



INSPIRATION OF WORK FROM HOME

Kata Pengantar :

Arief Johan PL, ST, S.Sos, MM
HR Manager PT A. Schulman Plastic (Lyondellbasell) &
Asesor MSDM BNSP

Vivid Sambas ST, MMT, CHt, CT
Life Coach Trainer & Hipnoterapis Klinis

Kontributor :

Hamidah, Siti Maria Ulfah, Agung Kurniawan, Sutangsa, Nurul Hidayati, Rr. Ivonne YS, Murdaningrum Yudith Pramesti, Siti Mufarochah, B.T. Baskoro, Niken Soelistyowati, Iffah Rosyiana, Noverita Siboro, Aslichatul Insiyah, Soffy Belgies, Wiwin Herwina, Rr. Ayu Sri Widyanini, Farid Ardyansyah, Bambang Agus Sumantri, Maria Yudica Dina, Askan Setiabudi, Ci., Iin Setiyowati, Laily Abida, Achmad Room Fitrianto, Dewi Mahastuti, Moch. Syamsudin Nurhidayanto, Su'da Hidayah, Daryoto, Umu Hanik, Afinnisa Rasyida, Retno Ayu Rustiyati, Ni Putu Adelia Kesumaningsari, Nuzulia Rahma Tristinaram.

INSPIRATION OF WORK FROM HOME

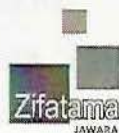
Kata Pengantar :

Arief Johan PL, ST, S.Sos, MM
HR Manager PT A. Schulman Plastic (Lyondellbasell) &
Asesor MSDM BNSP

Vivid Sambas ST, MMT, CHt, CT
Life Coach Trainer & Hipnoterapis Klinis

Kontributor :

Hamidah, Siti Maria Ulfah, Agung Kurniawan, Sutangsa, Nurul Hidayati,
Rr. Ivonne YS, Murdaningrum Yudith Pramesti, Siti Mufarochah, B.T. Baskoro,
Niken Soelistryowati, Iffah Rosyiana, Noverita Siboro, Aslichatul Insiyah,
Soffy Balgies, Wiwin Herwina, Rr.Ayu Sri Widyarini, Farid Ardyansyah,
Bambang Agus Sumantri, Maria Yudica Dina, Askan Setiabudi, CI,
Iin Setiyowati, Laily Abida, Achmad Room Fitrianto, Dewi Mahastuti,
Moch. Syamsudin Nurhidayanto, Su'da Hidayah, Daryoto, Umu Hanik,
Afinnisa Rasyida, Retno Ayu Rustiyati, Ni Putu Adelia Kesumaningsari,
Nuzulia Rahma Tristinarum.



INSPIRATION OF WORK FROM HOME

Kata Pengantar : Arief Johan PL, ST, S.Sos, MM
Vivid Sambas ST, MMT, CHt, CT

Kontributor :Hamidah, Siti Maria Ulfah, Agung Kurniawan, Sutangsa, Nurul Hidayati, Rr. IvonneYS, MurdaningrumYudithPramesti, SitiMufarochah, B.T.Baskoro, Niken Soelistyowati, Iffah Rosyiana, Noverita Siboro, Aslichatul Insiyah, Soffy Balgies, Wiwin Herwina, Rr.Ayu Sri Widyarini, Farid Ardyansyah, Bambang Agus Sumantri, Maria Yudica Dina, Askan Setiabudi, Cl., lin Setiyowati, Laily Abida, Achmad Room Fitrianto, Dewi Mahastuti, Moch. Syamsudin Nurhidayanto, Su'da Hidayah, Daryoto, Umu Hanik, Afinnisa Rasyida, Retno Ayu Rustiyati, Ni Putu Adelia Kesumaningsari, Nuzulia Rahma Tristinarum.

