

“di Rumah Unika” Diskusi Rutin Bersama Hadapi Covid-19 oleh Unika

Kumpulan Berbagai Kajian Keilmuan Terkait Pandemi Covid-19
Dari Unika Untuk Negeri, Etalase Pengetahuan Sebagai
Suplemen Untuk Meningkatkan Imun Kehidupan



Editor: Dr. Heny Hartono

Universitas Katolik Soegijapranata

"di Rumah Unika"

Diskusi Rutin Bersama Hadapi Covid-19 oleh Unika

**Kumpulan Berbagai Kajian Keilmuan terkait Pandemi
Covid-19 dari Unika untuk Negeri, Etalase Pengetahuan
Sebagai Suplemen untuk Meningkatkan Imun
Kehidupan**

Editor:

Dr. Heny Hartono

Penerbit:

Universitas Katolik Soegijapranata

“di Rumah Unika”

Diskusi Rutin Bersama Hadapi Covid-19 oleh Unika

Kumpulan Berbagai Kajian Keilmuan terkait Pandemi Covid-19 dari Unika untuk Negeri, Etalase Pengetahuan Sebagai Suplemen untuk Meningkatkan Imun Kehidupan

Editor: Dr. Heny Hartono

LPPM (Lembaga Penelitian dan pengabdian Masyarakat) Universitas Katolik Soegijapranata

Hak Cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun, baik secara elektronik maupun mekanis, termasuk memfotocopy, merekam atau dengan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penulis dan Penerbit.

©Universitas Katolik Soegijapranata 2020

ISBN : **978-623-7635-23-9** (PDF)

Desain Sampul : **YB Dwi Setianto**

Perwajahan Isi : **Ignatius Eko**

PENERBIT:

Universitas Katolik Soegijapranata

Anggota APPTI No. 003.072.1.1.2019

Jl. Pawiyatan Luhur IV/1 Bendan Duwur Semarang 50234

Telpon (024)8441555 ext. 1409

Website : www.unika.ac.id

Email Penerbit : ebook@unika.ac.id



SAMBUTAN REKTOR UNIKA SOEGIJAPRANATA

Bapak Ibu yang saya hormati

Salam sejahtera bagi kita semua

Di masa pandemi Covid-19 saat ini yang tidak memungkinkan kita semua untuk berkumpul dan berdiskusi secara fisik dalam ranah akademik telah mendorong dan menumbuh ide maupun kreatifitas kita semua untuk tetap berdinamika membahas berbagai masalah yang ada di sekitar kita dan menemukan solusi secara bersama. Teknologi informasi telah menjadi jembatan dan media yang efektif dalam mempertemukan kita semua di ruang virtual dan menyalurkan berbagai pendapat yang ada di benak kita.

Unika Soegijapranata melalui berbagai infrastruktur digital nya yang telah dibangun sejak lebih dari 10 tahun yang lalu memungkinkan pertemuan secara virtual dapat terlaksana. Tinggal bagaimana kita semua memanfaatkan dengan baik, terutama di masa sekarang ini.

Untuk itu, saya sungguh mengapresiasi inisiatif dari Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Unika Soegijapranata untuk menyelenggarakan kegiatan “di Rumah Unika” atau “diskusi rutin bersama hadapi Covid-19 oleh Unika” setiap Kamis mulai minggu ini yaitu tanggal 14 Mei 2020 setiap jam 3 sampai jam 5 sore.

Berbagai aspek dari 10 Fakultas yang ada di Unika Soegijapranata dibahas di dalam kegiatan ini, dari Fakultas Psikologi, Teknik, Ekonomi dan Bisnis, Arsitektur dan Desain, Bahasa dan Seni, Teknologi Pertanian, Hukum dan Komunikasi, Kedokteran, Ilmu Komputer, Ilmu dan Teknologi Lingkungan, serta Pusat-Pusat Studi seperti Pusat Studi Wanita, The Java Institute, Pusat Studi Urban, serta Lingkungan Manusia dan Bangunan.

