

**Purwanto Putra**

Prodi D3 Perpustakaan FISIP Universitas Lampung dan Alamat e-mail : [purwanto.putra@fisip.unila.ac.id](mailto:purwanto.putra@fisip.unila.ac.id)

### **Abstract**

*The Covid-19 pandemic has brought enormous changes to the world with various challenges that were never imagined before. Various efforts have been made to deal with this pandemic, the need to maintain distance, quarantine, isolation and PSBB (Large-Scale Social Restrictions). Efforts to inhibit the spread of the COVID-19 virus have been carried out in various ways, one of which is how to prevent the Covid-19 virus from spreading to children and adolescents, parents have a very important role in this. This research is important to present because there is still a lack of studies on the role of parents in the family in an effort to prevent children from contracting the Covid-19 pandemic. So based on that fact, this research has urgency and is very important to do because it aims to find out how the role of parents in the family in an effort to prevent the transmission of Covid-19 in children. The purpose of this study was to find out how the role of parents in preventing the spread of COVID-19 in the family, especially children. Research with a qualitative approach with the document exploration method is used to obtain information about the concept and implementation of the role of parents in the family in preventing the transmission of Covid-19 which is documented in various publications and publications. In this research, the data sources are explored by using the literature study method which is obtained from various information institutions and online searches. The results of the study explain that parents have a very significant role in fortifying children to avoid the transmission of the Covid-19 virus during this ongoing pandemic. This is motivated by the character of children as good imitators of what parents and families do at home. However, it was also found that there are several obstacles that are generally encountered by parents in educating their children because children's understanding is still very limited to the concepts and dangers of Covid-19. So that a formula is also obtained in order to face these challenges can be done with the role taken by parents so that they can fully condition and act as mentors, educators, and children's supervisors. Clean living habits in the family also need to be cultivated in the family as a family effort and the role of parents in preventing Covid-19.*

**Keywords:** *the covid-19 pandemic, the role of parents, child protection.*

### **Abstrak**

Pandemi Covid-19 telah membawa perubahan sangat besar pada dunia dengan berbagai tantangan yang tidak pernah terbayangkan sebelumnya. Berbagai upaya telah dilakukan untuk menangani pandemi ini, kebutuhan menjaga jarak, karantina, isolasi dan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar). Upaya untuk menghambat penyebaran virus COVID-19 telah dilakukan dengan berbagai cara, salah satunya adalah bagaimana mencegah antar virus Covid-19 agar tidak menular pada anak-anak dan remaja, orang tua memiliki peranan sangat penting untuk dalam hal tersebut. Penelitian ini menjadi penting untuk diketengahkan karena masih minimnya kajian tentang peran orang tua di keluarga dalam rangka upaya pencegahan anak tertular pandemi Covid-19. Maka berdasarkan kenyataan itu, penelitian ini memiliki urgensi dan menjadi sangat penting dilakukan karena bertujuan untuk mengetahui bagaimana peran orang tua di keluarga dalam upaya mencegah penularan Covid-19 pada anak. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana peran yang dapat dilakukan orang tua dalam mencegah penyebaran covid-19 pada keluarga, khususnya anak-anak. Penelitian dengan pendekatan kualitatif dengan metode eksplorasi dokumen digunakan untuk mendapatkan informasi mengenai konsep dan implementasi peran orang tua pada keluarga dalam mencegah penularan Covid-19 yang terdokumentasi dalam berbagai publikasi dan

terbitan. Dalam penelitian sumber data digali dengan metode studi literature yang diperoleh di berbagai lembaga informasi dan penelusuran secara online. Hasil penelitian menjelaskan bahwa orang tua memiliki peran yang sangat signifikan dalam membentengi anak agar terhindar dari penularan virus Covid-19 dalam masa pandemi yang belum kunjung usai ini. Hal tersebut dilatarbelakangi karena karakter anak sebagai peniru yang baik dari apa yang dilakukan orang tua dan keluarga di rumah. Namun, ditemukan pula bahwa ada beberapa kendala yang umumnya ditemui para orang tua dalam mengedukasi anak-anak karena pemahaman anak yang masih sangat terbatas terhadap konsep dan bahaya dari Covid-19. Sehingga diperoleh pula suatu rumusan dalam rangka menghadapi tantangan tersebut dapat dilakukan dengan peran yang diambil orang tua agar dapat sepenuhnya mengkondisikan dan berperan selaku pembimbing, pendidik, dan pengawas anak. Kebiasaan hidup bersih di dalam keluarga perlu pula untuk dibudayakan di dalam keluarga sebagai upaya keluarga dan peran orang tua dalam mencegah Covid-19.

**Kata kunci:** pandemic covid-19, peran orang tua, perlindungan anak.

## Pendahuluan

Pada 31 Desember 2019 menjadi asal mula ditemukannya virus yang tidak menunggu lama menjadi pandemi dan menjangkati dunia. Virus yang pertama kali muncul di Kota Wuhan, Provinsi Hubie, Tiongkok ini kemudian dianalisis dan dinamai dengan Virus corona, prinsipnya masih satu keluarga dengan virus flu. Lembaga PBB urusan kesehatan, WHO kemudia mengklaim bahwa virus corona jenis baru ini sebagai corona virus disease 2019 atau COVID19.