© 2020

Diterbitkan Oleh:

Penerbit
 **Zifatama Jawara**
Jl. Taman Pondok Jati J4,
Taman - Sidoarjo
Telp : 031-99786278
Email : zifatama1@gmail.com
Anggota IKAPI No. 149/JTI/2014

Cetakan Pertama, Juli 2020
Ukuran/ Jumlah hal: 15,5x23 cm / 343 hlm
Layout : Wisnu
Cover: Wisnu

ISBN : 978-623-7748-17-5

Hak cipta dilindungi oleh Undang-undang Ketentuan Pidana Pasal 112 - 119. Undang-undang Nomor 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta. Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit.

Saya sangat
Working From Ho
aktual yang memb
mendengar kata
muncul perasaan b
fasilitas di rumah
merupakan fasilita

Sebenarnya
merupakan langka
untuk memastika
Perusahaan dan l
memastikan kebe
Karyawan akan m
was-was tertular
minimnya interal
perjalanan menuju

Perusahaan
tidak mudah. Bag
masuk dan menjal
yang bersifat adm
diatur untuk dapa
dan sarana penun
sebaik mungkin.
cara berkoordinas

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|---------|
| Kata Pengantar | |
| Arief Johan PL..... | iii |
| Vivid Sambas ST, MMT, CHt, CT..... | vi |
| Daftar Isi | x |
| 1. Berdamai Dengan Keadaan | |
| Hamidah..... | 1 |
| 2. Indahnya WFH Bersama Keluarga | |
| Siti Maria Ulfah | 11 |
| 3. Menyiapkan Work From Home | |
| Agung Kurniawan | 17 |
| 4. Work From Home Perubahan Revolusioner | |
| Hamidah..... | 29 |
| 5. Peran Ayah Dalam Work From Home | |
| Sutangsa..... | 39 |
| 6. Hal-Hal Kecil Yang Kerap Terlupakan | |
| Nurul Hidayati..... | 51 |
| 7. Menyenangkan Vs Tidak Menyenangkan Saat | |
| Work From Home | |
| Murdaningrum Yudith Pramesti | 57 |
| 8. WFH Antara Musibah Dan Anugerah | |
| Siti Mufarochah..... | 63 |
| 9. Work From Home Paradoks Keberkahan Alam | |
| Untuk Introvert | |
| B.T. Baskoro..... | 69 |

| | |
|--|--|
| 10. Bahagia Dan Inovatif | |
| Rr. Ivonne Y.S..... | |
| 11. Work From Home Saat | |
| Shock | |
| Niken Soelistyowati | |
| 12. Be Happy, Keep Health | |
| Iffah Rosyiana..... | |
| 13. Bersahabat Dengan Keluarga | |
| Noverita Siboro..... | |
| 14. My Home Is My Office | |
| Aslichatul Insiyah..... | |
| 15. Optimalisasi Bekerja | |
| Soffy Balgies..... | |
| 16. Cara Jitu Menyikapi Work From Home | |
| Wiwini Herwina..... | |
| 17. Ketika Kenikmatan Work From Home | |
| Rr. Ayu Sri Widyarini..... | |
| 18. Work From Home Anugerah | |
| Farid Ardyansyah..... | |
| 19. E-Seminar Dan E-Workshop | |
| Keilmuan Di Masa Pandemi | |
| Bambang Agus Sumarta..... | |
| 20. Work From Home Dan Kesehatan | |
| Maria Yudica Dina..... | |
| 21. Tiga Energi Penarik Kerja | |
| Askani Setiabudi, CI..... | |
| 22. Penajaman Empatik Kerja | |
| Hamidah..... | |