Semoga dapat memberikan pencerahan bagi kita semua dan menghasilkan solusi-solusi bagi masyarakat serta negara dan bangsa yang kita cintai ini

Terima kasih. Tuhan memberkati

Semarang, 14 Mei 2020

Rektor Unika Soegijapranata Semarang,

Prof. Dr. Ridwan Sanjaya, MS, IEC

SAMBUTAN KEPALA LPPM

(Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat)

Situasi pandemi Covid-19 berdampak pada semua lini. Justru sekarang kami harus menyadari, bahwa Unika Soegijapranata sebagai institusi pendidikan tinggi di Jawa Tengah ini, harus mampu memberikan kontribusi sebagai bagian dari modal pengetahuan yang kami miliki dan perwujudan Talenta Pro Patria et Humanitate, maka LPPM mengadakan kegiatan diskusi #dirumahUnika ini. Berbagai fakultas dan Pusat-pusat studi yang dimiliki bergerak bersama berupaya memberikan kontribusi pemikiran, pengalaman dan solusi-solusi yang sekiranya bisa diterapkan dalam melakukan adaptasi dan berjalan menuju new normal setelah pandemi.

Buku ini merupakan kumpulan dari seluruh materi yang diberikan di acara diskusi serial, harapannya pengetahuan dan informasi di buku ini bisa bermanfaat untuk negeri, minimal bisa memberikan sosialisasi, edukasi, dan mitigasi pandemi yang dihadapi masyarakat dan para pemangku kepentingan.

Tentunya acara diskusi #dirumahUnika dan buku ini masih jauh dari sempurna, meski demikian semoga tetap memberi optimisme, energy positif dan manfaat yang bisa diterima oleh semua pihak berkaitan dengan pandemi Covid-19 ini.

Kami mengucapkan terima kasih pada pimpinan dan seluruh civitas yang telah berpartisipasi

Terima kasih juga untuk semua pimpinan daerah kami, semoga kontribusi Universitas ini membantu dalam semua kebijakan pimpinan daerah untuk kita kembali bangkit dari dampak pandemi.

Tuhan memberkati

Semarang, 20 Mei 2020

Ka LPPM Unika Soegijapranata

Dr. Berta Berti Retnawati



SAMBUTAN GUBERNUR JAWA TENGAH

(Dinarasikan dari sambutan lisan Gubernur Jawa Tengah melalui rekaman video klip)

Teman-teman civitas akademika Unika Soegijapranata,

Saya menghimbau Anda semua dapat terus mengikuti serial diskusi Di Rumah Unika sebab ada diskusi yang menarik tentang bagaimana menghadapi dan mencari solusi bersama permasalahan dan mitigasi Covid-19.

Saya kira butuh pikiran-pikiran jernih untuk menyelesaikan persoalan. Nampaknya kita harus menawarkan new normal yaitu cara hidup baru yang mungkin berbeda dari cara hidup yang kemarin agar kemudian kita dapat beraktivitas dan mengerti apa yang harus kita lakukan. Selalu menjaga diri, memakai masker, menjaga jarak, olah raga terus menerus, hidup sehat, dan tentu saja selalu cuci tangan.

Mudah-mudahan diskusi ini bermanfaat dan masyarakat mendapatkan gambaran yang cerah, arah yang cerah, dan solusi-solusi yang cerdas dari kawan-kawan Unika.

Selamat berdiskusi.

Semarang, 14 Mei 2020

Gubernur Jawa Tengah,

H. Ganjar Pranowo, SH, M.I.P

SAMBUTAN KETUA BAPPEDA PROVINSI JAWA TENGAH

(Dinarasikan dari sambutan lisan Kepala Jawa Tengah melalui rekaman video klip)

Covid 19 telah memberikan kepada kita sebuah pelajaran yang sangat mahal. Banyak hal yang harus kita lakukan termasuk bagaimana melakukan revolusi baik kegiatan maupun perspektif kita di dalam menghadapi covid ini. Saya mengucapkan selamat kepada civitas akademika Unika Soegijapranata yang akan melaksanakan diskusi mingguan dalam rangka menghadapi covid-19 ini. Kami dari institusi pemerintah daerah, selain ingin mendapatkan masukan dari semua stakeholder, kami juga mengajak bapak ibu civitas akademika Unika Segijapranata untuk turut terlibat di dalam menghadapi fenomena baru ini baik dalam konteks perencanaan ke depan maupun dalam menghadapi permasalahan ini di kehidupan bersama kita sehari-hari ke depan.

Selamat sekali lagi kepada Unika atas terselenggaranya diskusi mingguan ini.