Indonesia kemudian tidak bisa terhindar dari paparan virius ini hingga saat ini. Berbagai upaya sudah dilakukan untuk mengatasi kondisi ini di Indonesia, pembatasan sosial berskala besar (PSBB) dibanyak wilayah Indonesia, pembatasan kerja, aktivitas belajar dari rumah bagi anak dan remaja. Kondisi terakhir tersebut sekaligus memposisikan keluarga khususnya orang tua menjadi pusat pencegahan paling utama terhadap kemungkinan penularan anak-anak terhadap bahaya paparan virus ini. Aktivitas anak-anak yang hampri sepenuhnya berada di rumah bersama keluarga menjadi kunci kesuksesan untuk PSBB dan menekan angka penyebaran covid-19.

Sebuah hasil studi dari Tim Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo (RSCM), Jakarta yang dilakukan terhadap 490 pasien anak yang dirawat karena Covid-19 pada periode Maret-Oktober 2020 menemukan bahwa pasien anak memiliki risiko fatalitas tinggi untuk terinfeksi Covid-19. Disebutkan bahwa sukurang-kurangnya ada 40 persen dengan tingkat fatalitas tinggi.

Hasil penelitian lain yang diterbitkan International Journal of Infectious Diseases berjudul 'Mortality in children with positive SARS-CoV-2 polymerase chain reaction test: Lessons learned from a tertiary referral hospital in Indonesia'. Dijelaskan bahwa pasien anak yang meninggal umumnya memiliki komorbid dan sebagian besar memiliki lebih dari satu komorbid. Dengan dominasi pasien gagal ginjal dan pasien dengan keganasan.

Penelitian serupa juga pernah dilakukan tim peneliti Universitas John Hopkins, untuk dat secara global terdapat lebih dari 7.100 anak dan remaja meninggal karena Covid-19. Dengan kasus infeksi yang mencapai jumlah sangat fantastis, 12 juta anak dan remaja terinfeksi.

Pendapat lain disampaikan Prof. Cissy Kartasmita, Guru Besar Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran yang juga berprofesi sebagai dokter spesialis anak, menyebutkan bahwa berdasarkan hasil studi dari sebuah jurnal medis terpercaya, risiko anak untuk terinfeksi dan sakit akibat Covid-19 sebenarnya sangat rendah. Jika pun anak tertular, hanya akan disertai dengan gejala ringan atau bahkan tidak sama sekali. Walaupun demikian, Prof. Cissy menjelaskan bahwa tidak menutup kemungkinan bila ada pasien anak dengan bergejala berat, masuk ICU, bahkan berpotensi akan meninggal dunia akibat Covid-19. Dengan penyerta penyakit lain atau kurang gizi.

Kenyataannya jika diperbandingkan fatalitas di banyak negara dunia sebenarnya cukup rendah. Namun dari studi-studi kenyataan di Indonesia berbeda, jauh lebih tinggi. Berdasarkan hasil studi di *Jurnal Children and Adolescents With SARS-CoV-2 Infection*. Sejumlah anak yang terinfeksi Covid-19, tidak menunjukkan gejala (asymptomatic) atau bergejala ringan. Dari 203 pasien yang tertular, 54,7 persen tidak memperlihatkan gejala. Sedangkan 26,1 persen saja yang perlu perawatan, serta yang paling banyak dirawat ialah bayi berusia kurang dari satu tahun, yakni 19,5 persen dari total kasus.

Dari berbagai hasil studi tersebut hal yang penting untuk diperhatikan, bahwa orang dewasa, terutama orang tua berperan sangat krusial dalam mencegah penularan virus Covid-19 pada anak-anak. Hal ini sangat penting sebagai tindakan preventif karena dari hasil studi yang berjudul *Characteristics and Outcomes of Children with Covid-19 in West Nusa Tenggara Province*. Sebuah studi dari tim peneliti RSUD Mataram, NTB disebutkan

bahwa fatalitas kasus Covid-19 pada anak karena terlambatnya datang ke pelayanan kesehatan, adanya penyakit lain, dan akses ke pelayanan kesehatan yang sulit.

Tidak dipungkiri bahwa keadaan wilayah-wilayah di Indonesia dengan berbagai tantangan secara geografis dan fasilitas kesehatan potensi untuk keterlambatan dan daya dukung fasilitas kesehatan menjadi persoalan tersendiri yang mesti dihadapi. Maka dari itu memberikan perhatian utama pada tindakan preventif jauh lebih utama dilakukan.

Orang tua menjadi benteng dan pilar utama dalam menjaga agar anak dan anggota keluarga dapat terhindar dari bahaya Virus Covid-19 dengan melakukan berbagai upaya kreatif dan inovatif. Orangtua perlu untuk terus menjaga anak-anak agar tidak tertular. Dikhawatirkan saat anak-anak dengan penyakit penyerta seperti jantung, ginjal, TBC, asma, akan memperburuk kondisinya apabila tertular Covid-19.