| | |
|--|-----|
| 10. Bahagia Dan Inovatif Selama Bekerja Dari Rumah Rr. Ivonne Y.S..... | 83 |
| 11. Work From Home Salah Satu Dari Exponential Shock Niken Soelistyowati | 93 |
| 12. Be Happy, Keep Healthy & Innovative Iffah Rosyiana..... | 103 |
| 13. Bersahabat Dengan Emosi Kala WFH Noverita Siboro..... | 111 |
| 14. My Home Is My Office Aslichatul Insiyah..... | 119 |
| 15. Optimalisasi Bekerja Dari Rumah Soffy Belgies | 127 |
| 16. Cara Jitu Menyikapi WFH Wiwin Herwina..... | 135 |
| 17. Ketika Kenikmatan WFH Tak Kunjung Dirasakan Rr.Ayu Sri Widyarini | 143 |
| 18. Work From Home Antara Bahagia Atau Sedih Farid Ardyansyah..... | 153 |
| 19. E-Seminar Dan E-Workshop Sebagai Optimalisasi Keilmuan Di Masa Pandemi Convid-19 Bambang Agus Sumantri | 161 |
| 20. Work From Home Dan Perbaikan Kualitas Hidup Maria Yudica Dina..... | 171 |
| 21. Tiga Energi Penarik Rezeki Askan Setiabudi, CI. | 177 |
| 22. Penajaman Empatik Dan Intuisi Dalam Daring Hamidah..... | 183 |

| | |
|--|-----|
| 23. WFH Sebagai Turning Point | |
| B.T. Baskoro | 201 |
| 24. Ketika Semua Dilakukan Dari Rumah | |
| Iin Setiyowati | 215 |
| 25. Berbahagia Bersama Buah Hati Saat WFH | |
| Laily Abida | 221 |
| 26. WFH Satu Titik Kompromi | |
| Achmad Room Fitrianto..... | 225 |
| 27. Tantangan Berproduktif Saat WFH | |
| M. Syamsudin Nurhidayanto | 239 |
| 28. Survival Ala Emak Milenial Semasa WFH | |
| Su'da Hidayah..... | 245 |
| 29. Sisi Positif Ketika Work From Home | |
| Dewi Mahastuti | 251 |
| 30. Manajemen Kerja Dari Rumah | |
| Daryoto..... | 259 |
| 31. Belajar Bersyukur Dengan WFH | |
| Umu Hanik | 267 |
| 32. Coping With Loneliness: Tantangan Work From Home Bagi Perempuan Lajang | |
| Afinnisa Rasyida..... | 273 |
| 33. Kala Ustadz Juga WFH | |
| Retno Ayu Rustiyati | 281 |
| 34. Merawat Kebermaknaan Keluarga di Masa Pandemi | |
| Ni Putu Adelia Kesumaningsari..... | 287 |
| 35. Bukan Impian Indah | |
| Nuzulia Rahma Tristinarum | 295 |

Berdamai I

Sejak pandemi COVID-19 melanda, dunia telah mengalami perubahan dari seluruh sendi kehidupan. Perubahan ini mencakup pola pikir, perilaku, dan budaya. Perubahan ini juga mempengaruhi industri, transportasi, komunikasi, dan kehidupan sehari-hari. Semua ini telah meninggalkan jejak yang mendalam. Seolah-olah kita telah memasuki era baru yang penuh tantangan dan peluang. Setiap orang memiliki peran masing-masing dalam menghadapi perubahan ini.

Kebijakan lock down dan total lockdown telah membawa perubahan besar dalam kehidupan masyarakat. WFH, SPH, dan juga WPH telah menjadi hal yang biasa. Perubahan ini juga telah mempengaruhi pola konsumsi, gaya hidup, dan pola pikir masyarakat. Semua ini telah meninggalkan jejak yang mendalam. Seolah-olah kita telah memasuki era baru yang penuh tantangan dan peluang. Setiap orang memiliki peran masing-masing dalam menghadapi perubahan ini.

Bagaimana masyarakat dapat beradaptasi dengan perubahan ini? Bagaimana masyarakat dapat memanfaatkan peluang yang ada? Bagaimana masyarakat dapat menghadapi tantangan yang ada? Semua ini adalah pertanyaan yang perlu kita pikirkan. Kita perlu mencari solusi yang tepat untuk menghadapi perubahan ini. Kita perlu mencari cara yang tepat untuk memanfaatkan peluang yang ada. Kita perlu mencari cara yang tepat untuk menghadapi tantangan yang ada. Semua ini adalah pertanyaan yang perlu kita pikirkan.

