

Pemberdayaan Ibu Dalam Menjaga Kesehatan Keluarga Selama Pandemi Covid-19 Melalui Pelatihan Thibbun Nabawi Secara Daring

Ingrid Weddy Viva Febrya^{1*}, Maryulis²

¹Stisipol Raja Haji / S1 Sosiologi, Tanjungpinang

²Stikes Payung Negeri / S1 Kep, Pekanbaru

Email: ingrid_anwar75@yahoo.com^{1*}

Abstrak

Di masa pandemi, keluarga merupakan elemen terkecil yang mengalami dampak positif dan negatif. Pemberdayaan ibu dalam menjaga kesehatan fisik & psikis keluarga dapat membantu memberikan solusi permasalahan saat ini. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk memberdayakan ibu dalam menjaga kesehatan keluarga. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Maret sampai April 2022. Metode kegiatan dilakukan secara daring menggunakan zoom meeting dan google meet selama 5 kali pertemuan. Sasaran kegiatan adalah ibu-ibu yang menjadi anggota tetap Ing's Moslem Healpoint (IMH) home studio Pekanbaru, berjumlah 10 orang. Materi pembelajaran berupa pemahaman Kesehatan fisik dan psikis berdasarkan thibbun Nabawi. Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah pemberdayaan ibu sebagai perpanjangan tangan pemerintah dalam menjaga Kesehatan keluarga menggunakan metode thibbun Nabawi. Hal ini diharapkan sebagai solusi dalam pandemi Covid19, ibu membantu meminimalisir turunnya tingkat Kesehatan keluarga.

Keywords: *Pemberdayaan, Ibu, Thibbun Nabawi, Kesehatan keluarga*

PENDAHULUAN

Keluarga adalah kelompok terkecil dalam masyarakat di mana suatu bangsa baik atau tidak. Dalam keluarga, ayah adalah kepala keluarga sedangkan ibu adalah pengelola atau pengelola rumah tangga. Menurut Nurjannah (2019), pada se suatu keluarga ada peran dan fungsi masing-masing sesuai teori struktural fungsional dalam keluarga yang menekankan pada keseimbangan sistem yang ada dalam keluarga dan masyarakat, dan setuju dengan konsensus yang ada di masyarakat. Sedangkan menurut Parwati (2018), keluarga merupakan bagian dari manusia yang setiap hari berhubungan dengan kita. Berfungsinya sebuah rumah tangga ditentukan oleh kualitas ayah dan ibu dalam keluarga tersebut.

Keluarga merupakan kelompok utama yang berupaya untuk mencegah dan memelihara kesehatan, serta merupakan pelaku utama dalam memberikan perawatan bagi anggota yang sedang mengalami penyakit. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi kesehatan dinilai telah menurunkan harkat dan martabat keluarga dalam mengambil keputusan yang berkaitan dengan kepentingan anggota keluarga yang sakit. Ada hubungan positif yang signifikan antara tugas kesehatan keluarga dengan tingkat kemandirian keluarga, Kertapati, Y (2018).

Potensi ibu rumah tangga dapat dimanfaatkan untuk menunjang perekonomian keluarga (Rudiati dan Heni, 2016). Salah satu cara memanfaatkan potensi ibu rumah tangga adalah melalui pendidikan kesehatan dengan metode thibbun nabawi. Sehingga dapat menjaga kualitas kesehatan keluarga dan diri sendiri. Selain itu, pemberian keterampilan kepada ibu rumah tangga harus mampu memberikan tambahan penghasilan tetap yang dapat berkembang dan berbanding lurus dengan jumlah penghasilan yang diperoleh.

Ariyanti (2017) menyatakan bahwa efektivitas pemberdayaan ibu dalam merawat bayi menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan, dukungan keluarga dan status laktasi sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan dengan pendekatan modeling. Selain itu, Astuti (2017) dalam jurnalnya mengemukakan bahwa pemberdayaan perempuan dapat meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan ibu dan anak serta memiliki keterampilan untuk meningkatkan pendapatan keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu termasuk dalam faktor kesehatan keluarga dan juga dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan perekonomian keluarga.