Semarang, 14 Mei 2020

Kepala BAPPEDA Provinsi Jawa Tengah,

Dr. Prasetyo Aribowo, SH, M.SOC, SC

PRAKATA EDITOR

Pandemi Covid-19 adalah sebuah prahara global yang telah melintasi dan singgah di 175 negara. Dampak yang ditimbulkan oleh virus ini telah mengoyak banyak aspek kehidupan baik secara individu maupun secara komunal. Dalam sejarah peradaban manusia, pandemi covid-19 adalah salah satu bencana global yang memberikan banyak pelajaran berharga bagi manusia di seluruh dunia. Perjalanan, dampak, serta solusi atas pandemi ini membawa makna dan warna yang berbeda-beda, tergantung dari perspektif, dimensi, dan kedalaman cara pandang setiap individu yang terlibat di dalamnya. Seperti potongan-potongan puzzle yang disatukan, kemeriahan warna perspektif atas covid-19 menjadi sebuah gambar yang indah dan membawa pencerahan untuk langkah-langkah ke depan selepas prahara ini.

Tulisan-tulisan di dalam buku ini adalah gambaran kekayaan intelektual sekaligus kepekaan sosial religius dari para penulis artikel yang tersaji di dalam buku ini. Keberagaman gaya tulis, pemaparan ide dan analisa yang tampak dalam buku ini menunjukkan keotentikan tulisan para civitas akademika Unika Soegijapranata yang dibungkus dengan pemikiran kreatif, solusi cerdas, serta rasa cinta mendalam akan tanah air.

Setiap tulisan yang disajikan dalam buku ini disarikan oleh masing-masing penulis dari paparan yang dikaji Di Rumah Unika—sebuah serial diskusi yang menyoroti sekaligus menawarkan solusi kreatif atas

beragam fenomena yang muncul sebagai dampak covid-19. Mengiringi hangatnya serial diskusi yang telah berlangsung, kiranya buku ini dapat memberikan masukan dan wawasan baru bagi setiap pihak yang berkepentingan.

Dengan keyakinan bahwa kita semakin dekat pada akhir pandemi covid-19, buku ini menjadi bagian dari sebuah sejarah “Di Rumah Unika”, di mana banyak solusi cerdas telah disiapkan oleh civitas akademika Unika Soegijapranata untuk menyongsong kenormalan baru. Selamat berdinamika melalui tulisan-tulisan inspiratif dalam buku ini.

Semarang, 23 Mei 2020

Editor,

Dr. Heny Hartono, SS, M.Pd

Daftar Isi

SAMBUTAN REKTOR UNIKA SOEGIJAPRANATA	iii
Prof. Dr. Ridwan Sanjaya, MS, IEC.....	iv
SAMBUTAN KEPALA LPPM	v
Dr. Berta Bekti Retnawati	vi
SAMBUTAN GUBERNUR JAWA TENGAH	vii
H. Ganjar Pranowo, SH, M.I.P	viii
SAMBUTAN KETUA BAPPEDA PROVINSI JAWA TENGAH.....	ix
Dr. Prasetyo Aribowo, SH, M.SOC, SC	ix
PRAKATA EDITOR	x
Normal Baru dalam Perguruan Tinggi	1
Prof. Dr. F. Ridwan Sanjaya, MS.IEC	1
Bergerak bersama di <i>New Normal</i> : Adaptif dan Transformatif	11
Dr. Berta Bekti Retnawati	11
Edukasi Psikososial pada Masa Pandemi Berbasis Kognitif-Behavioral dan Komunitas.....	22
Dr. Augustina Sulastri.....	22
Mengelola Stress dalam Masa Pandemi Covid-19	33
Kuriake Kharismawan, M.Si.....	33
Ide Kreatif Perangi Covid-19	46
Dr. Leonardus Heru Pratomo	46
Imbas Virus Corona pada Transportasi	55
Djoko Setijowarno, MT	55
Ekonomi Rakyat, Jalan Kebudayaan Paska Pagebluk	74
Dr. Angelina Ika Rahutami.....	74