Merawat Kebermaknaan Keluarga Di Masa Pandemi

Ni Putu Adelia Kesumaningsari

Saya kira tidak ada satupun dari kita yang membayangkan bahwa bumi akan diguncang pandemi seperti ini. Sejarah memang telah mencatat bahwa dunia pernah berjuang dalam melalui beberapa gelombang wabah seperti seperti flu spanyol, penyakit pes, SARS, dan lain sebagainya. Oleh sebab itu, pandemi merupakan suatu keniscayaan yang bisa terjadi sewaktu-waktu dan datang kapan saja. Hingga tiba saatnya pandemi kembali datang menyertai kehidupan kita yang menuntut kita untuk bisa beradaptasi dengan era kehidupan baru.

Virus COVID-19 telah menemani kita hampir tiga bulan terakhir lamanya. Kabar mengenai penyebaran virus corona sebagai cikal bakal penyakit mematikan sayup-sayup sudah mulai terdengar di Indonesia setelah hingar bingar perayaan tahun baru di Bulan Januari 2020. Televisi mulai dengan serius menyebarkan berita adanya korban berjatuhan di China yang mengalami ciri-ciri demam diikuti batuk dan sesak. Berangsur, berbagai video beredar secara viral melalui *whatsapp group* yang mempertontonkan orang yang sedang

mengantre di rumah sakit untuk menunggu pengumuman tiba-tiba jatuh dan meninggal. Ragam berita daring mulai bertebaran, memberitakan adanya penyakit misterius yang mematikan. Tidak lama kemudian, gulungan berita-berita buruk mengisi *feeds instagram, facebook, dan media online* hingga hari ini. Masih banyak korban yang berjatuh.

Berdasarkan survei sederhana yang saya lakukan kepada 350 responden, hampir keseluruhannya menyampaikan perasaan yang beragam dalam menanggapi situasi pandemi ini. Rasa cemas, khawatir, takut, merasa terbatas, kesepian, dan sedih adalah warna-warna emosi yang akhir-akhir ini menemani masyarakat. Walau demikian, ada juga sebagian rasa suka cita. Kondisi serba *online* membuat sebagian besar orang beraktivitas dari rumah yang artinya memberikan kesempatan bagi keluarga untuk saling bertemu dan bercerngkrama. Dengan demikian, semakin banyak orang yang memiliki kesempatan untuk mengkoneksikan kembali relasi antar anggota keluarga yang mungkin hampir saja hilang akibat rutinitas harian kita sehari-hari. Hal inilah yang membuat beberapa orang merasa bahagia.

Keluarga adalah sistem tatanan masyarakat yang paling kecil. Di dalamnya kita dapat menemukan kebahagiaan, kenteraman, dan kesejahteraan. Goldenberg & Goldenberg (1985) mengartikan keluarga sebagai suatu sistem sosial alami yang memiliki serangkaian aturan-aturan, peran-peran, serta bentuk-bentuk komunikasi yang dapat melakukan usaha untuk mengatur diri sebagai suatu kelompok yang berfungsi. Dengan kata lain, seluruh anggota keluarga berba-

dan berusaha untuk terlibat dan untuk bertahan dan memenuhi tugas perkembangannya. Kebutuhan dalam keluarga ini beragam ada kebutuhan fisik seperti pangan kebutuhan emosi seperti perhatian maupun bentuk dukungan emosional merupakan rumah semua orang yang pada hakekatnya memberika