Ada berbagai cara yang dapat dilakukan, utamanya dengan menerapkan protokol kesehatan yang harus dijalankan secara ketat agar menjaga anak-anak tidak tertular Covid-19. Setidaknya saat ini kebijakan PSBB dipilih pemerintah Indonesia sebagai pilihan yang paling ideal untuk diterapkan.

Mengingat luas dan beragamnya wilayah kita. Harapan utamanya agar dapat meminimalisir tertularnya orang-orang yang rentan terpapar Virus Korona. Hal ini juga dilakukan sebagai upaya agar sistem perawatan kesehatan tidak kewalahan dalam menangani besarnya jumlah pasien.

### **Hasil dan Pembahasan**

Keluarga khususnya orang tua menjadi garda penting dalam menjaga anak-anak maupun anggota keluarga lainnya dari bahaya

Virus Covid-19 dengan melakukan berbagai upaya preventif dan inovatif. Hal itu yang memang dapat sepenuhnya dilakukan oleh orang tua terhadap anak-anaknya. Karena jika sudah tertular dan mesti dilakukan tindakan kuratif, hal tersebut menjadi kewenangan dokter dan tenaga kesehatan lainnya.

Pandemi Covid-19 menuntut peranan keluarga khususnya orang tua untuk semakin mendekatkan diri dengan keluarga dan membentengi keluarga dari ancaman paparan virus. Kebijakan PSBB menjadikan berbagai kegiatan yang dulunya banyak dilakukan terpisah antara orang tua yang bekerja di kantor atau berbagai tempat kerja lainnya dengan anak yang belajar di sekolah.

Saat kebijakan PSBB mengharuskan orang tua bekerja dari rumah dan anak belajar dari rumah sehingga aktivitas orang tua dan anak disatukan di rumah. Pembatasan dan interaksi yang utama dan intensitas tertinggi terjadi antara orang tua dan anak yang berlangsung di rumah masing-masing keluarga. Sehingga peran orang tua menjadi berubah, menjadi semakin kompleks dalam mengurus dan mendidik anak-anaknya, seperti urusan mendampingi anak belajar, ibadah bersama dan melibatkan anak dalam aktivitas di rumah menjadi suatu rutinitas yang tak lagi terhindarkan.

Ada banyak orang tua yang memiliki kesadaran penuh untuk menjaga anak-anaknya agar tidak tertular virus tersebut sehingga orangtua menerapkan berbagai cara berdasarkan pengetahuan dan intuisinya, yang tentu juga masih sangat terbatas dalam rangka mencegah atau menghindarkan anak dari bahaya dan ancaman ganasnya virus Covid-19 tersebut. Selain itu tidak mudah juga untuk mengkondisikan situasi yang nyaman dan jauh dari kejenuhan bagi anak-anak ketika aktivitas harian hanya dilakukan di rumah dalam jangka waktu yang sudah terhitung sangat panjang, sejak pandemi terdeteksi untuk pertama kalinya di Indonesia.

Maka dari itu orang tua harus dapat berperan signifikan dalam mengajari anak-anak tentang cara menjaga diri dengan baik. Perlu diberikan contoh seperti misalnya, tidak dibawa ke kerumunan seperti ke pusat perbelanjaan, pesta resepsio, atau ke restoran yang banyak orangnya.

Upaya orang tua untuk memastikan dan mempertahankan daya tahan tubuh anak-anak dengan berbagai cara, salah satu diantaranya dengan mencukupi kebutuhan gizi seimbang melalui makanan, cukup minum air putih, istirahat, olahraga teratur dan konsumsi multivitamin juga dibutuhkan hal ini penting diperhatikan dan tidak boleh terlewatkan.

Bahkan tidak berlebihan kiranya juga orang tua juga menyiapkan jadwal kegiatan harian untuk anak usia sekolah dasar dan PAUD. Kalau yang sudah memasuki masa remaja, kontrol atas kegiatan hariannya, ini juga menjadi amat penting karena sangat besar kemungkinan mereka akan melakukan aktivitas di luar rumah, baik yang berasal dari aktivitas sekolah atau lingkungan teman-teman.

### **Strategi dan Peran Orang Tua dalam Mencegah Penularan Covid-19 pada Anak**

Di berbagai negara dalam penanganan umumnya Virus Korona, mengupayakan model kurva landai (*flattening the curve*), yaitu suatu pendekatan penanganan kegawatdaruratan dengan menghambat dan menghentikan laju penyebaran Covid-19. Untuk mewujudkan model kurva landai semacam ini, pasti akan turut berimbas pada banyak aspek, hal-hal yang akan dihantam kuat adalah bidang kesehatan, ekonomi, sosial, pendidikan dan bahkan politik.

Untuk mencapai model kurva landai juga tidak mudah membutuhkan perubahan perilaku individu, kebijakan yang mempromosikan kebiasaan sehat, komunitas yang mendukung, dan pemerintah daerah yang memberikan perhatian secara penuh terhadap semua warganya, tetapi terutama orang yang paling rentan. Strategi perubahan perilaku ini

akan menghadapi berbagai tantangan, salah satu yang terbesarnya dan dalam beberapa hari sudah kita rasakan yaitu berbagai tradisi di bulan puasa Ramadhan dan yang terbesar nantinya jika tidak dapat mengendalikan mudik (Adisasmito, 2020).