Berdasarkan situasi saat ini, dunia sedang mengalami keadaan darurat global akibat mewabahnya penularan Covid19 yang tak terhindarkan. Keluarga sebagai kelompok terkecil dalam masyarakat menjadi sasaran utama dalam pertahanan terhadap penyebaran virus yang begitu cepat. Pemerintah menerapkan kebijakan pembatasan sosial berskala besar sebagai upaya menekan penyebaran virus tersebut. Keluarga diminta untuk tinggal di rumah masing-masing dan melakukan aktivitas hanya dari rumah. Sisi positifnya adalah keluarga dapat bersama dalam waktu yang lama, sedangkan sisi negatifnya adalah ketidaksiapan anggota keluarga terhadap dampak seperti masalah ekonomi dan perubahan pola pengasuhan anak. Ini secara langsung mempengaruhi stabilitas keluarga.

Menurut Radhitya, Nurwati & Irfan (2020), di satu sisi penerapan social distancing berdampak positif bagi bidang kesehatan untuk mengurangi jumlah masyarakat yang menjadi korban virus Corona, di sisi lain muncul dampak negatif. di bidang ekonomi, karena sulitnya masyarakat untuk bekerja atau memperoleh penghasilan. Secara sosial, tidak menutup kemungkinan masalah rumah tangga, tetapi juga muncul sebagai akibat dari kebijakan social distancing yang mengharuskan masyarakat untuk tetap berada di rumah atau tidak melakukan aktivitas di luar rumah jika tidak penting. Salah satu masalah sosial yang muncul adalah masalah kekerasan dalam rumah tangga. Selain itu, Muslim (2020) juga berpendapat bahwa stres kerja dan stres dalam keluarga akibat WFH (work from home) akan membuat ibu (ibu

rumah tangga) tiba-tiba harus menemani anak belajar dan suaminya bekerja di rumah. Artinya para ibu harus memiliki bekal yang cukup untuk membela diri dalam menghadapi situasi ini.

Ibu rumah tangga dengan latar belakang pendidikan rendah atau sarjana, jika diberikan pengetahuan atau dididik tentang kesehatan secara alami, sudah pasti akan mampu menciptakan keluarga yang sehat jasmani dan rohani. Berdasarkan sejarah, ada beberapa obat komplementer yang dapat dipelajari saat ini. Pengobatan yang dipraktekkan oleh Nabi Rasulullah SAW (Thibbun Nabawi) sebenarnya merupakan warisan masyarakat tradisional pada masa lalu. Selama Rasulullah mendapatkan risalah, metode pengobatan ini berkembang dengan tuntunan dari wahyu Allah. Nabawi tibbun yang diajarkan Nabi disebut-sebut sebagai pemersatu pengobatan tradisional dan modern saat itu. Tak heran jika kemudian thibbun nabawi menjadi titik tolak perkembangan ilmu kedokteran.

Berdasarkan Mustika (2019), metode dakwah yang dianjurkan Rasulullah SAW di bidang kesehatan tidak hanya mementingkan praktik keagamaan tetapi lebih pada peningkatan spiritualitas (akidah), peningkatan moralitas, gaya hidup sehat dan keyakinan kepada Allah SWT sebagai hanya menyembuhkan, juga pelaksanaan pengobatan. yang jauh dari unsur TBC (Tahayul, Bid'ah, Churafat). Thibbun Nabawi mengedepankan aspek ketuhanan, mengalaminya dan dibingkai dalam wawasan yang sangat ilmiah. Thibbun nabawi dianggap sebagai metode yang mudah dipelajari karena menggunakan dasar-dasar alami.

METODE KEGIATAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan pada bulan Februari sampai April 2022. Peserta kegiatan ini adalah ibu-ibu yang menjadi anggota tetap Ing's Moslem Healpoint (IMH) home studio, yang beralamat di jalan Kartika gg Angsana no14 Tanjungpinang Kepri. Peserta kegiatan berjumlah 10 orang IRT, berusia antara 28 tahun sampai 55 tahun. Kegiatan dilakukan secara daring menggunakan zoom meeting dan google meet karena mengikuti standar selama berlakunya pandemi Covid19. Hal ini sesuai dengan pendapat Setiawan, dkk (2021) bahwa pembelajaran daring efektif digunakan selama masa pandemi Covid-19. Hal ini sependapat dengan Hamidah & Sadikin (2020), pembelajaran jarak jauh meminimalisir munculnya keramaian sehingga dianggap dapat mengurangi potensi penyebaran Covid 19 dilingkungan perguruan tinggi.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan menggunakan metode : 1. Ceramah, dilakukan untuk penyampaian materi tentang kesehatan fisik dan psikis, pemahaman thibbun nabawi dan pengobatan komplementer melalui ketrampilan bekam. 2. tanya jawab, digunakan

untuk menemukan permasalahan-permasalahan yang dialami oleh ibu-ibu rumah tangga di IMH Studio dan 3. games untuk mencairkan suasana yang kaku. Adapun materi yang diberikan dapat dilihat pada tabel di bawah :