Stimulus Pajak dan Geliat WP: Melawan Belenggu Corona	89
Paulina Rini Hastuti, M.Si	89
Perilaku Investor Pasar Modal Masa Pandemi Covid-19.....	108
Dr. Elizabeth Lucky Maretha Sitinjak.....	108
Peran Arsitektur Modular sebagai Konsep Fasilitas Penyedia Sarana dan Prasarana Penanganan Darurat Pasien Covid-19.....	120
Bonifacio Bayu S., ST, M.Sc.	120
Peran Komunikasi Visual di Tengah Pandemic Covid-19.....	137
Ryan Sheehan Nababan, M.Sn	137
Meme Internet dan Pandemi Covid-19: <i>Dulce et Utile</i>	154
B. Retang Wohangara, SS, M.Hum	154
Seni Pertunjukan Musik dan Covid-19	164
Yosaphat Yogi Tegar Nugroho, S.Sn, M.A.....	164
Krisis Covid-19 di Indonesia dalam Perspektif Analisis Risiko	173
Prof. Dr. Ir. Y Budi Widianarko, MSc	173
Melawan Covid-19 Dengan Probiotik	192
Dr. Laksmi Hartajanie, MP.....	192
Sidang Pengadilan <i>On-Line</i> : Masa Pandemi Covid-19	200
Dr. Marcella Elwina Simandjuntak, SH., CN., M.Hum.....	200
Aspek Hukum Kepailitan Bagi Perusahaan dalam Pandemi <i>Covid-19</i>	217
Dr. Yohanes Budi Sarwo	217
Covid-19 Menggila, dimanakah Tanggung Jawab Negara	231
Dr. Endang Wahyati Yustina.....	231
Social Mixing dan Trend Transmisi-Kematian Covid-19	246
Perigrinus H. Sebong, MPH	246
Optimalisasi Telemedicine	257

dr. Jessica Christanti, M.Kes.....	257
Protokol Sistem Keamanan Alat Kesehatan dalam Implementasi Telemedicine ..	269
YB Dwi Setianto, S.T., M.Cs.	269
Membuat Sendiri Aplikasi Mobile Belajar Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid-19.....	279
Agus Cahyo Nugroho, MT	279
Pembangunan Infrastruktur di Tengah Pandemi Covid-19	286
Dr. Rr. M. I. Retno Susilorini.....	286
<i>From the Home Front</i> : Perempuan Indonesia saat Pandemi Covid-19.....	301
Angelika Riyandari, PhD	301
Tempe Koro di Jawa Untuk Covid-19	319
Dr. Christiana Retnaningsih.....	319
Sadar Sehat Berkat Covid-19.....	334
Dr. Lindayani	334
Gerakan Sosial Kaum Urban Era Pandemi Covid-19.....	342
Andreas Ryan Sanjaya, MA	342
Daftar Pustaka.....	355
Terkurung Pandemi dan Konflik Bersenjata	357
Dr. Trihoni Nalesti Dewi	357
WFH TERHADAP KUALITAS LINGKUNGAN	369
WFH dan Jejak Karbon	382
IM. Tri Hesti Mulyani, MT	382
Haryo Guritno, M.Si	382
Bonus <i>WFH</i> Pada Masa Covid-19 Rumah Hijau Produktif melalui Akuaponik.....	394
Dr. Sri Rejeki.....	394
Indeks	406

Bonus WFH Pada Masa Covid-19 Rumah Hijau Produktif melalui Akuaponik

Dr. Sri Rejeki

Pusat Studi Eko Permukiman UNIKA Soegijapranata,
Semarang

Latar Belakang

Sudah hampir 3 (tiga) bulan, sejak awal bulan Maret 2020 Indonesia menyikapi pandemi Covid-19 dengan strategi 'merumahkan masyarakat. diawali dengan penerapan *Work From Home (WFH)* bagi masyarakat yang bekerja, *Study From Home (SFH)* bagi para pelajar dan mahasiswa dalam berkegiatan pendidikan, *Pray In House (PIH)* bagi masyarakat kegiatan peribadatan dalam jumlah massal/ besar, serta pembatasan kegiatan pada tempat-tempat massal. Bagi masyarakat yang melaksanakan kegiatan bekerja secara *WFH*, masyarakat semakin banyak melakukan kegiatan bekerja dilakukan di rumah.

Dengan adanya kegiatan terpusat di rumah ini, rumah menjadi pusat berkumpul dan beraktivitas baik aktivitas keseharian maupun aktivitas wajib bekerja dilakukan di rumah, masyarakat mengalami pengurangan mobilitas aktivitas keluar rumah. Terlepas dari kekurangan

WFH yang dapat menurunkan motivasi kerja, dalam penyampaian pandangan Puslit dan Pengembangan Perkebunan, Bogor, disampaikan bahwa bagi masyarakat yang dapat mengelola waktu bekerja dengan baik, masyarakat memiliki keleluasaan mengatur waktu bekerja lebih banyak, karena tidak memerlukan waktu untuk perjalanan sehingga dapat efisiensi banyak waktu. Oleh adanya ini, masyarakat yang mampu mengelola, cenderung memiliki kelebihan waktu dalam aktivitas sehari-hari.