Menurut Eugenia Tognotti, profesor Sejarah Kedokteran dari University of Sassari (Italia), dalam tulisannya yang dimuat Time, menjelaskan bahwa pada dasarnya pertahanan kesehatan dari wabah ada pada kebijakan karantina, sanitasi, disinfeksi, dan regulasi sosial untuk masyarakat yang paling berisiko. Ketika jumlah pasien membludak dan tenaga medis kewalahan menangani, maka inisiatif dari otoritas sipil memegang peranan penting untuk menjaga pertahanan kesehatan (Tognotti, 2020).

Jika dicermati dalam hal kesehatan selain mengobati yang telah sakit sekaligus untuk menghindari membludaknya pasien. Sejumlah gagasan untuk menghancurkan kurva atau memperlambat penyebaran Virus Korona, salah satu caranya, dengan membuat seminimal mungkin orang terinfeksi agar rumah sakit dapat menampung mereka dan tidak melebihi kapasitas rumah sakit (Shalihah, 2020).

Sesungguhnya jika kita amati lagi secara seksama ada hal yang lebih mengkhawatirkan dari wabah virus ini yaitu kehilangan rasa kemanusiaan antar sesama kita. Padahal kekuatan terbesar bangsa kita adalah pada kesatuan dan persatuannya ini. Tidak peduli siapapun kita. Percayalah, untuk saat ini bergerak bersama-sama merupakan kekuatan terbesar kita untuk mengalahkan wabah virus ini.

Kemanusiaan hanya satu yaitu bermanfaat bagi orang lain. Bagaimana agar kita berperan untuk setia saling menjaga. Coba kalau kita renung-renungkan lagi, bagaimana para medis berjuang digarda depan, dengan segala kekurangan peralatan. Mereka berkorban tanpa suara agar yang lain dapat senyum kembali. Oleh karena itu krisis ini

sekaligus dapat menjadi kesempatan untuk membentuk kembali nilai-nilai kemanusiaan kita dalam berbangsa dan bernegara, yang diakhir-akhir ini sempat merenggang.

Ada juga upaya yang mana setiap kita dapat berpartisipasi untuk melakukannya, walaupun bukan tenaga kesehatan. Sekaligus upaya ini juga akan sangat membantu pemerintah dalam penanganan wabah Virus Korona ini. Upaya yang dilakukan adalah dengan menggalakkan pencegahan COVID-19 dan penekanan utama pada anak yang membutuhkan perlakuan khusus dan kedekatan yang alami dengan orang tua. Ini bahkan bisa sangat sederhana bahkan setiap kita bisa membuat kondisi rumah, dengan berbagai suplemen alami, khas masyarakat kita misalnya dengan konsumsi jamu untuk anak dan keluarga. Jamu untuk anak tentu harus disesuaikan dengan kebutuhan dan mana jenis jamu yang aman dikonsumsi.

Pemerintah melalui Kementerian Riset dan Teknologi dan Kepala Badan Riset Inovasi Nasional (Menristek BRIN) tengah melakukan uji coba sekaligus mencoba mengembangkan suplemen dari berbagai tanaman obat: Empon-empon, jambu biji, hingga kulit jeruk. Hal ini dipercaya dapat menjadi suplemen untuk menjaga imunitas dari tubuh (Widhana, 2020). Hanya perlu kajian lebih lanjut tentang mana jamu yang aman dikonsumsi anak-anak atau ada penyesuaian-penyesuaian dalam hal komposisinya.

### **Keluarga Minum Jamu Untuk Mencegah Penularan Covid-19**

Selanjutnya kita coba bahas secara detail tentang jamu termasuk sejarah yang melingkupinya. Di negara kita, salah satu cara untuk mencegah penularan virus covid-19 yaitu dengan mengkonsumsi jamu tradisional. Dimuat dalam artikel di Kompas.com menjelaskan bahwa tanaman herbal ini diyakini ampuh mencegah virus Covid-19 yang saat ini sedang menjadi pandemi dunia, termasuk Indonesia (Pranita, 2020). Menurut

Dwi Cahyono, arkeolog dan pengajar sejarah di Universitas Negeri Malang, menjelaskan bahwa kata "jamu" adalah serapan dari istilah bahasa Jawa Baru. Bahasa kromonya adalah jampi. Varian sebutannya, yaitu jampyan, yang terdapat dalam bahasa Jawa Kuna dan Jawa Tengahan yang berarti obat, pengobatan, atau penawar (Putri, Percaya pada Jamu dari Dulu, 2020).

Walaupun, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sebetulnya menegaskan, hingga saat ini belum ada penelitian dan bukti klinis yang menyatakan bahwa tanaman herbal atau obat tradisional dapat mengatasi penyakit Covid-19. Meski demikian, tanaman herbal disebut dapat meningkatkan daya tahan tubuh. Hal ini disampaikan oleh Sport Nutritionist & Disease Prevention, Emilia Achmadi, hal yang juga penting bagi kita masyarakat Indonesia, walaupun tak ada catatan yang jelas sejak kapan tradisi meracik dan meramu jamu bermula di Nusantara. Namun, tradisi itu diyakini sudah menjadi budaya sejak kerajaan Hindu-Buddha di Jawa. Bahkan di Relief Candi Borobudur ada digambarkan kebiasaan meracik dan meminum jamu untuk menjaga kesehatan (Mulyani, 2016).