Tabel 1. Materi pembelajaran

No	Hari/Tgl	Materi	Waktu
1	Sabtu, 26 Februari 2022	Konsep sehat-sakit dalam Islam	90 menit
2	Sabtu, 12 Maret 2022	Pengenalan Thibbun Nabawi	90 menit
3	Sabtu, 19 Maret 2022	Pemahaman Organ	90 menit
4	Sabtu, 26 Maret 2022	Manajemen stres	90 menit
5	Sabtu, 2 April 2022	Hubungan kesehatan psikologis pada kesehatan fisik	90 menit

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dalam tiga tahap, yaitu :

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini dilakukan pengurusan izin pada lembaga tempat akan dilakukannya kegiatan. Setelah itu di atur jadwal pelaksanaan kegiatan.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini kegiatan dilakukan menggunakan metode daring. Setiap pertemuan dilakukan menggunakan zoom meeting unlimited selama 90 menit. Pada tiap pertemuan, diberikan satu materi oleh ahli dan setelah itu dilakukan tanya jawab.

3. Tahap Evaluasi

Setelah kegiatan selesai pada pertemuan ke lima, pertemuan ditutup dengan melakukan evaluasi guna mendapatkan hasil terhadap pemberian materi. Pada tahap ini, peserta akan diberikan pertanyaan seputar materi yang sudah diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Definisi Keluarga

Menurut buku pedoman anggota BKR tentang delapan fungsi keluarga (2014), keluarga adalah sekelompok orang yang dihubungkan oleh ikatan perkawinan, adopsi, kelahiran yang bertujuan untuk menciptakan dan memelihara budaya bersama, meningkatkan fisik, mental, perkembangan emosi dan sosial setiap anggota keluarga.

Tugas utama keluarga adalah memenuhi kebutuhan jasmani, rohani, dan sosial anggota keluarga yang meliputi pemeliharaan dan perawatan kesehatan, pembinaan perkembangan pribadi anak dan pemenuhan kebutuhan emosional anggotanya. Keluarga sebagai suatu sistem sosial mempunyai kewajiban agar sistem tersebut berjalan sesuai dengan yang diharapkan.

Thibbun Nabawi

Thibbun Nabawi adalah segala bentuk perkataan dan perbuatan Nabi Muhammad SAW yang hanya berkaitan dengan masalah pengobatan, penyakit dan perawatan kesehatan dan penyembuhan. Adapun jenis-jenisnya:

- a. Ruqyah syariyyah
- b. Terapan / praktek
- c. Herbal
- d. Kolaborasi keseluruhan (metode campuran), di mana harus focus pada pemeliharaan pola makan dan minum, pola tidur dan pola mandi.

1) Metode Pengobatan Ilahiah

Berdasarkan Al-Qur'an (As Syu'ara: 80), artinya: "Dan ketika aku sakit, dialah yang menyembuhkan aku." Berdasarkan ayat ini, perkuatlah imanmu kepada Allah SWT. Hanya kepada Allah kami beribadah dan hanya kepada-Nya kami memohon pertolongan. Seorang hamba harus bekerja keras, tetapi akhir dari pekerjaan itu adalah kepercayaan pada kehendak Allah. Iman seperti ini akan membuat hati menjadi tenang, tidak cemas dan takut. Disinilah makna janji Allah yang termaktub dalam Al-Qur'an: "Barangsiapa yang benar-benar beriman dan beramal shaleh akan mendapat berkah dari Allah dan dijauhkan hatinya dari rasa takut dan kecewa". Hati menjadi nyaman dan bahagia.