Selain adanya instansi yang memberlakukan WFH bagi pegawainya, banyak usaha swasta yang merumahkan pegawainya dalam bentuk Pemutusan Hubungan Kerja. Pada kelompok ini, sebagian masyarakat harus di rumah dengan kondisi kehilangan mata pendapatan, sehingga masyarakat dalam kelompok ini harus mampu segera mengambil langkah cepat guna menyambung pemenuhan kebutuhan hidup bagi keluarga.

Permasalahan.

Dengan penjelasan latar belakang, dapat dilihat bahwa dengan *WFH*, terdapat kelompok masyarakat 1) harus di rumah dan mampu memiliki hasil / pendapatan baru karena PHK, menurut Kementerian Tenaga Kerja per April sudah mencapai 130.456 karyawan swasta yang dirumahkan dan akan mencapai puncak pada bulan Juni 2020. 2) kelompok masyarakat yang memiliki waktu lebih dalam beraktivitas di rumah karena tidak harus bermobilitasi tinggi. Selain itu oleh adanya perpanjangan

masa WFH, sangat dimungkinkan 3) masyarakat yang di rumah sudah mulai jenuh, sehingga harus memiliki 'kesibukan' tambahan sebagai penghilang kejenuhan. Penghilang kejenuhan ini dapat dilakukan bagi masyarakat yang rumahnya besar sehingga dapat beraktivitas pada banyak hal, sedangkan bagi masyarakat yang rumahnya tidak terlalu besar, harus lebih mampu berkreasi guna menghilangkan kejenuhan.

Satu diantara banyak strategi : ber-akuaponik.

Untuk menyelesaikan permasalahan yang ada di atas, terdapat banyak cara yang dilakukan masyarakat. guna mengatasi pemenuhan kebutuhan hidup karena putus kerja, memang ada sebagian masyarakat yang 'harus' tetap keluar rumah karena kebutuhan. sehingga WFH tidak berlangsung. sebagian dari masyarakat kelompok ini juga ada yang tetap beraktivitas di rumah, baik mengembangkan diri di usaha berbasis OL, berproduksi tertentu yang dijual dengan cara pesan antar, dan kegiatan lain. Untuk kelompok kedua yang memiliki waktu lebih, apalagi kelompok ketiga bagi masyarakat yang mulai 'jenuh' melakukan kegiatan rutin di rumah, sangat dimungkinkan akan mencari-cari aktivitas di rumah. hal yang paling sering dilakukan adalah dengan 'menyentuh' bagian-bagian dari rumah, salah satunya adalah halaman, kebun / ruang-ruang sisa di dalam rumah. dalam hal ini, bagi masyarakat yang tidak terlalu memiliki lahan / ruang sisa di rumah cukup luas tidak dapat berbuat banyak. Apa

saja yang dapat dilakukan : kesibukan penghilang kejenuhan, kesibukan penyaluran hobby, kesibukan produktif yang menghasilkan.

Mengapa Akuaponik? .

Kegiatan ber-akuaponik adalah kegiatan produktif, berupa bertanam dengan media air sekaligus beternak ikan, dengan berbagai model, dan tidak harus memakan ruang/ lahan yang luas. Berbeda dengan metode Hidroponik yang memerlukan pupuk kimia guna mengatur kondisi kesuburan air, karena prinsip akuaponik juga tidak memerlukan biaya menerus karena pupuk tanaman menggunakan sisa makanan ikan atau hewan air lain yang di ternak/ dipelihara. prinsip akuaponik dapat dilakukan dengan media air akuarium ikan hias, ikan ternak maupun hewan lain yang ada di kolam. Media yang dibutuhkan juga dapat dari skala kecil sampai skala besar.

