



# Keluarga Istimewa

|| كحلئق لآ كحلئق لآ كحلئق لآ



"Keluarga tidak hanya tempat kembali sekadar untuk singgah. Namun di sanalah tertanam benih cinta yang terus bertumbuh dan tidak pernah kau temukan di manapun".



## TELE KONSELING TESAGA

**Tanya:** Saya adalah caregiver untuk kedua orangtua saya yang sudah lanjut usia dengan kondisi ibu yang harus mendampingi kedua orangtua yang mulai lanjut usia. Mendampingi orangtua yang lanjut usia dengan kondisi yang mulai menurun baik fisik dan psikis memang bukan perkara yang mudah. Sebagai anak memang harus menyediakan waktu untuk memberikan perhatian lebih, namun Anda juga berhak untuk beristirahat sejenak. Apabila memiliki saudara kandung ataupun kerabat dekat, maka sebaiknya dapat dikomunikasikan untuk coba berbagi peran dalam merawat orangtua, sehingga tidak hanya Anda yang menjadi tumpuan orangtua. Hal-hal yang sudah Anda lakukan tersebut bukan hal yang remeh dan berhenti mengangap sedemikian, cobalah untuk lebih menghargai diri Anda, karena Anda sangat memiliki arti untuk kedua orangtua Anda. Tanpa Anda yang melakukan pekerjaan rumah, merawat ibu dan bapak, maka semuanya tidak akan ada yang selesai. Kami memahami kelelahan yang Anda rasakan. Sesekali Anda dapat mencoba untuk menenangkan pikiran, merilekskan badan dengan mandi air hangat yang dicampur dengan rempah-rempah dan lakukan apa yang ingin Anda lakukan dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan di masa pandemi ini. Terkait keluhan fisik maupun psikis yang Anda rasakan, kami sarankan untuk dapat berkonsultasi ke dokter agar mendapatkan penanganan yang tepat. Masa pandemi memang membuat orang bosan di rumah, maka beriklanlah waktu untuk bapak yang senang bekerja agar membantu pekerjaan dengan beban ringan. Anda juga dapat menyampaikan bahwa Anda sangat khawatir dengan kesehatannya. Ingatkan kepada beliau setelah membantu pekerjaan rumah sebaiknya beristirahat agar tidak kelelahan.

**Jawab:** Terimakasih sudah berbagi cerita pada kami, anda salah satu orang yang diberikan kesempatan oleh Tuhan mendampingi kedua orangtua yang mulai lanjut usia. Mendampingi orangtua yang lanjut usia dengan kondisi yang mulai menurun baik fisik dan psikis memang bukan perkara yang mudah. Sebagai anak memang harus menyediakan waktu untuk memberikan perhatian lebih, namun Anda juga berhak untuk beristirahat sejenak. Apabila memiliki saudara kandung ataupun kerabat dekat, maka sebaiknya dapat dikomunikasikan untuk coba berbagi peran dalam merawat orangtua, sehingga tidak hanya Anda yang menjadi tumpuan orangtua. Hal-hal yang sudah Anda lakukan tersebut bukan hal yang remeh dan berhenti mengangap sedemikian, cobalah untuk lebih menghargai diri Anda, karena Anda sangat memiliki arti untuk kedua orangtua Anda. Tanpa Anda yang melakukan pekerjaan rumah, merawat ibu dan bapak, maka semuanya tidak akan ada yang selesai. Kami memahami kelelahan yang Anda rasakan. Sesekali Anda dapat mencoba untuk menenangkan pikiran, merilekskan badan dengan mandi air hangat yang dicampur dengan rempah-rempah dan lakukan apa yang ingin Anda lakukan dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan di masa pandemi ini. Terkait keluhan fisik maupun psikis yang Anda rasakan, kami sarankan untuk dapat berkonsultasi ke dokter agar mendapatkan penanganan yang tepat. Masa pandemi memang membuat orang bosan di rumah, maka beriklanlah waktu untuk bapak yang senang bekerja agar membantu pekerjaan dengan beban ringan. Anda juga dapat menyampaikan bahwa Anda sangat khawatir dengan kesehatannya. Ingatkan kepada beliau setelah membantu pekerjaan rumah sebaiknya beristirahat agar tidak kelelahan.

