

Kode>Nama Rumpun Ilmu\* : Manajemen  
Bidang Fokus : Sumber Daya Manusia

**LAPORAN AKHIR PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
(Iptek Bagi Masyarakat)**



**PERAN AYAH DALAM MEMBAHAGIAKAN KELUARGA DI MASA  
PANDEMI COVID 19**

**TIM PENGUSUL**

**Ketua : Dr. Rachman Sjarief**

**NIDN : 08.0819.027**

**Anggota Tim Mahasiswa : Mochammad Veldian Ardana**

**NIM : 2017021028**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN JAYA**

**JULI 2021**

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul Pengabdian : Peran Ayah dalam Membahagiakan Keluarga di masa Pandemi  
Nama Lengkap : Dr. Dr. Rachman Sjarief, Dipl.-Ing., MM., SH., MH.  
NIDN/NIP/NIM : 08.0819.027  
Jabatan Fungsional : Dosen  
Program Studi : Manajemen  
Nomor HP : 089516130477  
Alamat surel (*e-mail*) : rachman.sjarief@upj.ac.id

**Anggota (1)**  
Nama Lengkap : Mochammad Veldian Ardana  
NIDN/NIP/NIM : 2017021028/ Mahasiswa  
Perguruan Tinggi : Universitas Pembangunan Jaya

**Anggota (2)**  
Nama Lengkap :  
NIDN/NIP/NIM :  
Perguruan Tinggi :  
**Anggota (ke-n)**  
Nama Lengkap :  
NIDN/NIP/NIM :  
Perguruan Tinggi :

**Institusi Mitra (Jika ada)**  
Nama Instutusi Mitra :Dinas Pemberdayaan, Perlindungan Anak dan Pengendalian  
Penduduk (PPAPP) Pemerintah Provinsi DKI  
Alamat : Jl. Merdeka Selatan 8-9 Jakarta.  
Penanggung Jawab : Ir. Tuty Kusumawati MSc. Ketua dinas PPAPP Provinsi DKI  
Tahun Pelaksanaan : Tahun ke ... dari rencana ... tahun  
Biaya Tahun Berjalan :  
Biaya Keseluruhan :

Tangerang Selatan, Juli 2021

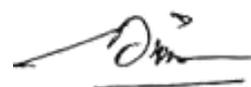
Mengetahui,

Dekan Fakultas Humaniora dan Bisnis



(Dra. Clara Evi C. Citraningtyas, M.A., Ph.D.)  
NIP/NIK : 08.0920627

Ketua Peneliti,



(Dr. Dr. Rachman Sjarief, Dipl.-Ing., SH., MH.)  
NIP/NIK : 08.0819.027

Menyetujui,  
Kepala LP2M UPJ

(Dr. Edi Purwanto, S.E., M.M)  
NIP/NIK : 08.0720.014



## RINGKASAN

Pada masa Pandemi Covid-19 ini masyarakat harus ditenangkan dikarenakan kondisi yang cukup mencekam seperti gempuran cobaan yang bertubi-tubi mulai dari kabar berita meninggal, berita sakit masuk ICU, berita hilangnya oksigen dan derunya suara sirene ambulance sepanjang hari yang membuat hati serasa kecil. Pemerintah Provinsi DKI dalam hal ini Dinas Pemberdayaan, Perlindungan Anak dan Pengendalian Penduduk, dengan ketua Dinasnya Ibu Ir. Tuty Kusumawati, menginisiasi untuk membuat program Podcast SAGA – Sahabat Keluarga dengan tujuan mulia untuk memberikan wawasan dan informasi mengenai kehidupan keluarga bahagia. Sekarang program ini sudah sampai episode ke 10, biasanya sampai sekarang pembicaranya adalah Ibu-Ibu Tokoh Wanita tetapi pada episode ke-11 ini Podcast SAGA mengundang Tokoh laki-laki dengan tujuan agar ada keseimbangan gender dalam pandangan tentang kebahagiaan dari perspekti kaum Ayah.

Peran Ayah di Indonesia terpengaruh dengan kultur kita pada umumnya dimana Ayah menjadi tokoh utama dan merupakan tulang punggung keluarga. Kultur ini baik jika terjadi keseimbangan beban dan tanggung jawab dalam keluarga terutama dalam kegiatan dan tugas domestik rumah tangga. Keseimbangan dan saling pengertian antara Ayah dan Ibu dalam pembagian tugas ini diperlukan agar terbentuk keluarga bahagia. Indahnnya Ayah jangan menjadi raja yang meminta segalanya untuk dilayani, tetapi cukup mengerti dengan beban sang istri atau Ibu dari anak-anak mereka. Keseimbangan kehidupan berumah tangga ini harus dijaga, agar kebahagiaan dapat terbentuk, yang harus ditekankan adalah jangan sampai terjadi kekerasan dalam rumah tangga, berkeluarga adalah mencari kebahagiaan bukan saling menyakitkan.