Selain itu dalam catatan sejarah, Murdijati Gardjito, Guru Besar Ilmu dan Teknologi Pangan Universitas Gadjah Mada, mengatakan bahwa kebiasaan meracik dan meminum jamu tampak pada relief Karmawibhangga di kaki candi yang mulai dibangun pada abad ke-8. Salah satu adegannya menunjukkan beberapa orang menolong laki-laki yang sakit dengan cara dipijat kepalanya, digosok perut dan dadanya. Ada pula yang membawakan semangkuk obat.

Pada Relief lainnya ada pula yang menggambarkan tanaman yang digunakan sebagai bahan pembuat jamu, seperti nagasari, semanggan, cendana merah, jamblang, pinang, pandan, maja, cendana wangi, dan kecubung. Begitu jugapada relief-relief di Candi Prambanan, Candi Panataran, Candi Suku, dan Candi Tegawangi (Murdijati, 2017).

Oleh karena jamu sebenarnya adalah produk yang sangat bermartabat dari pengetahuan asli orang Jawa tentang penyembuhan penyakit sudah berkembang sejak lama dan menggunakan bahan dasar yang ada di sekitar. Hal ini karena jamu merupakan produk unggulan yang tidak dimiliki oleh bangsa lain di dunia. Jamu sesungguhnya adalah pusaka penjaga kesehatan bangsa Indonesia.

Dalam kondisi wabah Virus Korona ini jamu bisa menjadi alternative karena sejatinya cocok dengan karakter budaya dan tubuh masyarakat Indonesia. Selain itu, jika daya tahan tubuh baik, pasien yang terinfeksi virus juga dapat melawan virus jahat di tubuhnya dan memulihkan kondisi kesehatan. Manfaat jamu dapat diperoleh jika dikonsumsi secara rutin dan teratur dan yang terpenting diolah dengan baik dan benar."Khasiat dan manfaat herbal tidak dapat dirasakan secara instan. Namun membutuhkan waktu untuk dapat diproses oleh tubuh secara alami.

Mengenal jamu untuk meningkatkan imunitas tubuh dalam kondisi sekarang ini adalah penting terutama meningkatkan daya tahan tubuh atau sistem imunitas tubuh. Di antaranya adalah curcumin yang terdapat di kunyit, temulawak, jahe, daun kelor, meniran, dan jinten hitam. Curcumin memiliki zat aktif kurkuminoid yang berfungsi sebagai anti virus dan imunomodulator. Meniran mengandung zat aktif flavonoid yang dapat mengoptimalkan fungsi imun. Sementara, daun kelor kaya akan vitamin dan mineral yang berperan dalam meningkatkan imunitas, serta mampu melawan infeksi virus dan bakteri.

Anak-Anak di Rumah Demi Mencegah Penularan

Presiden Joko Widodo sudah sejak 15 Maret 2020 lebih mengeluarkan himbauan untuk mengkarantina diri untuk mencegah penularan virus korona. Anak-anak dianjurkan agar berada di rumah saja, sehingga sekolah-sekolah diliburkan dan diganti belajar dari rumah (BDR). Selanjutnya para orang tua

yang selama ini, sebagai pekerja diharapkan bekerja di rumah dan dapat mendampingi anak-anak, dan masyarakat diminta untuk beribadah di rumah. Namun, sampai sekarang tak semua orang mampu mengkarantina diri, tak semua perusahaan memberlakukan kebijakan Kerja Dari Rumah (KDR).

Wujudnya berupa karantina sebagai suatu upaya yang juga dapat dilakukan semua orang. Walaupun kita juga akan menjumpai masyarakat dengan ekonomi lemah yang akan sangat terdampak, tetapi semoga dengan fokus pemerintah dan bantuan masyarakat akan bisa membantu masyarakat dalam kategori ini. Berikut akan dijelaskan tentang sejarah dan bagaimana berbagai negara mengatasi wabah melalui karantina.

Karantina anak-anak dapat dianggap sangat efektif untuk mencegah penyebaran virus Korona pada anak-anak, jika dengan dukungan orang tua dapat dijalankan secara disiplin. Beberapa negara juga telah menerapkan Tiongkok, Korea, Italia dan belakangan yang terbukti berhasil Negara Vietnam. Dalam catatan sejarah metode pertahanan kesehatan dengan mengisolasi diri ini juga pernah jadi upaya pencegahan di masa lampau. Ketika pes melanda Jawa pada 1911, pemerintah kolonial lewat Dienst der Pestbestijding (Dinas Pemberantasan Pes) mengeluarkan larangan menjenguk orang sakit. Masyarakat diwajibkan melapor kepada mantri pes jika ada anggota keluarga yang sakit dan meninggal.