**HOTLINE**  
**0877-1929-2111.**



Kegiatan sosialisasi fungsi keluarga dari DP3AP2 DIY

# Mengenal Langkah Awal Terbentuknya Ketahanan Keluarga

**YOGYA (KR)-** Membahas mengenai keluarga, tentu semua menginginkan keharmonisan. Dalam perjalanannya, tidak jarang keluarga mengalami beberapa rintangan yang harus diselesaikan secara bersama. Keluarga yang tidak mampu menyelesaikan konflik, akan berakhir pada keretakan yang berujung perceraian. Mencapai sebuah keluarga yang harmonis tentunya butuh persiapan dan perencanaan yang matang. Untuk itu, ketahanan

keluarga sangat dibutuhkan dalam menunjang kehidupan berkeluarga yang lebih baik ke depannya. Adapun pilar-pilar ketahanan keluarga dan pembagian peran, ketahanan fisik keluarga, ketahanan ekonomi, ketahanan sosial psikologis dan ketahanan sosial budaya. Arah yang dituju dalam konsep ketahanan keluarga, yakni membentuk Keluarga Tangguh untuk menghadirkan keluarga yang bahagia dan harmonis. Dalam hal ini, komunikasi menjadi salah satu kunci penting untuk menciptakan suasana yang kondusif di tengah kehidupan berkeluarga. Pada kegiatan sosialisasi fungsi keluarga yang dilakukan di Kalurahan Banyuraden Gamping Sleman, Sekretaris DP3AP2 DIY Carolina Radia stuty menyampaikan bahwa dalam keluarga, orangtua dapat diibaratkan seperti seekor burung. Posisi suami istri layaknya sayap kanan dan kiri pada burung. "Kedua sayapnya harus saling berfungsi dengan baik agar tercipta keluarga yang tangguh," katanya. Hal tersebut menjelaskan bahwa peran orangtua menjadi salah satu penunjang terciptanya Keluarga Tangguh. Artinya mampu menjalankan fungsi keluarga dengan baik. Seperti halnya dalam PP Nomor 87 Tahun 2014 disebutkan ada delapan fungsi keluarga, yaitu, keagamaan, sosial budaya, cinta kasih, perlindungan, reproduksi, sosialisasi dan pendidikan, ekonomi serta

# Hati-hati Aplikasi Kencan Online

**PANDEMI** Covid-19 selama 2 tahun ini menyebabkan waktu yang kita habiskan dengan berselancar di dunia maya meningkat hampir 2 kali lipat dibandingkan masa sebelum pandemi. Durasi waktu berselancar di dunia maya yang semakin meningkat ini tidak dapat dipungkiri karena berubahnya pola hidup akibat pandemi yang masih saja belum usai hingga saat ini. Mayoritas kegiatan sehari-hari mereka berubah menjadi daring demi menjaga kesehatan dan keamanan siapapun yang terlibat. Sekolah, kuliah, dan pekerjaan tidak lagi memungkinkan untuk tatap muka karena protokol kesehatan untuk mencegah penyebaran virus Covid-19. Begitu juga dengan pola interaksi pertemanan dan pergaulan bergeser menjadi temu virtual. Maka tidak heran jika penggunaan aplikasi sosial media di masa pandemi ini meningkat pesat, terutama dalam kelompok umur 18-35 tahun. Kelompok umur ini adalah kelompok umur yang sangat aktif dalam membangun jejaring pertemanan baru. Dengan terbatasnya kesempatan untuk bertemu secara luring, maka bertukar akun sosial media menjadi hal yang jamak terjadi.

Di balik fenomena ini, terdapat perilaku yang sangat menarik untuk kita cermati, yaitu maraknya penggunaan aplikasi kencan online di kalangan anak muda. Menurut data yang dihimpun oleh katadata, pada tahun 2020 pengguna aplikasi kencan online meningkat sebesar 20% dibandingkan tahun 2019. Hal

ini terutama terjadi di daerah perkotaan yang notabene memiliki jaringan internet lebih baik dan lebih melek terhadap trend. Terdapat beragam jenis aplikasi kencan online yang dapat diunduh dengan mudah di internet. Mulai dari yang gratis hingga yang premium berbayar. Dari yang import seperti Tinder, Match.com, OKCupid, dan Tantan hingga buatan dalam negeri seperti Setipe. Bahkan, belakangan terdapat aplikasi kencan online yang berbasis ta'aruf seperti Taarufid mengingat besarnya ceruk pasar di masyarakat. Meningkatnya penggunaan aplikasi kencan online ini didorong oleh berbagai faktor. Faktor yang paling jelas tentu saja karena pandemi Covid-19 yang semakin membatasi ruang gerak dan interaksi langsung di kalangan anak muda. Pembatasan akibat pandemi ini mengakibatkan banyak di antara mereka yang merasa terisolasi dan merasa kesepian. Bagi mereka yang merasakan hal ini, aplikasi kencan online seolah-olah menjadi ruang baru berinteraksi dan bertemu dengan kenalan baru. Tidak semua yang menggunakan aplikasi ini melulu bermiat ingin mencari kekasih, sebagian besar justru hanya sekedar ingin mencari dunia baru dan lepas dari kepenatan yang monoton saat pandemi.