Jaman sekarang banyak kaum Ibu yang menjadi Karyawati Profesional dan juga pengusaha wanita maka indahnnya kultur yang lama yang menganggap bahwa Ayah harus dilayani sedikit bergeser dan berubah. Pembicara ketika muda mempunyai kesempatan lama untuk bermukim di Jerman mencoba untuk berbagi pengalaman hidupnya dalam membina kebahagiaan dalam keluarga. Setiap akhir sesi diberikan latihan pernafasan Merpati Putih untuk dapat melakukan *mindfulness* menenangkan diri dalam rangka merenung dan meningkatkan imunitas.

Podcast SAGA membuat 3 sesi yang berselang 3 minggu yang mengulas 3 topik utama, bagaimana menenangkan diri dimasa pandemi, Bagaimana membuat diri ini bahagia dimasa pandemi, dan Bagaimana membina semangat kerja positif dimasa pandemi ini. Konteks utama dihubungkan dengan peran Ayah dalam membina kebahagiaan keluarga. Dari ketiga sesi ini menghasilkan tiga video yang ditayangkan di youtube dengan durasi 45 menit. Antusias publik sangat baik terlihat dengan banyaknya pemirsa sesi pertama 11.000, sesi ke dua dan ke tiga hampir 8.000 stiap sesinya.

## PRAKATA

Segala puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan yang memungkinkan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

Segala usaha, mulai dari persiapan, pelaksanaan, hingga pelaporan kegiatan dapat berjalan dengan baik hanya oleh karena kemurahan dan kekuatan yang dianugerahkan oleh-Nya.

Kami juga mengucapkan terimakasih kepada pimpinan Universitas Pembangunan Jaya dan pihak-pihak terkait yang mendukung terlaksananya kegiatan ini. Dengan demikian kami mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Leenawaty Limantara, Ph.D., selaku Rektor Universitas Pembangunan Jaya.
2. Bapak Agustinus Agus Setiawan, S.T., M.T, selaku Wakil Rektor I
3. Bapak Eddy Yusuf, Ph.D., selaku Wakil Rektor II
4. Ibu Dra. Clara Evi C. Citraningtyas, M.A., Ph.D, selaku Dekan Fakultas Humaniora dan Bisnis
5. Bapak Dr. Edi Purwanto, SE, MM selaku Kepala LP2M
6. Ibu Fitriyah Nurhidayah, SE, M.Si., selaku Koordinator Pengabdian kepada Masyarakat LP2M
7. Bapak Kolonel Inf. Uyat, selaku Assisten Teritorial Kodam
8. Dr. Datep Purwa Saputra, S. Sos., MM, selaku Ketua Komando Resimen Mahasiswa Jakarta

Dukungan dari semua pihak di atas telah memungkinkan terlaksananya kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dengan lancar dan berhasil. Kiranya kegiatan seperti ini dapat terus dilakukan secara berkelanjutan.

Tangerang, Juli 2021



Dr. Dr. Rachman Sjarief, Dip.-Ing. SH. MM. MH. ELT

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	1
RINGKASAN .....	2
PRAKATA.....	iii
DAFTAR ISI.....	i4
DAFTAR GAMBAR .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB 1 PENDAHULUAN .....	7
BAB 2 TARGET DAN LUARAN .....	10
BAB 3 METODE PELAKSANAAN .....	11
BAB 4 KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI .....	12
BAB 5 HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI.....	14
BAB 6 RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA .....	16
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN .....	17
DAFTAR PUSTAKA .....	18
LAMPIRAN.....	19
Lampiran 1. Artikel Ilmiah (draft, status submission atau reprint), dll .....	19
Lampiran 2. HKI, publikasi dan produk penelitian lainnya .....	22

## **DAFTAR TABEL**

2.1 Tabel Luaran

3.1 Tabel Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat

## **DAFTAR GAMBAR**

- 5.1 Video di Youtube Podcast SAGA – Tuty Kusumawati Ketua Dinas PPAPP Provinsi DKI.
- 5.2 Siaran Pertama Tanggal 7 Juli 2021, Menenangkan Diri Di Masa Pandemi.
- 5.3 Siaran Ke dua Tanggal 14 Juli 2021, Melatih dan Menenangkan Diri.
- 5.4 Siaran Ke tiga Tanggal 21 Juli, 2021, Membangkitkan Semangat Beraktifitas yang Bermanfaat.

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

Pada masa pandemi ini semua pihak dalam masyarakat merasakan imbasnya, terutama keluarga langsung merasakannya dengan berbagai kesukaran dan cobaan yang harus dihadapinya. Terjadinya pandemi yang lebih serius dengan gelombang kedua varian delta ini, membuat kesedihan dan berita kematian membanjiri informasi yang diterima oleh keluarga dan menyebabkan perasaan sedih dan gundah yang tidak dapat dihindari. Raungan sirene ambulans tiap saat membuat hati ini merasa kecil dan sedih. Peran Ayah sebagai kepala keluarga diharapkan bijak dalam menghadapi segala kesukaran dan tantangan ini, ketenangan dan kesabaran dari Ayah harus ditunjukkan kepada keluarga agar perasaan sejuk dan kuat dapat tercipta dalam keluarga. Banyak hal yang dapat dilakukan sebagai seorang Ayah dalam memandang kondisi krisis yang berat ini secara positif, dan meyakini bahwa semua cobaan itu pasti mempunyai hikmah dalam kehidupan manusia, ada beberapa hal dapat diuraikan sebagai berikut:

#### **a. Memandang Hikmah Pandemi secara positif**

Dengan adanya protokol kesehatan ini maka pekerjaan dilakukan dari rumah, hal ini mengakibatkan kita dapat bertemu keluarga lebih lama dan intensif, hal ini merupakan karunia yang luar biasa dari Tuhan. Masa sebelumnya banyak dari kita yang berkeluh kesah karena padatnya acara tidak ada waktu tersisa untuk keluarga, maka sekarang kita mempunyai waktu berlebih dan dapat membuat keluarga lebih sering bertemu untuk saling menyayangi. Berkerja dirumah juga lebih nyaman tidak perlu keluar rumah menghadapi kemacetan, mencari parkir, mengeluarkan biaya toll dan juga bahan bakar sehingga biaya hidup berkurang.

Menjadi pembicara di suatu acara pun menjadi mudah, tinggal membuka zoom kita bertemu dengan partisipan tanpa harus mengunjungi tempat acara yang terkadang diluar kota atau ke luar negeri. Dalam kehidupan sebagai Dosen lebih nyaman, banyak teman sejawat yang mengeluh tidak tatap muka dengan mahasiswa, saya melihat dari segi positif saja, saya mengatakan pada teman sejawat Dosen bahwa kita sekarang dekat dengan mahasiswa kita wajah dari mereka kita cuman berjarak 20 cm di depan kita, kita dapat melihat mimik mereka, sebelumnya waktu di kelas kita tidak dapat melihat mereka jika duduk di belakang. Untuk menejemen kelas saya budayakan di kelas agar mereka menyalakan kameranya, saya mengatakan pada mereka jika mematikan kamera tanpa minta ijin berarti mangkir, hal ini

menjadi kebiasaan dan etik baru dalam kuliah daring, sampai sekarang diterima dan berjalan baik.

Menikmati banyaknya waktu yang kita punyai kita dapat lebih banyak kesempatan untuk merenung mengenai kehidupan, bermuhasabah, introspeksi diri dengan menanyakan pada diri sendiri tiga pertanyaan: siapa saya sebenarnya? Apa yang saya telah lakukan? Dan apa yang akan saya lakukan untuk masa depan? Dapat kita lakukan dengan lebih fokus agar dapat melepaskan hal yang kurang baik (*Letting Go*) dan menambah atau belajar hal yang baru atau melakukan hal yang baik di masa depan (*letting Come*). Dalam proses ini yang dikatakan sebagai presensing oleh Otto Schammer dalam Theory U nya, kita mengimajinasikan seolah pada posisi membalikkan ujung posisi teleskop diarahkan meneropong diri kita, untuk mengevaluasi diri dan melihat lebih kritis diri kita sendiri, berdasarkan evaluasi diri ini kita dapat merencanakan apa saja yang akan kita lakukan di masa depan.

Dalam mengisi waktu yang cukup ini kita dapat menikmati dengan menyalurkan hobi dan bakat kita, dapat melakukan hal yang menyenangkan diri kita, menyanyi, bercocok tanam, membaca dan banyak hal lain yang dapat membahagiakan kita dan keluarga. Kebahagiaan diri ini baik untuk kesehatan dan meningkatkan imunitas kita. Dalam meningkatkan kebahagiaan hidup kita dapat juga melakukan silaturahmi dengan kawan-kawan lama mulai dari kawan SMA, Kuliah, mantan teman sekantor, ataupun keluarga besar, melalui Zoom, Google Meet, dll. Maka kita dapat menjalin komunikasi tanpa batasan geografis lagi, teman luar kota, luar pulau ataupun luar negeri dapat kita hubungi untuk membina indahnyanya pertemanan dan persahabatan.

#### **b. Menjadi Sosok Pengayom**

Dalam kehidupan sehari-hari sebagai Ayah, jika memungkinkan jangan marah pada anak-anak, karena ini akan membekas di diri anak apalagi jika dengan kata atau tindakan kasar. Biarkan Ibunya yang memarahinya, karena Ibu punya ikatan psikologis yang kuat dengan anak, walau Ibu berkata kasar, anak-anak akan menerimanya, karena mereka yakin Ibunya begitu sayang dan memberikan waktu yang banyak dengan mereka. Di pihak lain Ayah jarang bertemu dan terus marah-marah, ini akan membekas negatif pada anak-anak tercinta kita.

Ajaklah bicara dan bercanda mereka, karena Ayah waktunya tidak terlalu banyak dengan anak, jika waktu menjadi normal kembali maka Ayah akan mempunyai waktu yang terbatas untuk bertemu mereka, buatlah waktu yang terbatas ini sebagai waktu untuk menyayangi dan membimbing mereka. Mohon untuk tidak mengucapkan kata-kata negatif yang dapat masuk

dalam *subconscious* – bawah sadar mereka seperti kata “bodoh”, jika itu terucap berulang akan masuk kedalam *subconscious* mereka sehingga akhirnya mereka tanpa sadar mengiyakan bahwa dirinya begitu, karena orang tuanya berkata itu secara berulang-ulang. Untuk membentuk mereka menjadi percaya diri pujilah mereka dengan kata-kata yang indah seperti: pintar, pandai, gagah, cantik, keren dll agar mereka menjadi manusia yang mempunyai percaya diri kuat.

