

SOSIALISASI PERENCANAAN KEUANGAN RUMAH TANGGA DAN MENU MAKANAN DALAM MENGHADAPI PANDEMIK COVID-19

Alfrida V.P. Yamanop, Yensawai E. Rumbiak

Jurusan Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Cenderawasih

ABSTRACT

COVID-19 pandemic situation that hit the world has disrupted various human activities. The group most vulnerable to the impact of this pandemic is households. Every household is required to be ready to face all risks by managing finances well and fulfilling good nutrition for the family so that the body's immune system can be fulfilled according to government recommendations as an effort to fight Covid-19. To increase knowledge about household financial management and regulate family meal menus, the Socialization of Household Financial Planning in Facing the Covid-19 Pandemic was carried out.

The activity was carried out in a group of housewives who live in Hawaii Sentani Koramil Flats Complex, Jayapura district. The activity consists of three activities, namely information on household financial planning, making food menus every week and planting vegetable crops in polybag media. The achievement targets for the participants could be achieved well because of the interest in participating, working on and returning the exercise sheets as well as the addition of simple knowledge on the three activities that have been carried out, namely household financial planning, making food menus and growing vegetables in polybags.

Keywords: *Pandemic; Covid-19; Household Financial Planning; Family Food Menu*

ABSTRAK

Situasi pandemi COVID-19 yang melanda dunia telah mengganggu berbagai aktivitas manusia. Kelompok yang paling rentan terhadap dampak pandemi ini adalah rumah tangga. Setiap rumah tangga dituntut untuk siap menghadapi segala risiko dengan mengelola keuangan dengan baik dan memenuhi gizi yang baik bagi keluarga agar daya tahan tubuh dapat terpenuhi sesuai anjuran pemerintah sebagai upaya melawan Covid-19. Untuk menambah pengetahuan tentang pengelolaan keuangan rumah tangga dan mengatur menu makan keluarga, dilakukan sosialisasi Perencanaan Keuangan Rumah Tangga dalam Menghadapi Pandemi Covid-19.

Kegiatan dilakukan di sekelompok ibu rumah tangga yang tinggal di Hawaii Sentani Koramil Flats Complex, kabupaten Jayapura. Kegiatan tersebut terdiri dari tiga kegiatan, yaitu informasi perencanaan keuangan rumah tangga, pembuatan menu pangan setiap minggunya dan penanaman tanaman sayuran di media polybag. Target pencapaian bagi para peserta dapat dicapai dengan baik karena minat untuk berpartisipasi, mengerjakan dan mengembalikan lembar latihan serta penambahan pengetahuan sederhana tentang tiga kegiatan yang telah dilakukan, yaitu perencanaan keuangan rumah tangga, pembuatan menu makanan dan menanam sayuran dalam polybag.

Kata kunci: *Pandemi; Covid-19; Perencanaan Keuangan Rumah Tangga; Menu Makanan Keluarga.*

1. Pendahuluan

Pandemi *Corona Virus Disease 2019* atau Covid-19 yang melanda seluruh dunia pertama kali ditemukan di Wuhan Cina. Covid-19 telah membuat semua aktivitas manusia didunia, Indonesia, bahkan di Provinsi Papua menjadi terhambat dan tidak berjalan normal seperti biasanya. Tak hanya itu, situasi ini juga membentuk pola perilaku manusia yang baru dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Sebagian besar individu melakukan aktivitas di rumah sebagai bentuk mendukung kebijakan pemerintah tentang social distancing atau pembatasan aktivitas di luar rumah dan gerak kehidupan sosial dalam masyarakat. Hal tersebut dilakukan guna memutus rantai penyebaran virus.

Pembatasan aktivitas pada berbagai akses layanan umum termasuk swalayan dan pasar tradisional menjadi masalah tersendiri bagi masyarakat dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari termasuk kebutuhan bahan makanan. Salah satu kelompok masyarakat yang mendapat dampak secara langsung yaitu rumah tangga. Padahal dalam situasi seperti saat ini kebutuhan makanan sehat sangat diperlukan oleh setiap manusia. Panduan Kesehatan yang dikeluarkan oleh Departemen Kesehatan Republik Indonesia tahun 2020 menyebutkan bahwa tidak ada makanan atau suplemen makanan yang dapat mencegah infeksi Covid-19 namun mempertahankan pola makan gizi seimbang yang sehat sangat penting untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Dijelaskan pula bahwa dengan meningkatkan daya tahan tubuh maka akan terhindar dari Covid-19. Pengetahuan akan kandungan bahan makanan yang akan dikonsumsi oleh keluarga juga harus dimiliki oleh setiap individu terutama ibu rumah tangga yang punya peran penting mengatur menu makanan keluarga setiap hari. Program makanan sehat yang digalakkan oleh pemerintah adalah empat sehat lima sempurna yang bisa didapatkan dari berbagai bahan makanan. Selain itu tentu saja pola hidup sehat sehari-hari seperti mencuci tangan tetap harus dilakukan selama masa pandemi ini.