Adanya beragam bentuk akuaponik ini memberikan tingkat fleksibilitas kegiatan akuaponik, mulai dari akuaponik sebagai pengisi waktu luang, sebagai kegiatan produktif untuk konsumsi sendiri, sampai dimanfaatkan sebagai sumber pendapatan yang diperoleh dari berkegiatan di rumah.



akuaponik dari akuarium



Akuaponik dalam berbagai bentuk

Sumber data Pribadi dan

https://id.images.search.yahoo.com/yhs/search;_ylt

Manfaat Akuaponik

Ada banyak manfaat kegiatan akuaponik, beberapa diantaranya adalah sebagai:

- Nilai penyeimbang dan pengisi kegiatan WFH, antara kegiatan produktif dalam bekerja formal dan kegiatan produktif yang bermanfaat untuk di rumah.
- dimungkinkan adanya nilai ekonomi, baik nilai ekonomi untuk diri sendiri (skala kecil) maupun
- nilai ekonomi profit budidaya, merupakan hasil WFH (dalam skala besar). Hasil yang diperoleh dari kegiatan akuaponik adalah hasil panen tanaman sekaligus hasil panen ikan.
- nilai estetika di lingkungan rumah tinggal, dengan tambahan adanya unsur ruang hijau, baik di dalam ruang maupun di luar ruang.
- nilai kesehatan adanya unsur daun yang memproduksi O₂, dan menyerap CO₂.
- nilai kesehatan dengan adanya terapi ketenangan oleh suara gemericik air bagi yang menggunakan media akurium/ kolam dengan sistem sirkulasi air via pompa.

Selain manfaat hasil panen produktif di atas, keberadaan penempatan akuaponik juga dapat dimanfaatkan untuk fungsi ruang arsitektural, antara lain:

- sebagai elemen estetika di dalam ruang (interior),
- sebagai elemen tanaman di taman dalam dan taman luar.

- sebagai elemen penyekat ruang, misalnya sebagai pagar , sebagai pembatas teras dan kebun.
- sebagai bagian dari kolaborasi kebun dan peternakan dalam 1 area.

oleh adanya manfaat-manfaat di atas, maka kegiatan ber akuaponik cenderung merupakan kegiatan yang bersifat positif, memberikan unsur terapi ketenangan kesehatan, yang dapat dimanfaatkan untuk alternatif berkegiatan produktif selama bekerja dari rumah (*WFH*).



Bagaimana Ber - Akuaponik di rumah.

Dalam melakukan kegiatan akuaponik di rumah, pada dasarnya berprinsip memelihara ikan dan sekaligus

bertaman. ada beberapa kategori ikan yang dapat dipelihara/ di ternak:

- Ikan hias (tanaman untuk penyegar ruangan).
- Ikan ternak/ pemeliharaan di kolam air putar seperti nilai, mujair, bawal, patin, gurami.
- Ikan ternak/ pelihara yang tahan pada air diam seperti lele.

Pemahaman terhadap karakter media beternak/ pemeliharaan ikan ini sangat menentukan keberlanjutan kehidupan ikan, untuk itu perencanaan media (akuarium, kolam, ember, dan yang lain).

Sebagaimana jenis ikan yang sesuai untuk kegiatan akuaponik, secara umum terdapat banyak jenis tanaman yang dapat ditanam di media air akuaponik ini. beberapa tanaman yang dapat ditanam di akuaponik diantaranya antara lain : kangkung, sawi, tomat, cabe, bayam, sawi, terong, dan pokcay, bawang merah, bawang putih, daun bawang dan masih banyak tanaman lain yang dapat dikembangbiakkan pada media tanaman akuaponik ini. Untuk proses tanam, terdapat beberapa cara tanam, yaitu :

- Penanaman dari benih yang disemaikan langsung pada media akuaponik. Sistem ini lebih tepat dilakukan pada jenis akuaponik yang sederhana, sebagai pengisi keluangan waktu, diatas akuarium.
- Penanaman dari benih, disemaikan di tempat lain dahulu. Pada waktu tanaman sudah memiliki

