

# Quality Time Creating a Harmonious Family during covid-19

Feny Aulia<sup>1</sup>, Dedi Hartanto<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi, <sup>2</sup>Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi  
Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Email: fenyaulia30@gmail.com, ddyhart27@gmail.com

## ABSTRACT

*This study aims to provide information by describing how quality time is one way to create harmony in the family during the Covid-19 pandemic that is happening. It is also hoped that it can inspire more use of time with family, especially in the co-19 period, thereby also helping the government in handling the chain of distribution of co-19. The method used in writing this article is a literature review by finding theoretical references relevant to the case or problem found. The results and discussion explain the existence of social distancing due to covid causing people to do activities at home, so that more time is available with family. Togetherness that can create harmony in the family*

**Keywords :** *Quality Time, Family, Harmonious, Covid-19*

---

## PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit terkecil dari suatu masyarakat. Keluarga juga adalah lingkungan sosial terdekat dari setiap individu, tempat individu dapat bertumbuh dan berkembang di dalamnya. Menurut para ahli, keluarga adalah satuan sosial terkecil yaitu instansi pertama yang memberikan pengaruh terhadap sosialisasi anggotanya, yang kemudian akan membentuk kepribadiannya. Dalam keadaan normal, seorang anak akan dibentuk dan dipengaruhi oleh sikap dan tindakan orang tuanya. Suatu keluarga terdiri dari pribadi-pribadi yakni ayah, ibu dan anak-anak. Peranan anggota keluarga dalam menciptakan suasana keluarga kuat sekali. Masing-masing pribadi diharapkan tahu peranannya di dalam keluarga. Keluarga merupakan suatu sistem yaitu suatu kesatuan yang dibentuk oleh bagian-bagian yang saling berhubungan dan berinteraksi (Novianti, et.al, 2017).

Kesibukan sehari-hari sering mengakibatkan waktu bersama anak menjadi terbatas. Bahkan di hari libur, ketika semua anggota keluarga berkumpul, masing-masing sibuk dengan aktivitasnya. Ibu sibuk memasak, berbenah rumah, atau membaca, sementara anak sibuk bermain, dan Ayah sibuk dengan aktivitasnya sendiri. Padahal, dalam hubungan antara orang tua dan anak, yang menentukan kualitas kebersamaan adalah adanya interaksi dua arah, yakni orang tua dan anak-anak saling bercerita, bercanda, bergantian mendengarkan dan memberikan tanggapan. Waktu orang tua bermain bersama anak juga merupakan waktu yang berkualitas (Kemdikbud RI, 2017).

Sejak akhir tahun 2019 seluruh dunia di hebohkan dengan penemuan virus yaitu Covid-19 atau yang biasa di sebut coronavirus. Virus ini menyerang imunitas tubuh serta menginfeksi sistem pernapasan pada manusia. Virus ini pertama kali muncul di Wuhan, China dan penyebarannya yang begitu cepat hingga ke beberapa Negara di Dunia termasuk Indonesia. Banyak dampak yang di rasakan masyarakat dalam menjalani aktivitas kesehariannya bahkan virus ini juga menjadi teror yang menakutkan bagi masyarakat akibat informasi yang menyebar dimana-mana terkait bertambahnya tingkat seseorang yang positif *virus corona* dan tingkat kematian perharinya (kompasiana.com).

Salah satu tindakan pemerintah adalah melakukan *Social Distancing* untuk meminimalisir penyebaran virus tersebut. *Social Distancing* yaitu menjauhi perkumpulan, menghindari pertemuan massal, dan menjaga jarak antar manusia. Pembatasan sosial atau menjaga jarak yang dilakukan untuk mencegah penularan virus corona agar tidak menyebar luas di Negara Indonesia. *Social Distancing* sangat berpengaruh untuk menghambat penyebaran virus corona (Pratiwi, 2020).

Dampak sosial distancing mengakibatkan sekolah dan perguruan tinggi harus belajar di rumah melalui *online* yang biasa disebut SFH (Study From Home) dan para pekerja juga harus bekerja dirumah yang disebut WFH (Work From Home). Menghabiskan waktu bersama-sama dan berkumpul dengan keluarga, hal itu merupakan momen yang sangat membahagiakan. Waktu di mana seorang anak, mitra, atau orang yang dikasihi menerima perhatian penuh dari seorang individu, dengan tujuan untuk memperkuat hubungan mereka yang disebut *quality time* (Susanto et.al, 2015).