Dari sisi ilmu kedokteran, telah dibuktikan bahwa jiwa yang gelisah merupakan pemicu stres yang memicu produksi hormon berlimpah yang dapat berdampak negatif bila berlebihan, seperti adrenalin dan kortisol. Ibadah mahdah yang dilakukan secara intensif memiliki banyak peran dalam menyehatkan tubuh manusia. Rahasia shalat yang telah terungkap antara lain membantu proses kelancaran aliran darah hingga mencapai organ otak, bahkan bagian yang paling tersembunyi sekalipun. Di dalam otak manusia terdapat daerah yang aliran darahnya sangat minim dan hanya bisa maksimal jika dilakukan sujud. Dengan sujud, otak akan mendapatkan asupan makanan yang baik melalui aliran darah sehingga fungsinya lebih optimal. Puasa jelas memiliki peran utama dalam berbagai organ, dan yang baru-baru ini dilaporkan adalah produksi sitokin melatonin yang membuat orang memiliki kekebalan yang lebih baik, tidur lebih nyaman, dan mengurangi risiko terkena kanker. Ini adalah usus yang tidak penuh yang akan menghasilkan sitokin ini dengan baik. Dzikir mengucapkan kata toyyibah diketahui dapat membuat saluran pernafasan terbuka secara maksimal sehingga akan semakin memperlancar aliran udara ke dalam paru-paru manusia sehingga membantu proses oksigenasi.

2) Metode Perawatan Ilmiah

Prinsip ini menunjukkan bahwa pengobatan harus ilmiah. Apa arti ilmiah dalam hal ini dapat diukur. Seorang dokter dalam mengembangkan suatu pengobatan, kebenaran metodologi dapat diukur oleh dokter lain. Sementara seorang dukun dalam merawat pasiennya, cara yang digunakan dukun lain tidak bisa diukur. Sistem yang tidak dapat diukur ini disebut tidak ilmiah dan tidak metodologis.

3) Metode Pengobatan Alami

Obat alami disini adalah obat yang kita gunakan yang mengandung unsur alam yang kita kenal dengan obat herbal. Allah SWT berfirman yang artinya: “Maka makanlah setiap (jenis) buah-buahan dan berjalanlah di jalan Tuhanmu yang telah dimudahkan (bagimu) dari perut lebah keluarlah minuman (madu) yang beraneka warna, di yang di dalamnya terdapat obat penyembuh bagi manusia. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi orang-orang yang berpikir”, Al-Qur'an (An Nahl: 69).

Metode thibbun nabawi memberikan banyak keajaiban dalam menyembuhkan berbagai penyakit yang menimpa tubuh, yang tidak diketahui oleh para ahli medis di seluruh dunia. Setelah mengetahui bahwa Nabi saw telah memberikan resep penyembuhan untuk berbagai macam penyakit yang tidak dapat disembuhkan, beliau mengamalkannya, sehingga diperoleh obat yang pasti. Para dokter sampai hari ini mengakui fakta ini, sehingga mereka masuk Islam, menyatakan ketaatan kepada Rabb semesta alam dan bersaksi dengan sungguh-sungguh bahwa tidak ada penyembahan yang benar selain Allah dan bahwa Muhammad adalah utusan Allah. Di zaman yang banyak penyakit dan wabah serta berbagai musibah yang menyebar, kita sangat perlu merenungkan fenomena penyakit dan kesembuhan.

Ada tiga macam gaya hidup sehat. Pertama, lakukan hal-hal yang bermanfaat bagi kesehatan; kedua, menghindari hal-hal yang membahayakan kesehatan; ketiga, melakukan hal-hal yang dapat menghilangkan penyakit. Semua pola tersebut dapat ditemukan dalam argumentasi keagamaan, baik secara eksplisit maupun implisit, secara khusus atau umum, secara medis maupun non-medis (spiritual). Allah berfirman yang artinya “makan dan minumlah, dan janganlah berlebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebihan”, Al-Qur'an (Al A'af: 31)

Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga

Pemberdayaan ibu rumah tangga (IRT) merupakan upaya mengajak ibu sebagai pengelola keluarga untuk terlibat langsung dalam menjaga stabilitas keluarga. Putri & Darwis (2015) mengatakan bahwa perempuan harus memiliki kemampuan untuk melihat potensi yang ada,

peluang yang mungkin bisa dikembangkan. Selain itu Sumiati & Mada (2018) menyebutkan bahwa potensi ibu rumah tangga diharapkan dapat membantu kepala rumah tangga menopang kebutuhan inti dan tambahan dalam rumah tangga.