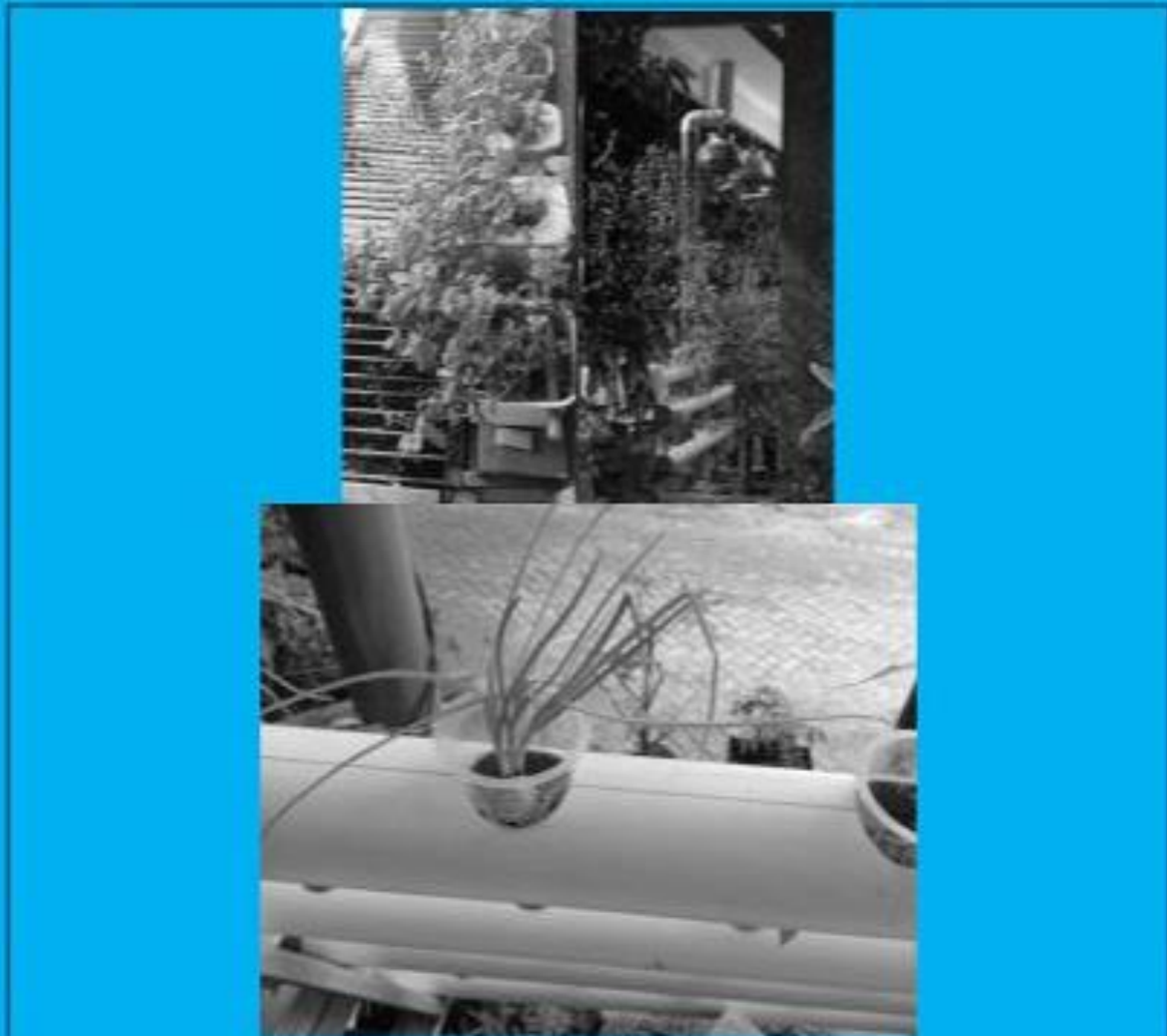
daun sejati, bibit yang sudah disemaikan, dapat dipindah ke media tanam yang siap. Sistem ini paling tepat digunakan untuk program akuaponik dalam kapasitas besar, apalagi yang disasarkan untuk menjadi kegiatan komoditas, sebagai tambahan pendapatan pada saat WFS maupun pengganti pendapatan pada waktu seseorang terkena PHK sebagai dampak

- Penanaman yang bersifat *regrowth* (penumbuhan kembali), yaitu sistem menanam dari bagian tanaman hasil panen yang ditumbuhkan kembali. metode ini dapat / ditempuh untuk usaha pertahanan pangan oleh karena langka/ sulit mendapatkan bahan makanan.