Menjadi teladan “*walk the talk*” adalah hal yang paling efektif, tunjukan perbuatan baik dari diri kita dan bahwa Ayah itu benar-benar tameng keluarga. Ayah mencari nafkah dan melindungi mereka. Anak adalah peniru dan pencontoh ulung apa yang kita lakukan tanpa sadar mereka akan melakukannya di masa depan. Dalam hal pendidikan biarkan mereka memilih jurusannya sesuai kecerdasan dominan dari mereka dalam memilih sekolah atau jurusan. Setiap anak mempunyai kecerdasan yang berbeda, indahnyanya mengarahkan dan membiarkan mereka untuk memilih sekolah maupun masa depannya.

### **c. Mengatasi Konflik dalam Keluarga, Agar tidak mempengaruhi mental Anak-Anak.**

Dalam kehidupan berkeluarga sudah sewajarnya jika terjadi perselisihan antar suami dan istri, karena itu adalah bunga keluarga yang akhirnya jika diselesaikan dengan bijak akan membuat pasangan itu semakin saling mengerti. Pasangan harus saling berbesar hati menghadapi konflik yang relatif sering terjadi ini, berselancar menghadapi ombak kehidupan ini merupakan kewajiban pasangan bersama. Jika berselisih cobalah berdialog dengan baik carilah *win-win solution*, namun jika situasi agak memanas, lebih bijaksana jika salah satu mengalah, tunggu nanti jika suasana sudah *cooling down* atau keesokan harinya, datangi pasangan dan nyatakan maaf, pasti jawabannya adalah, “bukan Ayah yang salah tapi saya, mohon maaf ya” kemudian bicarakan lebih baik agar persoalannya terselesaikan. Mengusahakan untuk tidak saling menyalahkan dalam menghadapi satu masalah adalah hal yang menyejukan kehidupan berkeluarga.

Dalam menjaga mental anak agar merasa damai, lebih bijak jika dapat menghindari selisih pendapat didepan mereka, agar mereka tidak bingung, seperti dikatakan sebelumnya bahwa anak adalah peniru – penyontoh yang ulung, tanpa sadar mereka akan meniru juga. Semua hal positif dan negatif akan terekam dalam memori anak-anak, jika kita sering saling berselisih paham apalagi jika terjadi kekerasan dalam rumah tangga, mereka nantinya akan menirunya. Sayangi pasangan Anda agar anak kita dapat mendapatkan contoh panutan baik untuk kehidupan mereka nantinya.

#### **d. Menghindari Pengaruh Pergaulan Bebas Anak-Anak**

Di masa sekarang dimana kemajuan teknologi begitu cepatnya dan perkembangan medsos, mencari informasi baik untuk hal yang positif maupun yang negatif menjadi begitu mudahnya, pengaruh pergaulan juga dapat dengan mudah menjerumuskan anak kita kearah yang tidak baik. Peran kita untuk mengawal anak kita harus dapat memonitor dengan siapa anak kita bergaul, tanyakan pada anak kita dan coba untuk mengecek kebenaran informasi dari mereka, kita harus meyakinkan agar anak kita mempunyai lingkungan pergaulan yang positif, buatlah benar-benar yakin agar perkembangan anak kita aman.

Memberikan pengertian bahayanya, pergaulan bebas dan narkoba serta Bahaya situs pornografi, ajaklah mereka bicara, Istri dalam hal ini berperan besar karena biasanya istri lebih dekat dengan anak-anak. Ciptakanlah suasana agar anak-anak merasa nyaman untuk bertanya dan dekat dengan kita, sehingga mereka tidak mencari informasi dan bertanya pada pihak diluar Keluarga.

#### **e. Membangun Kesetaraan Gender dalam Keluarga**

Pekerjaan domestik dalam keluarga indahnya dilakukan secara bersama, tidak secara tegas dibedakan antara pekerjaan laki-laki dan perempuan, pekerjaan rumah tangga adalah pekerjaan dan tanggung jawab bersama dalam masa sekarang ini. Perempuan dan laki-laki pada jaman sekarang ini biasanya keduanya bekerja secara profesional, kurang adil jika semua pekerjaan rumah tangga dilakukan oleh kaum perempuan. Biarkanlah anak laki kita terbiasa juga untuk menyapu, mengepel ataupun mencuci piring. Saling membantu dalam melakukan pekerjaan rumah tangga dapat dikatakan juga kerja gotong royong, membuat kehidupan menjadi lebih manis, anak laki-laki yang tubuhnya lebih kuat dapat melakukan juga pekerjaan rumah yang perlu kekuatan tubuh, contoh mengangkat sesuatu yang berat.

Pengalaman saya ketika kuliah di Jerman kami melakukan semua secara bersama, siapa yang sempat melakukan, perasaan kebersamaan dan saling membantu ini membuat keluarga semakin damai, saling hormat serta saling sayang. Saya sebagai Ayah tidak canggung untuk memasak, menyetrika, menyapu dan mencuci, hal ini tentunya secara pasti akan ditiru oleh anak-anak.