Pemberdayaan ibu rumah tangga merupakan upaya realokasi kekuasaan melalui perubahan struktur sosial. Kedudukan perempuan hanya akan meningkat ketika perempuan bisa mandiri dan mampu mengontrol keputusan-keputusan yang berkaitan dengan kehidupannya. Hal ini sesuai dengan penelitian Masithoh & Kusumawati (2017), banyaknya jumlah ibu rumah tangga di Yogyakarta dapat mendukung perekonomian keluarga atau mengurangi anggaran rumah tangga melalui pemanfaatan sumber pangan lokal.

Pandemi covid-19

Menurut Wikipedia, pandemi covid19 merupakan peristiwa penyebaran penyakit virus corona. Penyakit ini disebabkan oleh virus jenis baru yang diberi nama SARS-CoV-2. Wabah Covid19 pertama kali terdeteksi di kota Wuhan, China pada 1 Desember 2019. Penetapan pandemi oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada 20 Maret 2020. Per 14 November 2020, lebih dari 53.281.350 kasus telah dilaporkan di lebih dari 219 negara dan wilayah di seluruh dunia, mengakibatkan lebih dari 1.301.021 orang meninggal dan lebih dari 34.394.214 orang sembuh.

Rincian Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan memberikan berbagai rangkaian kegiatan, seperti pemberian materi seperti yang tertuang dalam tabel di bawah ini :

Tabel 2. Rangkaian Kegiatan pertama. Sabtu, 5 Maret 2022

Estimasi waktu	Kegiatan	Respon
20 menit	Pembukaan: - Salam pembuka dari ketua - Memperkenalkan diri dan asal institusi - Menjelaskan manfaat dan tujuan kegiatan - Pemberian materi pertama - Tanya Jawab	- Menjawab salam - Mendengarkan - Mendengarkan
45 menit		- Mendengarkan
20 menit		- Bertanya
5 menit	Penutup : - Menentukan tanggal kegiatan - Mengucapkan salam	- Menyetujui - Menjawab salam

Tabel 3. Rangkaian Kegiatan kedua. Sabtu, 12 Maret 2022

Estimasi waktu	Kegiatan	Respon
20 menit	Pembukaan: - Salam pembuka dari ketua - Memperkenalkan diri dan asal institusi - Menjelaskan manfaat dan tujuan kegiatan - Pemberian materi kedua - Tanya Jawab	- Menjawab salam - Mendengarkan - Mendengarkan
45 menit		- Mendengarkan
20 menit		- Bertanya
5 menit	Penutup : - Menentukan tanggal kegiatan - Mengucapkan salam	- Menyetujui - Menjawab salam

Tabel 4. Rangkaian Kegiatan ketiga. Sabtu, 19 Maret 2022

Estimasi waktu	Kegiatan	Respon
20 menit	Pembukaan: - Salam pembuka dari ketua - Memperkenalkan diri dan asal institusi - Menjelaskan manfaat dan tujuan kegiatan - Pemberian materi ketiga - Tanya Jawab	- Menjawab salam - Mendengarkan - Mendengarkan
45 menit		- Mendengarkan
20 menit		- Bertanya
5 menit	Penutup: - Menentukan tanggal kegiatan - Mengucapkan salam	- Menyetujui - Menjawab salam

Tabel 5. Rangkaian Kegiatan ke empat. Sabtu, 26 Maret 2022

Estimasi waktu	Kegiatan	Respon
20 menit	Pembukaan : - Salam pembuka dari ketua - Memperkenalkan diri dan asal institusi - Menjelaskan manfaat dan tujuan kegiatan - Pemberian materi keempat - Tanya Jawab	- Menjawab salam - Mendengarkan - Mendengarkan
45 menit		- Mendengarkan
20 menit		- Bertanya
5 menit	Penutup : - Menentukan tanggal kegiatan - Mengucapkan salam	- Menyetujui - Menjawab salam

Tabel 6. Rangkaian Kegiatan kelima. Sabtu, 2 Apr 2022

Estimasi waktu	Kegiatan	Respon
20 menit	Pembukaan : - Salam pembuka dari ketua - Memperkenalkan diri dan asal institusi - Menjelaskan manfaat dan tujuan kegiatan - Pemberian materi kelima - Tanya Jawab	- Menjawab salam - Mendengarkan - Mendengarkan
45 menit		- Mendengarkan
20 menit		- Bertanya
5 menit	Penutup : - Evaluasi kegiatan - Mengucapkan salam	- Mendengarkan - Menjawab salam