Salah satu tulisan yang menyatakan bahwa *Quality time* bersama keluarga merupakan salah satu cara menjalin hubungan intim dengan keluarga untuk membangun keluarga yang harmonis serta membawa keseimbangan pada kehidupan pribadi Anda. Menurut Qaimi (2002) keluarga yang harmonis adalah keluarga yang seimbang. Keluarga seimbang adalah keluarga yang memiliki keharmonisan keluarga yang ditandai terdapat hubungan yang baik antar ayah dengan ibu, ayah dengan anak, serta ibu dengan anak. Dalam keluarga, orang tua bertanggung jawab dan dapat dipercaya. Setiap anggota keluarga saling menghormati dan saling memberi tanpa harus diminta (Shochib, 2000).

Berdasarkan survei hasil wawancara dengan salah satu mahasiswa yang saat ini sedang melakukan kuliah online akibat dampak dari covid-19 mengatakan banyak memiliki waktu bersama dan berkumpul bersama keluarga seperti makan bersama, nonton bersama, lebih banyak komunikasi ketimbang saat kuliah jauh dari orang tua, komunikasi juga melalui telepon dan berlangsung singkat.

Artikel ini bertujuan memberikan informasi dengan mendeskripsikan bagaimana *quality time* salah satu cara untuk menciptakan keharmonisan dalam keluarga selama pandemi Covid-19 yang sedang terjadi. Diharapkan artikel ini juga dapat menginspirasi agar lebih memanfaatkan waktu dengan keluarga, khususnya di masa covid-19 ini dengan demikian juga membantu pemerintah dalam penanganan memutus mata rantai penyebaran covid-19

## METODE

Artikel ini menggunakan jenis penelitian kajian literatur dengan mencari referensi teori yang relevan dengan kasus atau permasalahan yang ditemukan.

Kajian literatur adalah ringkasan tertulis mengenai artikel dari jurnal, buku, dan dokumen lain yang mendeskripsikan teori serta informasi baik masa lalu maupun saat ini mengorganisasikan pustaka ke dalam topik dan dokumen yang dibutuhkan. Jenis data yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah data yang diperoleh dari studi literatur. Studi literatur adalah cara yang dipakai untuk menghimpun data-data atau sumber-sumber yang berhubungan dengan topik yang diangkat dalam suatu penelitian (Habsy, 2017).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Orang tua mestinya memiliki waktu yang cukup untuk anak dan untuk seluruh anggota keluarga. Waktu cukup dan terpenuhi tersebut adalah di mana orang tua memberikan perhatian penuh, kebahagiaan cukup, bimbingan terarah, pendidikan yang bagus yang semua itu membutuhkan waktu yang bermakna. Pemaknaan waktu ini dalam lingkungan keluarga lebih dikenal dengan *quality time*. *Quality time* menekankan arti pentingnya kebersamaan dan kebermaknaan dalam suasana keluarga. Dengan demikian setiap keluarga saling membutuhkan dan memberi pengaruh untuk kebaikan yang pada akhirnya anak mengharapkan adanya keharmonisan dan fleksibel hidup antara ayah dan ibu, ibu dan anak, anak dan ayah begitu sebaliknya saling keterhubungan (Asfiati, 2017).

Munculnya Covid-19 yang ditetapkan sebagai darurat kesehatan global. Virus ini sempat membuat semua kegiatan sehari-hari manusia terhambat. Karantina saja mungkin tidak cukup untuk mencegah penyebaran virus Covid-19 ini, dan dampak global dari infeksi virus ini adalah salah satu yang semakin memprihatinkan (Sohrabi et.al, 2020).

Pemerintah telah melakukan banyak langkah-langkah dan kebijakan untuk mengatasi permasalahan Covid-19 ini. Salah satu langkah awal yang dilakukan oleh pemerintah yaitu *Social Distancing* untuk masyarakat. Langkah ini bertujuan untuk memutus mata rantai penularan pandemi covid-19 ini karena langkah tersebut mengharuskan masyarakat menjaga jarak aman dengan manusia lainnya minimal 2 meter, tidak melakukan kontak langsung dengan orang lain serta menghindari pertemuan massal (Buana, 2020).

*Social distancing* membuat individu lebih banyak berada di rumah, sebagian aktivitas dilakukan di rumah, para pekerja juga harus bekerja diharuskan untuk kerja dari rumah (work from home atau disingkat WFH) dan sekolah hingga perguruan tinggi melakukan pembelajaran melalui online dengan belajar dari rumah (study from home atau disingkat SFH) (Whardana, 2020), Sehingga waktu lebih banyak dihabiskan di rumah bersama keluarga. Kebersamaan bisa diwujudkan dengan sarapan dan makan malam bersama yang riang, bersenda gurau sambil bertanya kesehatan anggota keluarga, berbagi tugas membersihkan rumah saat akhir pekan, dan tentu saja saling membantu jika salah satu anggota keluarga membutuhkan pertolongan. Hal-hal seperti itulah yang dapat menciptakan keharmonisan dan keakraban, memperkuat ikatan keluarga saling memahami dan menerima satu sama lain, serta membuat waktu yang ada menjadi berharga dan dapat dinikmati (Novianti et. al 2017).