## **BAB 2**

### **TARGET DAN LUARAN**

#### **2.1 Target**

Target dari Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat ini adalah:

1. Turut berpartisipasi dalam menenangkan Masyarakat di Masa Pandemi dengan mengenal diri dengan melakukan latihan pernafasan
2. Turut Memberikan pelatihan cara menenangkan diri.
3. Turut Membangkitkan Semangat Beraktifitas yang Bermanfaat.

#### **2.2 Luaran**

Tabel 2.1 Luaran Kegiatan

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian
1	Pemahaman Pada masyarakat	Selesai
2	Jasa, Model, Rekayasa social	3 Video Podcast di Youtube.

## **BAB 3**

### **METODE PELAKSANAAN**

#### **3.1. Persiapan**

Kegiatan ini dimulai dengan melakukan komunikasi dengan Pihak Dinas PPAPP Pemerintah Provinsi DKI, untuk mengetahui topik apa yang akan dipaparkan dan juga kapan akan dilaksanakan serta berapa waktu yang disediakan untuk acara ini. Setelah diketahui dengan pasti maka dilakukan persiapan untuk membuat material mengenai “Menjadi Ayanh yang membahagiakan Keluarga”, yang didapat dari beberapa buku dan juga pengalaman hidup pribadi pembicara, sebagai professional, akademisi, kehidupan di luar negeri Jerman, dan negara Asean lainnya. Dalam rangka meningkatkan imunitas dan ketenangan diri diajarkan pula latihan pernafasan Ilmu Silat Merpati Putih pada akhir sesi.

#### **3.2. Pelaksanaan**

Pertama yang dilakukan adalah taping video yaitu perekaman Video yang dilakukan lewat zoom seminggu sebelum acara diselenggarakan, berarti ada tiga kali perekaman video untuk tiga sesi yang dilakukan untuk mendapatkan rekaman yang terbaik melalui editing yang ketat. Ibu Tuty Kusumawati yang menjadi host mengajukan pertanyaan yang berkaitan dengan tema setiap sesi. Sesudah itu sebagai penutup dilaksanakan pelatihan pernafasan Merpati Putih untuk menenangkan diri dan meningkatkan imunitas tubuh. Video lamanya 45 menitan dan disiarkan lewat *Youtube* mulai tanggal 7, 14 dan 21 Juli 2021.

Tabel 3.1 Agenda Kegiatan Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

<b>No</b>	<b>Agenda Kegiatan</b>	<b>Waktu/Jam</b>	
1	Persiapan - Lobby	12	
	Penelusuran Literatur dan sumber Wasasan.	15	
	Membuat Naskah – untuk 3 pertemuan	12	
2	Pelaksanaan Paparan untuk 3 pertemuan- Pembuatan Taping Video 2 x 3 jam	6	Ceramah – Taping Video
3	Pembuatan Laporan P2M	10	
	Total	<b>55</b>	

## **BAB 4**

### **KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI**

*Synergy* antara dosen perguruan tinggi dengan pihak Pemerintah dalam kesempatan ini Dinas PPAPP Pemerintah Provinsi DKI penting adanya, perguruan tinggi dapat memberikan masukan dan pihak lain dalam hal ini masyarakat mendapatkan wawasan atau pandangan positif dari pihak perguruan tinggi yang diwakili oleh dosen yang bersangkutan. Kerjasama - kolaborasi semacam ini baik untuk memsinergikan semua unsur anak bangsa untuk membangun bangsa ini secara optimal. Perguruan Tinggi dapat meningkatkan citra dan mendapatkan dampak positif untuk keharuman nama Universitas. Hubungan positif ini dapat pula membuat kerjasama lebih lanjut dan membuat kemungkinan tempat magang para mahasiswa/i di organisasi Pemerintah ini.

Pembicara dalam Kegiatan ini adalah Dr. Dr. Rachman Sjarief, Dip.-Ing. SH. MM. MH. ELT, mempunyai latar belakang akademik yang cukup memadai, pengalaman 19 tahun di Perusahaan Otomotif Ternama Mercedes Benz, dan 7 tahun bekerja di Perusahaan Prancis Schneider Electric Asia Pacific. Dalam melaksanakan tugasnya bekerja dan bermukim di Malaysia mempunyai tanggung jawab melatih - membina para manager perusahaan ini dalam Kemampuan Leadership di negara-negara Asia Pacific. Pengalaman organisasi sosial politik dan terakhir sekarang ini sebagai Dewan Pakar Relawan Bela Negara Indonesia dan Ketua Asosiasi Dosen Pancasila dan Kewarganegaraan wilayah Banten. Berdasarkan latar belakang pembicara dapat dikatakan bahwa pembicara mempunyai kelayakan dalam melakukan tugas Pengabdian Pada Masyarakat ini.

Banyak kegiatan P2M yang dilakukan oleh para dosen dan mahasiswa/i secara simultan yang membantu secara langsung kehidupan Masyarakat, dan tentunya sangat berguna untuk kesejahteraan dan kedamaian mereka. Aktivitas positif ini membuktikan secara nyata kelayakan Universitas dalam mendukung kegiatan ini dalam rangka membentuk *synergy* anak bangsa dalam membangun negeri tercinta ini.