Saya pernah membaca suatu perkawinan dan keluarga di Indonesia (2018). Buku itu menyebutkan dihadapi oleh keluarga Indonesia kembali makna perkawinan. Akhir-akhir ini kebermaknaan memang semakin berkurang kadang membuat kita kurang dengan anggota keluarga. Makan di restoran, sering kali keluarga lengkap yang sepertinya bersama anggota keluarga satu meja makan tetapi komunikasi satu sama lain anaknya semua sibuk masing-masing mengabadikan momen makan melakukan *posting* di media sosial makanan datang masing-masing mengamati apa yang sedang terjadi dunianya masing-masing

n berusaha untuk terlibat dalam perilaku kerjasama
tuk bertahan dan memenuhi kebutuhan ataupun tugas-
tas perkembangannya. Kebutuhan-kebutuhan yang ada di
am keluarga ini beragam adanya, mulai dari pemenuhan
ebutuhan fisik seperti pangan, sandang, papan, maupun
ebutuhan emosi seperti perhatian, rasa cinta, kasih sayang,
upun bentuk dukungan emosional lainnya. Keluarga
erupakan rumah semua orang untuk pulang, sebuah rumah
ng pada hakekatnya memberikan rasa aman dan nyaman.

Saya pernah membaca suatu buku mengenai psikologi
erkawinan dan keluarga di Indonesia karangan Afiatin,
k. (2018). Buku itu menyebutkan bahwa tantangan yang
hadapi oleh keluarga Indonesia saat ini ialah pencarian
embali makna perkawinan, keluarga, dan pengasuhan.
hir-akhir ini kebermaknaan kita terhadap keluarga
semang semakin berkurang. Perkembangan teknologi
yang membuat kita kurang banyak melakukan interaksi
angan anggota keluarga. Dalam pengamatan saya ketika
kan di restoran, seringkali saya mendapati adanya satu
uarga lengkap yang sepertinya tidak benar-benar hadir
sama anggota keluarganya lainnya. Mereka berada di
meja makan tetapi sama sekali tidak saling membangun
munikasi satu sama lain. Baik ayah, ibu, dan anak-
nnya semua sibuk dengan ponsel masing-masing sambil
ngabadikan makanannya masing-masing. Mungkin hendak
akukan *posting* di media sosial. Begitu seterusnya, hingga
man datang mereka menyantap pun anak-anak masih
gamati apa yang ada di ponselnya. Mereka sibuk dengan
nanya masing-masing. Fenomena ini mungkin fenomena

yang sering kita amati dalam keseharian. Teknologi memang mengantarkan kita pada kemudahan tetapi juga membuat yang dekat kadang terasa semakin berjauhan.

Kesibukan kita sehari-hari juga kadang menjauhkan ikatan kita secara emosi kepada anggota keluarga. Kesibukan dalam melaksanakan pekerjaan harian cukup membuat energi kita terkuras yang akhirnya membuat kita jarang melakukan komunikasi kepada anggota keluarga. Daripada menemani anak bermain atau belajar, mungkin kita akan lebih cenderung menggunakan waktu kita yang tersisa untuk istirahat. Begitu pula dengan anak-anak kita. Kesibukan anak belajar di sekolah membuat aktivitasnya di rumah tentu lebih banyak diisi dengan kegiatan rekreasi dan relaksasi, seperti bermain *game*, bermain *gadget* daripada *ngobrol* dengan orangtuanya ataupun saudara-saudaranya. Semua anggota keluarga dalam dunia yang serba sibuk ini menjadi ikut-ikutan sibuk. Kesibukan terkadang membuat kita makin terasing dengan diri juga semakin terasingnya kita dengan keluarga sendiri.

Pudarnya kebiasaan saling berkomunikasi secara tidak langsung melemahkan keterikatan kita dengan anggota keluarga yang kemudian berdampak kepada keberfungsian keluarga. Breavers dan Hampson (2000) di dalam tulisannya mengenai keberfungsian keluarga menyatakan bahwa keluarga yang berfungsi efektif akan memiliki keakraban antara satu sama lain yang disertai dengan adanya rasa menghargai dengan transaksi kekuatan yang seimbang. Sedangkan keluarga yang tidak berfungsi dengan baik

(disfungsi parah) ditandai dengan komunikasi yang koheren untuk saling berhubung. Jika komunikasi yang buruk maka keluarga menjadi terbatas dalam kemampuannya untuk beradaptasi. Jika terjadi masalah dalam keluarga, keluarga yang menyebutkan bahwa keluarga yang berfungsi optimal adalah keluarga yang memiliki keakraban. Adanya keberfungsian keluarga yang baik akan rentan mengalami konflik yang mengarah ke arah menuju disharmoni. Anggota keluarga yang memiliki emosi positif di dalam dirinya tentu akan lebih harmonis dalam keluarga.