Keluarga harmonis adalah keluarga dimana seluruh anggota menjalankan hak dan kewajiban masing-masing, terjalin kasih sayang, saling pengertian, komunikasi dan kerjasama yang baik antara anggota keluarga. Keluarga harmonis merupakan tempat yang menyenangkan dan positif untuk hidup, karena anggota keluarga telah belajar beberapa cara untuk saling memperlakukan satu sama lain dengan baik. Anggota keluarga dapat saling mendukung, memberikan kasih sayang dan memiliki sikap loyalitas, berkomunikasi secara terbuka antara anggota keluarga, saling menghargai dan menikmati kebersamaan (Awi & Golung, 2016).

## KESIMPULAN

Munculnya virus covid-19 memberikan dampak kepada setiap orang termasuk mengganggu aktivitas setiap harinya, salah satu tindakan yang dilakukan pemerintah untuk mengurangi virus tersebut dengan melakukan sosial distancing sehingga semua pekerjaan dilakukan di rumah termasuk juga anak sekolah dan perguruan tinggi yang melakukan pembelajaran melalui online di rumah sehingga waktu di rumah lebih banyak bersama keluarga, menghabiskan waktu untuk berkegiatan bersama-sama dengan keluarga guna untuk menciptakan keharmonisan di dalam keluarga.

## PENGHARGAAN

Bagian ini tidak wajib disediakan. Hanya dibuat jika diperlukan. Misalnya untuk mengucapkan terima kasih terhadap beberapa pihak yang berperan dalam penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asfiati. (2017). Membudidayakan Quality Time Versi Konsep Pendidikan Islam yang Syarat Nilai Globalisasi dalam Mengurangi Kasus Penculikan Anak Di Indonesia. Institut Agama Islam (IAIN).
- Awi, V. M., Mewengkang, N., & Golung, A. (2016). Peranan Komunikasi antar Pribadi dalam Menciptakan Harmonisasi Keluarga di Desa Kimaam Kabupaten Merauke. E-Journal "Acta Diurna", 5 (2), 1-12.
- Buana, D. R. (2020). Analisis Perilaku Masyarakat Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Virus Corona (Covid-19) dan Kiat Menjaga Kesejahteraan Jiwa. National Research Tomsk State University, Universitas Mercu Buana
- Habsy, Bakhrudin Ali. (2017). Seni Memahami Penelitian Kuliitatif Dalam Bimbingan Dan Konseling : Studi Literatur. Jurnal Konseling Andi Matappa. 1(2), 90-100.
- Kemdikbud RI, 2017. Waktu Berkualitas Bersama Anak
- Kompasiana.com. <https://www.kompasiana.com/rezzawidiautami3362/5e7e055f097f363bdb558402/dampak-virus-corona-berimbas-bagi-pendidikan-di-indonesia>
- Novianti, Rizka., Sondakh, Mariam., Remban, Maiske. (2017). komunikasi Antar Pribadi dalam Menciptakan harmonisasi (Suami dan Istri) Keluarga di Desa Sagea Kabupaten Halmahera Tengah. Jurnal Acta Diura. VI(2)

- Pratiwi, Ericha Windhiyana.(2020).Dampak Covid-19 Terhadap Kegiatan Pembelajaran Online Di Sebuah Perguruan Tinggi Kristen Di Indonesia.Perspektif Ilmu Pendidikan. 30(1).
- Qaimi, A. (2002). Menggapai Langit Masa Depan Anak. Bogor: Cahaya.
- Shochib, M. (2000). Pola Asuh Orang Tua: Dalam Membantu Anak Mengembangkan Disiplin Diri. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sohrabi C, Alsafi Z, O'Neill N, et al. (2020). World Health Organization declares global emergency: A review of the 2019 novel coronavirus (COVID19). International Journal of Surgery. 76, 71-76.
- Susanto, Daniel Adi Surya., Bramantya, Pratama., Riyan., Med, M. (2015).Perancangan Buku Interaktif Tentang Quality Time Orang Tua dengan Anak Remaja. Program Studi desain Komunikasi Visual Fakultas Seni dan Desain Universitas Kristen Petra.
- Wardhana, Dharendra. (2020). Kajian Kebijakan dan Arah Riset Pasca Covid-19. The Indonesian Journal Of Development Planning.IV(2).