**BAB 5**  
**HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI**

Hasil dari acara ini positif dengan terbukti banyaknya pemirsa (total 27.000 an) yang melihat acara ini di Youtube, adapun hasil luaran yang disampaikan dalam 3 sesi dapat dirangkum sebagai berikut:

no	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa hikmah yang dapat dirasakan saat pandemi covid ini?	<p><b>Pribadi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lebih intensif bertemu keluarga inti</li> <li>2. Nyaman bekerja dirumah</li> <li>3. Menjadi pembicara dari rumah saja</li> <li>4. Lebih banyak waktu untuk muhasabah atau merenung</li> <li>5. Membuat pot kebun herbal.</li> </ol> <p><b>Sebagai dosen</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengajar dari rumah</li> <li>2. Tidak perlu bermacam – macetan</li> <li>3. Tidak perlu mencari parkir</li> <li>4. Tidak perlu memasang proyektor</li> <li>5. Hidup lebih ekonomis</li> <li>6. Melihat murid lebih nyaman hanya 20 cm dari layar laptop, sehinga menjadi sangat jelas memandang murid di kelas ketika posisi kamera menyala. Meskipun perlu lebih tenaga tapi lama- kelamaan menjadi terbiasa.</li> </ol>
2	Apakah terjadi perubahan komunikasi dengan keluarga?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lebih praktis, lebih lama, dan efektif</li> <li>2. Kehilangan kesempatan untuk berkumpul dengan teman, diganti dengan Zoom</li> <li>3. Panggilan Video juga membantu untuk berkomunikasi.</li> </ol>
3	Apakah ada hal-hal baru yang dapat dilakukan bersama keluarga?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memelihara kucing kesayangan</li> <li>2. Selalu makan Bersama keluarga sambil bercerita</li> <li>3. Mendengarkan Ayahnya bernyanyi.</li> <li>4. Mengerjakan pekerjaan di rumah secara gotong royong dan gembira.</li> </ol>
4	Bagaimana membangun kebahagiaan keluarga	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lebih banyak saling membantu, bercanda, ngobrol</li> </ol>

	utamanya di tengah pandemi saat ini?	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Memasak, membelikan makan kesenangan keluarga</li> <li>3. Memelihara binatang kesayangan kucing</li> <li>4. Memijat keluarga, saling memperhatikan dan menyayangi</li> <li>5. Menyanyi, Karaoke dengan aplikasi tertentu.</li> </ol>
5	Bagaimana cara menjaga rumah tangga yang baik termasuk di dalamnya cara mengatasi masalah keluarga agar tidak berdampak negatif terhadap mental dan psikologi anak?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjadi panutan yang baik, anak adalah peniru dan pencontoh yang ulung, walau kadang ada terkadang anak menegasi kita, sabar itu harus dan penting.</li> <li>2. Hindari selisih pendapat didepan anak, agar anak tidak bingung.</li> <li>3. Sayangi pasangan Anda agar anak kita dapat mendapat contoh panutan hidupnya.</li> <li>4. Jika berselisih cobalah berdialog dengan baik, jika kondisi mulai memanas, salah satu mengalah, nanti jika suasana sudah <i>cooling down</i>, nyatakan maaf</li> <li>5. Usahakan jika ada satu masalah jangan saling menyalahkan.</li> </ol>
6	Di tengah kesibukan dalam bekerja, bagaimana seharusnya Ayah bisa menjadi pengayom keluarga (bukan menjadi sosok yang ditakuti)?.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika mungkin Ayah jangan marah pada anak-anak, karena ini akan membekas apalagi jika kasar. Biarkan Ibunya yang memarahinya, karena Ibu punya ikatan psikologis yang kuat dengan anak, walau Ibu berkata kasar, anak akan menerimanya, karena mereka yakin Ibunya begitu sayang dan memberikan waktu yang banyak dengan anak. Sedangkan Ayah jarang bertemu dan marah, ini akan membekas negatif pada anak tercinta kita.</li> <li>2. Ajaklah bicara dan bercanda dengan mereka, karena Ayah waktunya tidak terlalu banyak dengan anak.</li> <li>3. Anak saya tahu saya orang tegas dan keras, tapi mereka tahu tidak terhadap mereka</li> <li>4. Tunjukkan bahwa Ayah itu benar2 tameng keluarga. Ayah mencari nafkah dan melindungi mereka</li> <li>5. Kita punya <i>Group</i> Whatsapp dimana isinya candaan, bimbingan dan info yang mencerahkan</li> </ol>