Berdasarkan survei yang dilakukan terhadap orang-orang yang sempat saya ceritakan, saya menemukan bahwa kebutuhan utama saat ini adalah "ketenangan" dan "kepercayaan". Demikian saya dapat menyimpulkan bahwa kita butuh rasa tenang untuk bisa bertahan dalam dunia yang negatif yang meliputinya, yang membutuhkan dukungan mental yang baik. Dengan adanya dukungan mental ini bisa datang dari banyak sumber, baik teman ataupun layanan kesehatan. Kita sebenarnya kita memiliki salah satu sumber mental alami yang ada di lingkungan keluarga. Apabila keluarga memiliki keakraban yang hangat dan akrab satu sama lain, tentu akan menimbulkan perasaan positif. Rasa tenang pada diri kita. Apalagi jika keluarga yang harmonis akan memiliki rasa bahwa kita

(disfungsi parah) ditandai dengan kurangnya komunikasi yang koheren untuk saling berhubungan. Akibat komunikasi yang buruk maka keluarga memiliki kemampuan yang sangat terbatas dalam kemampuannya dalam resolusi konflik jika terjadi masalah dalam keluarga. Friedman (2010) juga menyebutkan bahwa keluarga yang tidak berfungsi dengan optimal adalah keluarga yang minim kehangatan. Tanpa adanya keberfungsian keluarga yang baik, maka keluarga akan rentan mengalami konflik yang mengantarkan keluarga menuju disharmoni. Anggota keluarga akan sulit membangun emosi positif di dalam dirinya tanpa adanya keharmonisan di dalam keluarga.

Berdasarkan survei yang saya lakukan dengan 350 orang yang sempat saya ceritakan di awal paragraf, saya juga menemukan bahwa kebutuhan terbesar dari semua orang saat ini adalah "ketenangan" dan "dukungan mental". Dengan demikian saya dapat menyimpulkan bahwa semua orang butuh rasa tenang untuk bisa bebas dari segala macam emosi negatif yang meliputinya, yang salah satunya bisa didukung dengan adanya dukungan mental yang cukup. Dukungan mental ini bisa datang dari banyak hal, seperti dukungan dari teman ataupun layanan kesehatan mental. Kendati demikian, sebetulnya kita memiliki salah satu sumber dukungan mental alami yang ada di lingkungan kita paling dekat yaitu keluarga. Apabila keluarga memiliki atmosfer yang positif, hangat dan akrab satu sama lain, maka kita pun akan diliputi perasaan positif. Rasa tenang pasti sedikit tidaknya akan ada di diri kita. Apalagi jika keluarga kohesif (erat), maka kita akan memiliki rasa bahwa kita bisa berjuang bersama-sama

melewati ini semua.

Masa pandemi sebetulnya memberikan keuntungan terhadap penyembuhan keberfungsian keluarga. Situasi *work from home* membuat sebagian besar orangtua bekerja dari rumah. Demikian pula, anak lebih banyak menghabiskan waktu di rumah karena melakukan *study from home*. Dengan demikian, seluruh anggota keluarga telah berkumpul secara fisik. Ada rasa kerinduan yang terobati. Jika sebelumnya mau berkomunikasi dengan ayah atau ibu harus menunggu mereka pulang bekerja, kini kita bisa berkomunikasi 24 jam bersama mereka kapan saja. Begitu juga sebaliknya. Bagi individu yang menjadi orangtua bekerja, mungkin menemani anak belajar adalah suatu hal yang mustahil, tetapi kini hal itu dapat dilakukan. Bekerja sambil menemani anak belajar bisa dilakukan bersama-sama. Artinya, pandemi COVID-19 sebetulnya membantu kita untuk kembali me- *rekoneksi* diri dengan semua anggota keluarga.