Ketika itu desa-desa yang terjangkit wabah pes diisolasi, diberi dinding pembatas antar-desa. Barak isolasi juga disiapkan tak jauh dari desa tersebut. Secara rutin, dokter dan mantri pes mengontrol tiap barak dan memantau kondisi desa terjangkit. Masyarakat yang terjangkit dikarantina selama 5-10 hari, bahkan pada praktiknya ada yang dikarantina hingga 30 hari. Prosedur karantina berpegang pada ordonansi karantina yang beberapa kali diterapkan untuk penanganan penyakit

menular di negeri jajahan, seperti kusta, kolera, pes, dan influenza.

Selain itu juga berdasarkan aturan yang dimuat Staatsblad van Nederlandsch Indie nomor 277 tahun 1911 tentang pemberian wewenang kepada pejabat pemerintah untuk melakukan karantina pada daerah yang terkena wabah. Sama seperti yang diterapkan saat ini untuk mengatasi Wabah Korona yang mengacu pada protokol WHO dan penerapan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar).

Jika ditelusur kebelakang berdasarkan pengalaman dan memori kolektif orang Eropa dan Asia akan pandemi Black Death pada 1347-1352 yang memakan banyak korban. Dalam waktu 5 tahun saja ada 25 juta orang yang meninggal. Ada dua tipe kondisi yang dialami para korban ketika itu. Pertama bisul dan kedua adalah infeksi paru-paru (Kelly, 2005). Ketika masyarakat Eropa diancam Black Death, telah diberlakukan pula karantina yang diberberapa Negara kini disebut lockdown.

Setelah pes pada akhir 1918, Hindia Belanda ketika itu pernah diserang influenza. Mirip dengan penanganan pes dan Black Death, orang-orang yang terjangkit juga dikarantina. Ketika itu budaya maritim di Nusantara sedang berjaya-jayanya, melalui jalur rempah Nusantara jalur laut kita termasuk yang paling ramai di dunia. Tetapi tetap demi menghentikan penyebaran wabah, kapal-kapal yang transit bahkan dilarang menurunkan penumpang atau melakukan kontak agar tak ada penyebaran penyakit dari laut ke daratan.

Menurut Priyanto Wibowo dkk. dalam bukunya Yang Terlupakan Pandemi Influenza 1918 di Hindia Belanda menyebutkan orang-orang yang berada di atas kapal sangat rentan terhadap penularan penyakit influenza mengingat penularan melalui angin laut dalam perjalanan amat mudah terjadi. Orang-orang yang berasal dari negara yang telah terjangkit. Selain itu kondisi kesehatan yang buruk dan terbatasnya fasilitas kesehatan di di kapal

menambah kewaspadaan terhadap kapal-kapal yang tiba (Priyanto Wibowo, 2009).

Dalam waktu tidak sampai setengah tahun, jumlah pasien influenza dapat ditekan dan tidak terdapat lonjakan tajam. Terbukti, usaha pencegahan dengan isolasi dan karantina berhasil menekan penyebaran penyakit. Banyak orang selamat, wabah pun berhasil dijinakkan.

### **Upaya Mencegah Virus Covid-19 Pada Anak**

Suatu upaya yang paling penting dilakukan sebenarnya adalah menjaga dengan sebaik mungkin agar tubuh terutama anak-anak agar tidak tertular Virus Korona. Virus yang telah menyerang hingga tiga juta orang di berbagai negara dan menelan ratusan ribu korban jiwa. Menjaga agar anak-anak tidak tertular menjadi hal yang sangat penting diprioritaskan. Setelah itu menjaga keluarga termasuk orang tua agar tidak terkena penyakit infeksi yang sedang mewabah ini merupakan hal yang paling cerdas sejatinya (Prayugi, 2020).

Hingga saat ini walaupun sudah adak vaksin yang diklaim dapat menekan penyebaran pandemic covid-19, tetapi penggunaan pada anak-anak di bawah usia 17 tahun, belum lah sepenuhnya diizinkan. Maka dari itu mencegah penularan terhadap anak masih menjadi opsi pilihan terbaik untuk diupayakan masing-masing orang tua terhadap keluarganya. Selain itu perawatan untuk pasien yang terinfeksi juga sangat mahal dan lama. Bagi orang dewasa itu sudah sangat menyiksa, apalagi jika hal tersebut harus dialami oleh anak-anak. Maka dari itu sebenarnya virus ini dapat dicegah. Ada beberapa cara yang bisa dilakukan untuk mencegah penularan virus Corona pada anak-anak, di antaranya:

#### **1. Mencuci tangan dengan benar**

Mencuci tangan dengan benar adalah cara paling sederhana namun efektif untuk mencegah penyebaran virus 2019-nCoV. Cucilah tangan dengan air mengalir dan sabun,

setidaknya selama 20 detik. Pastikan seluruh bagian tangan tercuci hingga bersih, lalu keringkan dengan tisu, handuk bersih, atau mesin pengering tangan. Jika sulit menemukan air juga bisa membersihkan tangan dengan hand sanitizer. Gunakan produk hand sanitizer dengan kandungan alkohol minimal 60% agar lebih efektif.

