**PRAKATA**

**MENGATASI KECEMASAN DI ERA PANDEMI COVID 19**

Kondisi pandemi *covid 19* yang sudah berlangsung di Indonesia kurang lebih 8 bulan selama,, dan hampir 2 bulan bekerja dari rumah, ibadah dari rumah, serta belajar dari rumah, hingga akhirnya masuk pada *new normal*, bisa kerja ke tempat kerja dengan mengikuti protokol kesehatan, keluar rumah pakai masker, rajin mencuci tangan dan *social distancing*. Tak bisa dihindari banyak menimbulkan kecemasan terhadap para orangtua sebagai pencari nafkah, peserta didik yang tidak bisa masuk belajar tatap muka dan malas-malasan, juga masih adanya masyarakat yang belum mematuhi dan menjalankan protokol kesehatan

Adanya masyarakat yang kurang sadar untuk menjalankan protokol kesehatan menjadikan masayarakat yang sadar akan kesehatan khwaatir, marah dan cemas, hingga berpikir bagaimana jadinya ini masa pandemi covid 19 berakhir bila masyararakat tidak disiplin dalam menjalankan protokol kesehatan.

Sebagai dosen dan praktisi pendidikan saya mengambil bagian dalam tugas saya mensosialisasikan kepada mahasiswa untuk tetap mematuhi protokol kesehatan, dan juga memberikan pesan agar para mahasiswa juga memberikan arahan kepada para peserta didiknya untuk mengingat agar tetap mejalankan protokol kesehatan. Guru, orangtua menjadi model bagai orang bayak dalam kepatuhan menjalankan protokol kesehatan

Disamping kecemasan tentang masih adanya yang kuarang patuh terhadap protokol kesehatan, muncul lagi kegalauan, kegelisahan para orangtua tentang bagaimana akhirnya nanti anak-anaknya ini, orangtua cemas melihat kebiasaan anak-anaknya yang banyak bermain *game online* di *handphone* nya, dan menjadi tidak disiplin, tidur larut malam, bangun seenaknya hingga siang hari, tidak mengerjakan tugas-tugas yang diinstruksikan oleh guru.

Untuk mengatasai masalah-masalah yang menjadikan orangtua cemas dengan kondisi anak-anaknya sebagai peserta didik, guru perlu melakukan pendekatan-pendekatan melalui grup WhatsApp orangtua agar secara bersama-sama mendampingi dan mengingatkan anak-anaknya walaupun tidak berangkat ke sekolah, mengharuskan anaknya untuk bangun setiap pagi, dan merespon sapaan gurunya. Guru juga wajib menjalin komunikasi yang akrab dengan peserta didik, katakana anda kangen, anda sayang,anda perduli terhadap peserta didik.

Kerjasama guru, orangtua sangat dibutuhkan pada masa pandemik *covid 19* ini untuk membantu peserta didik agar tidak ketinggalam mata pelajaran. Orangtua mendampingi dan melengkapi fasilitas belajar anak di rumah, dan bila peserta didik mengalami kesulitan untuk mengerjakan tugas-tugas, orang tua bisa meminta arahan dari guru mata pelajaran. Demikian juga guru tetap menjalankan tugasnya untuk mendidik, mengajar, membimbing, melatih dan mengevaluasi peserta didik. Dalam pemberian tugas kepada peserta didik haruslah jelas petunjuknya karena guru adalah fasilitator, dan jangan memberikan tugas yang terlalu banyak dengan waktu yang sangat terbatas, ini menajdikan anak cemas dan stress.