Saya sepakat dengan banyak orang yang mengatakan bahwa pandemi adalah masa kita untuk berefleksi pada diri. Ibaratnya menekan tombol "*pause*" kemudian mengamati apa sebetulnya yang sedang terjadi pada diri kita dan dunia kita. Dunia berarti termasuk orang-orang di sekitar kita. Dengan perenungan yang mendalam ini secara tidak langsung kita mengenali hal-hal yang selama ini tidak kita kenali dari diri kita termasuk kepada seluruh anggota keluarga kita. Momen henti sejenak ini merupakan kejadian langka yang patut kita syukuri sebab kita justru diberikan waktu yang sangat luang untuk bisa memahami siapa pasangan kita, orangtua

... dan anak-anak kita. Bisa jadi kebahagiaan yang selama
... sibuk kita cari di luar, sebetulnya sudah ada sejak lama di
... tengah-tengah keluarga kita.

Referensi :

... tin, et.al (2018). *Psikologi Perkawinan dan Keluarga :
Penguatan Keluarga di Era Digital Berbasis Kearifan
Lokal*. Yogyakarta : Penerbit Kanisius

... ers, R. & Hampso, R.B. (2000). The beavers systems
model of family functioning. *Journal of Family Therapy*,
22, 128 - 143.

... man, M. (2010). *Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta :
Gosyen Publishing

... enberg, H & Goldenberg, I. (1985). *Family therapy : An
overview (2nd Ed.)*. California : Thomson Brooks



**Ni Putu Adelia Kesumaningsari,
S.Psi, M.Sc**

Ni Putu Adelia, merupakan dosen psikologi perkembangan di Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. Akademisi muda kelahiran Denpasar, 1 Juli 1992 ini menamatkan pendidikan S1 Psikologi di Universitas Udayana Bali pada tahun 2014 dan kemudian melanjutkan pendidikan S2 *Developmental Psychology* dari *Faculty of Psychology and Neuroscience*, Maastricht, Belanda pada tahun 2016. Fokus penelitiannya kini ialah pada topik-topik perkembangan manusia.

Kini, ia tertarik untuk meneliti interaksi teknologi dengan dampaknya kepada perkembangan anak dan remaja dari sisi kognitif dan sosio-emosi. Pada tahun 2018, ia berkesempatan melakukan riset kolaborasi dengan Zhejiang University dan Henan Institute of Technology, China. Disamping mengerjakan penelitian, Adelia juga kerap membagikan pengetahuannya untuk masyarakat sebagai bentuk pengabdianya di sela-sela berbagai aktivitasnya sebagai pengajar seperti memberikan ceramah-ceramah psikologi mengenai psikologi perkembangan dan keluarga pada organisasi ataupun yayasan yang membutuhkan serta menjadi narasumber artikel di media cetak.

Facebook :

Adelia Kesumaningsari

IG : adelia_kesuma

npakesumaningsari@gmail.com

INSPIRATION OF WORK FROM HOME

Suatu masa dalam penciptaan manusia, mulai 2019 hingga 2020, wabah virus covid19 melanda seluruh dunia. Situasi ini memaksa sebagian besar pekerja dari beragam profesi melakukan pekerjaan dari rumah. Lalu apakah mereka bersedih atau bergembira? Apa yang terjadi di rumah saat proses work from home dilalui? Apakah tetap produktif? Apa saja kesulitan dan tantangan yang dihadapi?

Buku ini mencatat dan memotret cerita para professional, mulai pegawai kantoran, psikolog, dosen, guru, ustadz, konselor, terapis, coach, dan trainer. Diuraikan secara lugas mengungkapkan peristiwa faktual yang mampu menginspirasi pembaca untuk memahami dan menemukan hikmah dibalik work from home. Buku ini hadir sebagai kontribusi bagi kehidupan manusia pada jamannya.



ISBN: 978-623-7748-17-5