Masing-masing cara taman ini memiliki hasil yang berbeda satu dengan yang lain. sebagai contoh bila ditanam kangkung, yang di taman dari hasil semai, proses pertumbuhan lebih lambat dibanding dengan yang sistem re-growth (pertumbuhan kembali), tetapi memiliki nilai kesehatan yang lebih baik (tidak terlalu banyak untuk ... yang menyebabkan asam urat. Dengan penjelasan ini dapat disimpulkan, bahwa masing-masing cara taman memiliki kelebihan dan kekurangan, sehingga pemilihan cara tanam mana yang ditetapkan, sesuai dengan sasaran dan tujuan penanaman metode akuaponik.

Pada waktu bibit sudah ditanam pada media akuaponik, secara prinsip, kita tinggal melihat perkembangannya. Pemantauan secara sederhana kita

cukup memberikan makan ikan, otomatis tanaman ikut mendapat pupuk. Semakin kita bertujuan mengembangkan akuaponik secara profesional, sebagai produk komoditas profit, semakin kita harus mempelajari dan mencermati, mengkondisikan air, agar hasil dapat maksimal.





beberapa bentuk dan macam tanaman akuaponik serta hasil panennya.

Kesimpulan

Dari penyampaian di atas, dapat disimpulkan bahwa pada kondisi *WFH* pada masa pandemi Covid-19 ini, banyak kegiatan produktif yang dapat dilakukan di rumah, baik yang sifatnya hanya sebagai pengisi waktu, sampai dengan kegiatan yang produktif/ menghasilkan, salah satunya adalah bertanam dengan media akuaponik.

Dengan langkah akuaponik, selain untuk mengisi kegiatan produktif, kita dapat lebih mendapatkan manfaat langsung, kita dapat memperoleh manfaat lain berupa kesehatan,

estetika lingkungan bernuansa 'rumah hijau di tempat tinggal kita.

Daftar Pustaka

Ayomi Amindoni, (April 2020), Virus corona: Gelombang PHK di tengah pandemi Covid-19 diperkirakan mencapai puncak bulan Juni, Kartu Prakerja dianggap tak efektif, BBC News Indonesia, diunduh dari <https://www.bbc.com/indonesia/indonesia-52218475>

Fatimah Marsela, (2018) sistem akuaponik dengan limbah kolam ikan lele untuk memproduksi sayuran organik, Skripsi. Fakultas Keguruan dan Pendidikan, Universitas Lampung, diunduh dari <http://digilib.unila.ac.id/32389/>

Pusat Penelitian dan Pengembangan Perkebunan Bogor (April 2020) : Memacu Efektivitas Work From Home (WFH),; diunduh tanggal 1 Juni 2020 dari <http://perkebunan.litbang.pertanian.go.id/memacu-efektivitas-work-from-home-wfh/>

Penulis

Rektorat



Prof. Dr. F. Ridwan Sanjaya

Dr. Berta Bekti Retnawati



LPPM

Psikologi



Dr. Agustina Sulastri
Kuriake Kharismawan, M.Si.

Dr. Leonardus Heru Pratomo
Djoko Setijowarno, MT



Teknik

Ekonomi
&
Bisnis



Dr. Ika Rahutami
Paulina Rini Hastuti, M.Si.
Dr. Elizabeth Lucky M. S.

Bonifacio Bayu, M.Sc.
Ryan Sheehan Nababan, M.Sn.



Arsitektur
&
Desain

Bahasa
&
Seni



B. Retang Wongangara, M.Hum.
Yogi Tegar Nugroho, M.A.

Prof. Dr. Budi Widianarko
Laksmi Hartayanie, MP.



Teknologi
Pertanian

Hukum
&
Komunikasi



Dr. Marcella Elwina Simandjuntak
Dr. Y. Budi Sarwo
Dr. Endang Wahyati

Perigrinus Hermin Sebong, MPH.
dr. Jessica Christanti, M. Kes.



Kedokteran

Ilmu
Komputer



YB Dwi Setianto, M.Cs.
Agus Cahyo Nugroho, MT

Dr. Rr. M.I. Retno Susilorini.



Ilmu
Teknologi
Lingkungan

Pusat Studi
LPPM



[PSW] Dr. Angelika Ryandari
[TJI] Dr. Christiana Retnaningsih
[TJI] Dr. Lindayani
[PSEP] Dr. VG. Sri Rejeki

Ryan Sanjaya, M.A. [PSU]
Dr. T. Trihoni Nalesti Dewi [PSU]
Tri Hesti Mulyani, M.T. & Haryo Goeritno, M.Si [LMB]
Dr. Djoko Suwarno [LMB]



Pusat Studi
LPPM