Tak hanya itu perencanaan keuangan yang baik guna memenuhi berbagai kebutuhan rumah tangga harus dilakukan dengan baik. Untuk itu maka setiap rumah tangga perlu melakukan berbagai strategi agar kondisi ketahanan pangan keluarga dapat tetap terpenuhi dengan baik termasuk membuat menu makan setiap hari.

Dengan demikian maka penting untuk melakukan sosialisasi bagi tiap rumah tangga tentang pentingnya perencanaan keuangan rumah tangga dalam menghadapi pandemik covid-19. Pelaksanaan sosialisasi akan coba dilakukan kepada kelompok ibu rumah tangga di Kompleks Rusunawa Koramil Hawaii Sentani Kabupaten Jayapura. Kelompok ibu rumah tangga. Ada tiga kegiatan yang akan dilakukan adalah pembuatan menu makanan yang sesuai anjuran pemerintah yaitu empat sehat lima sempurna kepada setiap ibu rumah tangga dalam situasi pandemik covid-19 saat ini, menanam sayuran pada media polybag atau media tanam lainnya serta pembuatan perencanaan rumah tangga. Tujuan kegiatan ini adalah agar kelompok ibu rumah tangga tersebut yang adalah pengelola keuangan keluarga memiliki informasi, pemahaman dan kemampuan untuk membuat perencanaan keuangan rumah tangga secara baik.

Tujuan dari kegiatan sosialisasi adalah

- 1) Membuat Kelompok Ibu Rumah Tangga di Kompleks Rusunawa Koramil Hawaii Sentani memiliki kemampuan mempraktekan cara membuat daftar menu makanan yang sehat selama satu bulan melalui contoh brosur menu makanan dan daftar harga bahan makanan
- 2) Membuat Kelompok Ibu Rumah Tangga di Kompleks Rusunawa Koramil Hawaii Sentani memiliki pemahaman dan kemampuan menanam sayur mayor pada media tanam polybag atau media tanam lainnya yang ada di lingkungan tempat tinggal
- 3) Membuat Kelompok Ibu Rumah Tangga di Kompleks Rusunawa Koramil Hawaii Sentani memiliki

pemahaman tentang perencanaan keuangan rumah tangga dan kemampuan untuk membuat rencana keuangan rumah tangga secara sederhana melalui brosur materi, dan
4) Melakukan pengabdian sebagai bagian dari pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi.

2. Tinjauan Pustaka

2.1 Menu

Pengertian menu dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) online artinya daftar atau rangkaian jenis makanan dan minuman yang tersedia dan dapat dihidangkan. Menu berasal dari bahasa Perancis yang artinya kesil atau detail (Kokom Komariah dan Marwati, 2010: iv). Menu sebenarnya juga menggambarkan bahan baku makanan dan sejumlah uang yang akan dikeluarkan untuk membuat menu yang dipilih. Dengan demikian maka bila berkaitan dengan menu keluarga maka dapat diartikan sebagai rangkaian jenis makanan dan minuman yang disiapkan secara periodik tertentu oleh keluarga untuk disantap oleh keluarga sendiri.

Ibu rumah tangga memiliki peranan yang penting dalam keluarga karena hampir semua hal domestik dikelola oleh seorang ibu rumah tangga. Untuk itu maka diharapkan seorang ibu rumah tangga memiliki kemampuan untuk merencanakan dan mengatur keuangan keluarga yang dimiliki dengan baik. Perencanaan keuangan keluarga yang baik ini akan berdampak pada peningkatan kualitas hidup dan kesehatan keluarga terlebih dalam situasi pandemi seperti saat ini. Perencanaan keuangan untuk belanja mingguan atau bulanan sangat penting dikelola dengan baik. Buku Perencanaan Keuangan Keluarga dari Otoritas Jasa Keuangan (2019:7) menyatakan bahwa penghasilan perlu dikelola dengan baik sehingga dapat memenuhi kebutuhan saat ini dan masa depan. Kebutuhan saat ini contohnya kebutuhan rumah tangga sedangkan kebutuhan masa depan contohnya biaya pendidikan anak.