		6. Mengarahkan dan membiarkan mereka untuk memilih sekolah maupun masa depannya.
7	Bagaimana cara yang sebaiknya dilakukan seorang Ayah agar anak-anaknya bisa terhindar dari pergaulan bebas? Bagaimana sikap Ayah agar mencegah agar hal tersebut tidak terjadi?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memonitor dengan siapa anak kita bergaul, buat yakin aman. Berilah pengertian bahayanya, pergaulan bebas dan narkoba serta bahaya situs pronografi. Istri dalam hal ini berperan besar karena biasanya istri lebih dekat dengan anak kita.</li> <li>2. Buatlah agar anak-anak merasa nyaman untuk bertanya dan dekat dengan kita.</li> <li>3. Mendukung hobi anak yang positif</li> <li>4. Tentunya memberi bekal agama - spiritual tentang kebaikan</li> <li>5. Luangkan waktu buat anak untuk mereka dan sayangi mereka.</li> </ol>
8	Menurut Bapak bagaimana membangun kesetaraan gender dalam rumah tangga? Dengan memberikan contoh tanpa membedakan antara perempuan dan laki?	<p><b>Saya dalam kehidupan sehari-hari saling membantu dengan Istri:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pergi ke pasar beli keperluan buah, sayur, ikan makan kucing dan makanan kesukaan mereka</li> <li>2. memasak, menyiapkan makanan termasuk Toto Dahar.</li> <li>3. Membuat minuman herbal untuk kami: kelor, salam, sukun, binahong, hagelen</li> <li>4. Membuat jus buat mereka.</li> <li>5. Membiarkan anak laki membantu kerjaan di dapr atau pun membersihkan rumah.</li> <li>6. Sering memijat istri dan cucu serta saudara.</li> <li>7. Ketika saya pergi atau mereka keluar rumah, Saya selalu pesan pada kedua anak saya yang laki dan perempuan sama, jaga mama mu ya.</li> </ol>

## **BAB 6**

### **RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA**

Berkarya dan memberikan pencerahan mengenai hidup sehat dan bahagia, terutama untuk generasi muda, kebetulan Pembicara adalah Ketua Asosiasi Dosen Pancasila dan Kewargaan Negara Wilayah Banten, sehingga kerja ini merupakan kerja wajib yang harus dilakukan sebagai anak Bangsa Indonesia. Mencari topik yang lain untuk menjadi pembicara di Podcast SAGA Dinas PPAPP Provinsi DKI ataupun Pemerintah daerah lain dan juga organisasi yang lainnya.

## **BAB 7**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1. Kesimpulan**

1. Menenangkan Masyarakat di Masa Pandemi dengan mengenal diri.
2. Telah melatih pernafasan dan pelatihan cara menenangkan diri.
3. Membangkitkan semangat beraktifitas yang bermanfaat.
4. Kehidupan berkeluarga itu saling menyayangi dan membentuk keluarga bahagia, dengan keseimbangan tanggung jawab.

#### **7.2 Saran**

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka disarankan:

1. Agar dilakukan juga program yang serupa untuk mahasiswa Universitas Pembangunan Jaya
2. Para Tenaga Pengajar terutama kaum Ayah dan juga tenaga pendidik diharapkan juga melakukan hal yang dapat membahagiakan keluarga.

## **DAFTAR PUSTAKA**



## LAMPIRAN

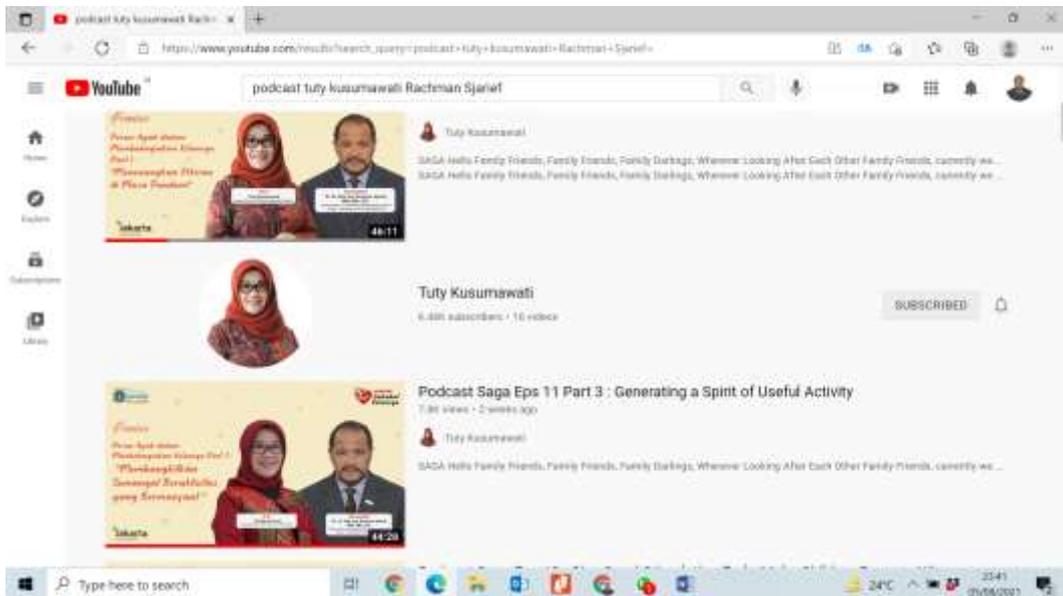
### Lampiran 1. Surat Undangan dari Dinas PPAPP Provinsi DKI