Setelah rangkaian kegiatan dilakukan sebanyak lima kali pertemuan, pada pertemuan terakhir setelah pemberian materi dilakukan evaluasi kegiatan. Seluruh peserta kegiatan merasakan bertambahnya pemahaman tentang penjagaan kesehatan ala Rasulullah SAW dan dapat menularkannya kepada keluarga dan lingkungan. Berikut ini disajikan dokumentasi dari kegiatan yang telah dilakukan:



Pemberian materi Thibbun nabawi



Saat tanya jawab dipertemuan kedua

Foto 3



Penyampaian materi manajemen stres

Foto 4



Titik akupresure di wajah yang berhubungan dengan organ

Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

KESIMPULAN

Pemberdayaan ibu dalam menjaga kesehatan keluarga melalui thibbun nabawi sangat bermanfaat dalam membantu meningkatkan kualitas kesehatan di masyarakat. Pembelajaran menggunakan metode daring menjadi pilihan yang efektif selama pandemi Covid-19. Kegiatan ini sesuai dengan protokol kesehatan yaitu menghindari kerumunan namun tetap dapat memberikan pelatihan. Ibu sebagai manajer keluarga, sangat tepat diberdayakan dalam hal penjagaan kesehatan keluarga. Thibbun nabawi dapat menjadi pilihan penyembuhan dan perawatan penyakit. Hal ini membantu ibu meminimalisir tingkat stres dalam menghadapi pandemi Covid-19.

UCAPAN TERIMAKASIH

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh dosen STIKes Payung Negeri ini tidak luput dari bantuan dan dukungan berbagai pihak. Kami mengucapkan kepada Prof. DR. Zulfan Saam selaku pemateri manajemen stres, kepada bapak Agior Akbar S.Sos selaku pimpinan IMH home studio dan semua pihak yang telah membantu dalam terlaksananya kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanti. (2017). Pengaruh Pemberdayaan Ibu Dalam Perawatan Bayi Melalui Pendekatan Modelling. *The Indonesian Journal of Public Health, Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*. Vol.13 No.2. Juni.ISSN: 0216-2482
- Astuti. (2017). Pemberdayaan Perempuan untuk Meningkatkan Kesehatan Ibu Hamil di Desa Cipacing Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Unpad*, Vol 1 No. 5. ISSN:1410-5610
- Kertapati, Y. (2019). Kesehatan Keluarga dan Tingkat Kemandirian Keluarga. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya* (2019) 14(1) 1-10
- Masithoh, R. Kusumawati, H. (2017). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga dalam Implementasi Teknologi Pengolahan Sumber Karbohidrat Nonberas dan Penganekaragaman Pangan Nonterigu untuk Mendukung Ketahanan Pangan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*, 2(1)
- Muslim. (2020). Manajemen Stres pada Masa Pandemi Covid-19. *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis*, Vo. 23 No.
- Mustika. (2019). Metodologi Dakwah Rasulullah SAW dalam Menyehatkan Ummat. *Ath-Thariq Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, Vol. 2 No. 2. Institut Agama Islam Negeri Metro.
- Nurjanah, M. (2019). Teori Keluarga: Studi Literatur. Article, (July), 1–19. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/334454369>
- Parwati. 2018. Asuhan Keperawatan Keluarga. *Jurnal Fakultas Ilmu Kesehatan Ump* (2018) (2010) 8-42

- Putri&Darwis. (2015). Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga. Prosiding penelitian dan pengabdian kepada masyarakat, Jurnal Unpad. ac.id, Vol 2, No.2, ISSN 2581-1126
- Radhitya, Nurwati&Irfan. (2020). Dampak Pandemi Covid19 Terhadap Kekerasan dalamRumah Tangga. Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik, Vol 2 No.2
- Rudiati&Heni. (2016). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Melalui Pembinaan Wirausaha Mandiri Pembuatan Sabun Milan dan Kerupuk Ampas Tahu. Wikrama Parahta:Jurnal Pengabdian Masyarakat, p-ISSN:2599-0020
- Sumiati. Mada, R, D. (2018). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga melalui Pembinaan Wirausaha Mandiri Pembuatan Sabun dan Kerupuk Ampas Tahu. Wikrama Parahita : Jurnal Pengabdian Masyarakat. Vol.2 No. 1: 38-41
- Qur'an. As Syu'ara: 80, Al A'raf : 31, An Nahl : 69.