Faktor kedua adalah trend "couple goals" di kalangan anak muda. Belakangan ini terdapat trend yang cukup menggelitik di antara anak muda, yaitu memamerkan status kepemilikan pasangan

mereka di sosial media, terutama Instagram dan Tik Tok. Didorong menjamurnya pasangan muda seleggram dan influencer dengan jargon "couple goals", maka berbondong-bondong remaja dan dewasa muda berusaha meningkatkan "status sosial" mereka dengan mencari pasangan. Memiliki pasangan dan mampu dijadikan konten sosial media akan meningkatkan status sosial mereka di antara teman sebaya. Merka akan terlihat trendy. Menjadi jomblo adalah mimpi buruk yang harus segera diatasi. Disinilah ceruk aplikasi kencan online mendapatkan pasarnya pada generasi usia 18-35 tahun. Perlu diingat, generasi ini adalah generasi "digital native" yang berarti kemampuan interaksi sosial mereka tidak hanya terbatas pada interaksi luring, namun juga kemampuan interaksi daring. Maka generasi ini tidak memiliki kecanggungan dan kegagapan dalam berselancar di dunia maya untuk sekedar mencari kenalan baru. Bagi generasi ini, bertemu teman baru di dunia maya telah menjadi norma yang umum, seperti halnya generasi terdahulu dengan surat sahabat pena dan berikirim salam via radio.

Namun, gegap gempita fenomena aplikasi kencan online ini juga menyisipkan sisi gelap yang patut menjadi perhatian kita semua. Semakin marak kasus kejahatan yang dimulai dari pertemuan di aplikasi kencan online. Mulai dari penipuan hingga kasus kekerasan berbasis gender online yang sangat parah. Ditambah lagi, karena basis kejahatan yang umumnya terjadi secara daring, sangat sulit bagi korban untuk melakukan laporan kepada pihak-pihak yang berwenang. Pelaku akan dengan sangat mudah menggunakan identitas palsu dan akun bodong yang dengan mudahnya dibuat di dunia maya. Oleh sebab itu penting bagi kita untuk mengetahui cara aman bergaul di aplikasi kencan online untuk mencegah hal-hal buruk terjadi.

Hal pertama yang perlu kita perhatikan adalah pastikan bahwa kita mengetahui resiko-resiko yang terjadi saat kita menggunakan aplikasi kencan online. Jangan menaruh harapan terlalu tinggi dan jangan mudah percaya dengan profil pengguna lain yang terpasang di tampilan aplikasi tersebut. Ingatlah bahwa apa yang terlihat di dunia maya belum tentu seindah aslinya. Kedua, dengarkan intuisi kita. Sering terjadi saat kita bertemu atau melihat profil seseorang, intuisi kita sudah merasa tidak nyaman atau merasa ada yang aneh dan janggal. Hal tersebut sebenarnya bisa menjadi peringatan dini bagi kita. Hanya saja, sebagian besar dari kita terbiasa untuk tidak mengindahkan peringatan ini karena sebagai orang

Indonesia kita dididik untuk selalu bersikap ramah dan supel terhadap siapa saja. Didikan ini terutama sangat lazim bagi perempuan. Sikap ini menjadikan kita sangat mudah menjadi korban tindak kejahatan. Maka dari itu penting bagi kita untuk selalu mendengarkan intuisi kita di saat-saat tertentu. Ketiga, jangan pernah mencantumkan data diri pribadi seperti nomor telepon, alamat rumah, tempat kita bekerja pada profil aplikasi kencan online.

Pastikan kita benar-benar mengenal baik orang tersebut sebelum kita membagikan data kontak pribadi kita. Keempat, usahakan percakapan atau obrolan yang terjadi masih dalam lingkup aplikasi. Jangan serta merta mengundang kenalan baru kita ke aplikasi percakapan pribadi seperti whatsapp, line atau telegram pribadi. Ingat selalu untuk selalu menjaga privasi kita hingga kita benar-benar yakin akan latar belakang orang tersebut. Kelima, jika pada akhirnya kita memutuskan untuk bertemu muka langsung dengan kenalan baru kita, usahakan selalu membawa teman untuk menemani kita. Kemudian pilih lokasi yang terbuka dan ramai, seperti mall atau cafe. Jangan mau jika yang bersangkutan menawarkan untuk mengantarkan kita pulang.