Mencuci tangan secara teratur, terutama sebelum dan setelah makan, setelah menggunakan toilet, setelah menyentuh hewan, membuang sampah, serta setelah batuk atau bersin. Cuci tangan juga penting dilakukan sebelum menyusui bayi atau pemerah ASI.

#### **2. Menggunakan masker**

Secara umum, ada dua tipe masker yang bisa digunakan untuk mencegah penularan virus Corona, yaitu masker bedah dan masker N95. Masker bedah atau surgical mask merupakan masker sekali pakai yang umum digunakan. Masker ini memang belakangan langka dan harganya menjadi mahal. Sebagai alternative bisa menggunakan masker kain untuk mencegah infeksi virus Corona, walaupun tidak benar-benar efektif tetapi sangat membantu.

Ada hal penting juga dalam menggunakan masker bedah yang benar adalah sisi berwarna pada masker harus menghadap ke luar, sementara sisi dalamnya yang berwarna putih menghadap wajah dan menutupi dagu, hidung, dan mulut. Sisi berwarna putih terbuat dari material yang dapat menyerap kotoran dan menyaring kuman dari udara.

Sedangkan masker N95 adalah jenis masker yang digunakan sebagai salah satu alat pelindung diri atau APD untuk petugas medis yang merawat pasien COVID-19. Ketika melepaskan masker dari wajah, baik masker bedah maupun masker N95, hindari menyentuh bagian depan masker, sebab bagian tersebut penuh dengan kuman yang menempel. Setelah melepas masker, cucilah

tangan dengan sabun atau hand sanitizer, agar tangan bersih dari kuman yang menempel.

### 3. Menjaga daya tahan tubuh

Daya tahan tubuh yang kuat dapat mencegah munculnya berbagai macam penyakit. Untuk menjaga dan meningkatkan daya tahan tubuh, disarankan untuk mengonsumsi makanan sehat, seperti sayuran dan buah-buahan, dan makanan berprotein, seperti telur, ikan, dan daging tanpa lemak termasuk jamu.

Selain itu, rutin berolahraga, tidur yang cukup, tidak merokok, dan tidak mengonsumsi minuman beralkohol juga bisa meningkatkan daya tahan tubuh agar terhindar dari penularan virus Corona. Beberapa informasi menyebutkan bahwa berjemur di bawah sinar matahari juga dapat mencegah infeksi virus Corona.

### 4. Tidak pergi ke negara terjangkit

Tidak hanya Tiongkok, penyakit infeksi virus Corona kini juga sudah mewabah ke berbagai negara di seluruh dunia, seperti Jepang, Korea Selatan, Hongkong, Taiwan, India, Amerika Serikat, Eropa termasuk Indonesia dan negara ASEAN lainnya. Agar tidak tertular virus ini, adalah tidak bepergian ke tempat-tempat yang sudah memiliki kasus infeksi virus Corona atau berpotensi menjadi lokasi penyebaran coronavirus, termasuk mudik, sebagai bagian dari budaya masyarakat Indonesia. Sulit memang tetapi kita mesti menahan diri.

## Kesimpulan

Bumi kita sedang gelap. Peradaban kita sedang diselimuti ketidakjelasan dan ketidakpastian. Namun, dicelah-celahnya selalu tersingkap harapan. Percayalah, bahwa manusia akan tetap eksis ketika kemanusiaan masih ada. Pada kenyataannya dunia memang berkali-kali telah dilanda wabah dan dengan berbagai cara manusia secara bersama-sama berhasil melaluinya. Dari tulisan ini kita dapat

melihat bagaimana dunia, termasuk Indonesia dihamtam berkali-kali oleh wabah penyakit.

Dengan berbagai upaya peradaban manusia tetap dapat bertahan. Marilah bersama-sama kita meningkatkan optimisme dan fokus untuk menjaga anak-anak, keluarga dan orang disekitar kita melalui upaya-upaya yang telah diuraikan di atas. Dalam kondisi sekarang ini tidak ada salahnya kita memberikan perhatian yang lebih ekstra pada anak-anak agar benar-benar terjaga dari penularan wabah covid-19.

Pandemi Covid-19 sangat berpengaruh terhadap peran orangtua dalam pencegahan Covid-19 dilingkungan keluarga, secara umum peran orang tua yang muncul selama pandemi Covid-19 adalah sebagai pembimbing, pendidik, penjaga, pengembang dan pengawas. Secara spesifik menunjukkan bahwa peran orang tua dalam mencegah Covid-19 adalah dengan menjaga dan memastikan seluruh anggota keluarga untuk menerapkan pola hidup bersih dan sehat, dengan cara menerapkan prokol kesehatan seperti: mencuci tangan, menggunakan masker, mengurangi aktivitas di luar rumah atau ke luar negeri (Negara terjangkit) dan menjaga daya tahan tubuh dengan konsumsi makanan sehat, istirahat dan cukup olahraga.