3. Metode Pelaksanaan Kegiatan

Metode kegiatan sosialisasi dilakukan melalui tiga tahapan yaitu pemberian materi, kegiatan praktek dan evaluasi hasil. Pada tahapan pemberian materi, peserta diberikan brosur contoh menu makanan untuk satu minggu dan brosur materi perencanaan keuangan keluarga. Brosur dibuat dalam bentuk soft file dan cetak. Juga materi secara langsung tentang cara menanam sayuran di polybag atau media tanam lainnya. Pada tahapan kegiatan praktek, peserta membuat daftar menu makanan untuk satu minggu dan daftar perencanaan keuangan keluarga secara sederhana selama satu bulan. Pada tahapan evaluasi, pelaksana kegiatan akan mengumpulkan dan memantau hasil kerja peserta dan melakukan evaluasi

4. Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pada Rabu, 15 Juli 2020. Kegiatan sosialisasi dihadiri oleh 20 ibu rumah tangga. Bagian pertama kegiatan adalah menanam sayuran di polybag. Setiap peserta diberikan bahan-bahan untuk menanam sayuran di polybag yaitu berupa dua polybag yang sudah berisi tanah, bibit cabai dan sayur kangkung, dan tanaman cabai yang masih berumur tiga bulan. Setelah memberikan contoh cara menanam bibit sayuran di polybag maka semua peserta juga mempraktekkannya.

Kegiatan kedua adalah peserta diberikan materi perencanaan keuangan rumah tangga dan perencanaan menu mingguan. Setelah memberikan penjelasan tentang kedua materi tersebut maka pelaksana kegiatan meminta peserta untuk melakukan latihan mandiri pada lembar latihan yang sudah diberikan. Waktu yang diberikan adalah tiga hari kepada semua peserta.

Pada hari ketiga para peserta mengumpulkan hasil latihan mandiri mereka dalam membuat perencanaan keuangan rumah tangga selama satu bulan dan menu makanan selama satu minggu. Dari 20 peserta yang mengikuti kegiatan sosialisasi hanya 4 orang yang tidak mengembalikan lembar hasil latihannya.

5 Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi berjalan dengan lancar dan mendapat respon yang baik dari semua peserta. Beberapa peserta mengaku senang dengan kegiatan ini dan merasa terbantu terutama dalam perencanaan keuangan rumah tangga dan menu makanan bagi keluarga. Ini merupakan sosialisasi sehingga peserta tidak diwajibkan menghasilkan laporan praktek dengan hasil sempurna tetapi lebih diutamakan agar peserta memiliki pemahaman, kesadaran serta ingin melakukannya secara sederhana dan bertahap. Dengan melihat indikator penilaian sebagai bentuk evaluasi yaitu minat, partisipasi dan hasil pembuatan perencanaan daftar menu makanan untuk satu minggu dan daftar perencanaan keuangan keluarga untuk satu bulan maka dapat dikatakan bahwa target kegiatan tercapai.

Diharapkan kegiatan pelatihan seperti ini perlu dilakukan secara berkelanjutan kepada setiap ibu rumah tangga yang ada di daerah lain di Kabupaten/Kota Japura. Hal yang patut menjadi perhatian pada pelaksanaan pengabdian selanjutnya adalah tentang pengaturan waktu dan metode yang lebih tepat sehingga target dapat tercapai lebih maksimal dan tepat sasaran.

Daftar Pustaka

- Kokom Komariah dan Marwati (2010), Pemantapan Dan Pengembangan Pengetahuan Menu Dan Resep, Pendidikan Tata Boga UNY.
- Panduan Gizi Seimbang Pada Masa Pandemi Covid-19 (2020), Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Pendidikan.co.id (diakses tanggal 8 Mei 2020)
- Perencanaan Keuangan Keluarga (2019), Otoritas Jasa Keuangan (OJK) Indonesia. <https://kbbi.web.id> (diakses tanggal 8 Mei 2020)

Lampiran



Gambar 1. Kegiatan memasukan tanah ke polybag



Gambar 2. Praktek penanaman tanaman/ sayuran



Gambar 3. Penjelasan perencanaan keuangan rumah tangga