Tolak dengan baik dan katakan bahwa kita masih ada pekerjaan lain yang harus diselesaikan di tempat lain atau ada janji lain dengan teman. Keenam, jangan takut untuk segera mengakhiri percakapan jika anda sudah mulai tidak nyaman atau yang bersangkutan mulai bertanya hal-hal yang tidak pantas. Jika perlu, screenshot percakapan tersebut dan laporkan pada pengelola aplikasi kencan online tersebut. Ketujuh, kenallih segala fitur dan menu yang ada pada aplikasi kencan online yang kita gunakan. Cari tahu apakah mereka memiliki fitur kemandi bagi pengguna atau fitur laporan jika kita bertemu dengan pengguna lain yang mengganggu dan melecehkan. Yang terakhir dan yang terpenting, ceritakanlah pada sahabat atau keluarga yang paling kita percayai bahwa kita saat ini kita sedang menjalin pertemanan dengan seseorang dari aplikasi kencan online.

Hal ini sangat penting sebab sahabat atau keluarga ini dapat memberikan kita penilaian yang lebih objektif karakter dan keputusan yang kita ambil. Sahabat atau keluarga ini juga bisa menjadi jaring pengaman bagi kita jika hal-hal buruk terjadi pada kita suatu saat nanti. (\*)-f

# Mengenal TeSAGa DIY Lebih Dekat

**KELUARGA** Indonesia apakah sudah mengetahui apa itu TeSAGa DIY? Singkatan dari Telepon Sahabat Anak dan Keluarga DIY. Merupakan bentuk penguatan dan inovasi Dinas Pemberdayaan Perempuan Perlindungan Anak dan Pengendalian Penduduk (DP3AP2) DIY terhadap Telepon Sahabat Anak (TeSA) 129 DIY agar fungsi layanannya semakin berkembang. Ditujukan agar layanan ini tidak hanya dapat bermanfaat bagi anak, namun juga bagi seluruh anggota keluarga maupun masyarakat umum. Rebranding TeSAGa DIY dilaksanakan pada 9 Agustus 2019 bertepatan dengan perayaan Puncak Hari Anak Nasional DIY. Rebranding TeSAGa DIY juga bentuk kepedulian DP3AP2 DIY terhadap permasalahan anak dan keluarga yang lebih beragam dan belum terselesaikan hingga saat ini. Adapun layanan TeSAGa DIY memiliki tujuan memberikan saran, masukan maupun solusi guna mendukung penyelesaian

permasalahan anak dan keluarga. Harapannya dapat menguatkan serta mendorong terwujudnya ketahanan keluarga. Layanan TeSAGa DIY ini dapat diakses melalui telepon maupun media sosial. Kenapa perlu bercerita dengan TeSAGa DIY? Terdapat lima konselor di TeSAGa DIY yang memiliki latar belakang pendidikan Psikologi, Komunikasi dan Konseling. Segala hal dapat diceritakan ke TeSAGa DIY, baik perasaanmu di hari ini, prestasi yang kamu raih, permasalahanmu di sekolah, di rumah atau dengan teman, rencana masa depanmu, persiapan pernikahan, permasalahan dengan/dalam keluarga, tips membangun ketahanan keluarga, bercerita tentang harapan dan mimpi-mimpimu, tentang pengalaman hidupmu dan apapun yang ingin kalian sampaikan kepada kami. Terkait biaya, TeSAGa DIY memberikan layanan telekonseling bebas biaya. TeSAGa DIY juga menjamin kerahasiaan cerita dan identitas kalian. TeSAGa DIY sampai saat ini telah menangani berbagai permasalahan

keluarga, seperti hubungan orangtua dengan anak, komunikasi orangtua dengan anak, konflik antara suami istri, konflik menantu dengan mertua, masalah pertemanan, masalah bullying, pola asuh dan lain sebagainya. Selain memberikan layanan telekonseling, TeSAGa DIY juga menerima layanan informasi bagi yang membutuhkan, layanan pengaduan, menyediakan akses layanan lembaga rujukan yang dibutuhkan anak dan keluarga, membantu mengkoordinasikan dengan UPT PPA setempat atau Satgas PPA DIY jika terdapat situasi darurat dan membutuhkan penjangkauan. TeSAGa DIY juga melaksanakan kegiatan Komunikasi Informasi dan Edukasi terkait masalah keluarga maupun anak. Layanan TeSAGa DIY dapat diakses melalui SMS/Whatsapp/Telegram/Line di nomor 087719292111. Selain itu juga menyediakan layanan melalui Email dengan alamat tesaga.diy@gmail.com. Layanan melalui media sosial dapat diakses setiap hari.

(\*)



0274 565003



087719292111



087719292111



TeSAGa DIY



@TeSAGaDIY



TeSAGa DIY



TeSAGa DIY