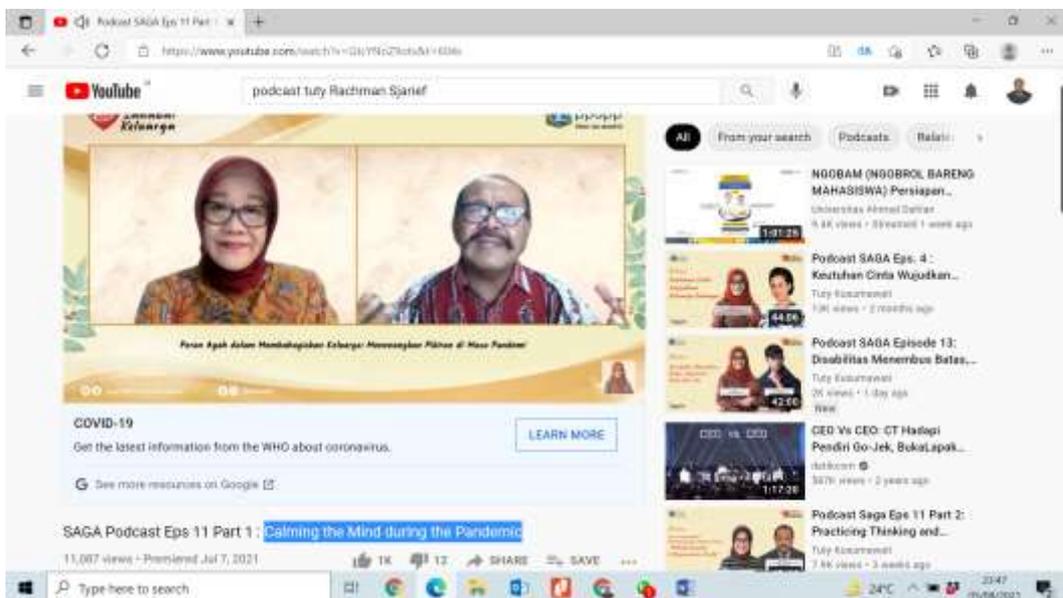
### Lampiran 1. Surat Tugas dari Universitas



**Gambar 5.1 Video di Youtube Podcast SAGA – Tuty Kusumawati  
Ketua Dinas PPAPP Provinsi DKI.**



**Gambar 5.2 Siaran Pertama Tanggal 7 Juli 2021, Menenangkan Diri Di  
Masa Pandemi  
11.087 Pemirsa**



**Gambar 5.3 Siaran Ke dua Tanggal 14 Juli 2021, Melatih dan Menenangkan Diri.**

**7990 Pemirsa**



**Gambar 5.4 Siaran Ke tiga Tanggal 21 Juli, 2021, Membangkitkan Semangat Beraktifitas yang Bermanfaat.**

**7280 Pemirsa.**





PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA  
**DINAS PEMBERDAYAAN, PERLINDUNGAN ANAK  
DAN PENGENDALIAN PENDUDUK**

Jl. Jenderal Ahmad Yani, Kavling 64 By Pass, Cempaka Putih, Jakarta Pusat  
Telepon : (021) 4246470 Faximile : (021) 0214216806  
Website : <http://dinaspp.jakarta.go.id> E-mail : umum.dppapp@gmail.com  
J A K A R T A

Kode Pos : 10510

Nomor : 2113/1.845.3 5 Juli 2021  
Sifat : Segera  
Lampiran : -  
Hal : Permohonan Narasumber  
Kepada  
Yth. Dr. Dr. Dipl.-Ing. Rachman Sjarief,  
MM., MH., ELT.  
di Jakarta

Podcast SAGA adalah kegiatan yang diselenggarakan oleh Dinas Pemberdayaan Perlindungan Anak dan Pengendalian Penduduk Provinsi DKI Jakarta sebagai sarana edukasi dan motivasi bagi keluarga di manapun berada. SAGA yang berasal dari akronim Sahabat Keluarga merupakan forum untuk berbagi pengetahuan dan pengalaman baik perseorangan atau lembaga tentang upaya perubahan untuk menjadi lebih baik, produktif dan bermanfaat.

Sehubungan dengan hal tersebut, dalam rangka program pengabdian masyarakat dan sekaligus sebagai upaya meningkatkan imunitas keluarga di masa Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) Darurat, bersama ini saya mohon perkenan Bapak untuk menjadi narasumber pada Podcast SAGA dengan tema "Peran Ayah dalam Membahagiakan Keluarga" yang terbagi dalam 3 segmen yaitu "Menerangkan Pikiran di Masa Pandemi" (Part 1), "Melatih Berpikir dan Berperasaan Positif" (Part 2), dan "Membangkitkan Semangat Beraktivitas Positif" (Part 3) yang akan dilaksanakan secara tatap muka melalui aplikasi Zoom pada:

Hari/tanggal : Selasa, 6 Juli 2021 (Part 1 dan Part 2)  
Minggu ke-2 Juli 2021 (Part 3)  
Pukul : 10.00 WIB  
Meeting ID : 336 930 3931  
Passcode : 123456

Atas perhatian dan perkenannya, saya ucapkan terima kasih.

Kepala Dinas Pemberdayaan, Perlindungan Anak  
dan Pengendalian Penduduk  
Provinsi DKI Jakarta,



Tembusan Yth:  
Sekretaris Daerah Provinsi DKI Jakarta