Mari kita berjuang bersama menjaga anak-anak dan keluarga dari pandemic covid-19 yang belum usai. Hakikatnya Covid-19 ini tidak mengenal batas, begitu juga kemanusiaan. Dengan kita saling peduli, belajar dan menyebarkan berbagai informasi baik semoga ini juga menjadi upaya untuk mempercepat mengatasi situasi krisis ini. Semoga dengan cara-cara baik belajar secara mendasar dari berbagai informasi sejarah akan membawa kesiapan untuk kita dalam

menghadapi pandemi Korona dan semoga juga ini akan cepat berlalu. Semuanya akan membaik.

#### Daftar Pustaka

- Adisasmito, W. (2020, April 17). *How to Flatten the Covid-19 Curve in Indonesia*. Diambil kembali dari <https://jakartaglobe.id/https://jakartaglobe.id/opinion/how-to-flatten-the-covid19-curve-in-indonesia>
- Chandra, S. (2013). Mortality from the Influenza Pandemic of 1918-19 in Indonesia. *Population Studies, Vol. 67*, (No. 2 ), 185 – 193.
- Janti, N. (2020). *Penerjunan Tenaga Medis pada Wabah di Hindia Belanda*. Diambil kembali dari <https://historia.id/https://historia.id/sains/articles/penerjunan-tenaga-medis-pada-wabah-di-hindia-belanda-Pzdk0>
- Janti, N. (2020, April 9). *Sejarah Karantina untuk Cegah Penyakit Merajalela Masa Hindia Belanda*. Diambil kembali dari <https://historia.id/https://historia.id/sains/articles/sejarah-karantina-untuk-cegah-penyakit-merajalela-masa-hindia-belanda-vZXoL>
- Kelly, J. (2005). *The Great Mortality: An Intimate History of the Black Death, the Most Devastating Plague of All Time*. New York: HarperCollins Publishers.
- Mulyani, H. (2016). *Pengobatan Tradisional Jawa Terhadap Penyakit Bengkak dalam Manuskrip Serat Primbon Jampi Jawi Jilid I dan Serat Primbon Racikan Jampi Jawi Jilid II Koleksi Surakarta. Seminar Nasional Meneguhkan Peran Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat dalam Memuliakan Martabat Manusia*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Murdijati. (2017). *Jamu Pusaka Penjaga Kesehatan Asli Indonesia*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Pranita, E. (2020, Maret 19). *Resep Ramuan Herbal untuk Tingkatkan Imun di Tengah Corona dari Ahli*. Diambil kembali dari <https://www.kompas.com/https://www.kompas.com/sains/read/2020/03/19/080100123/resep-ramuan-herbal-untuk-tingkatkan-imun-di-tengah-corona-dari-ahli>
- Prayugi, W. (2020, April 4). *10 Cara Sederhana Mencegah Virus Corona Covid-19, Wajib Dilakukan*. Diambil kembali dari <https://www.liputan6.com/https://www.liputan6.com/bola/read/4219236/10-cara-sederhana-mencegah-virus-corona-covid-19-wajib-dilakukan>
- Priyanto Wibowo, d. (2009). *Yang terlupakan : sejarah pandemi influenza 1918 di Hindia Belanda*. Jakarta: Departemen Sejarah Fakultas Ilmu Pengetahuan Budaya Universitas Indonesia.
- Putri, R. H. (2020, Maret). *Nusantara Terdampak Wabah Penyakit yang Melanda Dunia*. Diambil kembali dari <https://historia.id/https://historia.id/kuno/articles/nusantara-terdampak-wabah-penyakit-yang-melanda-dunia-vx2ld>
- Putri, R. H. (2020, April). *Percaya pada Jamu dari Dulu*. Diambil kembali dari <https://historia.id/https://historia.id/kuno/articles/percaya-pada-jamu-dari-dulu-PNaOR>
- Putri, R. H. (2020). *Percaya pada Jamu dari Dulu*. Diambil kembali dari <https://historia.id/https://historia.id/kuno/articles/percaya-pada-jamu-dari-dulu-PNaOR>

- Shalihah, N. F. (2020, April 05). *Apa yang Bisa Dilakukan untuk Hancurkan Kurva dan Hentikan Penyebaran Virus Corona?* Diambil kembali dari <https://www.kompas.com:https://www.kompas.com/tren/read/2020/04/05/194700865/apa-yang-bisa-di-lakukan-untuk-hancurkan-kurva-dan-hentikan-penyebaran-virus>
- Tognotti, E. ( 2020, Maret 11). *I'm a Historian of Epidemics and Quarantine. Now I'm Living That History on Lockdown in Italy.* Diambil kembali dari <https://time.com/https://time.com/5800993/quarantine-historian-italy/>
- Walker, K. (2014). *The Influenza Pandemic of 1918 in Southeast Asia.* Dalam T. H. Amrith, *Histories of Health in Southeast Asia: Perspective on the Lon Twentieth Century.* Indiana: Indiana University Press.
- Widhana, D. H. (2020, April 7 ). *Pemerintah Indonesia Menguji Pilkina untuk Obat Corona COVID-19.* Diambil kembali dari <https://tirto.id/https://tirto.id/pemerintah-indonesia-menguji-pilkina-untuk-obat-corona-co-vid-19-eLyu>
- Wright, J. (2017). *Get Well Soon: History's Worst Plagues and the Heroes Who Fought Them.* New York : Henry Holt and Company .