**GAMBARAN RESILIENSI PADA *SURVIVOR* PASIEN *COVID-19***

***AN OVERVIEW OF RESILIENCE IN SURVIVORS OF COVID-19 PATIENTS***

**Nico Sarapang**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[nico.sarapang@gmail.com](mailto:nico.sarapang@gmail.com)

0812 1862 3827

**Abstrak**

Penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan kualitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang gambaranresiliensi yang terjadi pada *survivor* di masa pandemi *covid*-19 saat ini. Adapun *central question* atau pertanyaan penelitian yang telah di rumuskan dalam penelitian ini yaitu; bagaimana gambaran resiliensi pada *survivor* pasien *covid-*19? Partisipan dan Informan yang terlibat pada penelitian ini berjumlah enam orang yang berusia dari 23-63 tahun. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi *non*-partisipan dan wawancara. Dalam penelitian ini akan menggunakan unit analisis secara individu dengan tiga orang *survivor covid*-19 sebagai partisipan dan juga melibatkan tiga orang kerabat dekat sebagai informan yang mengetahui tentang bagaimana kehidupan serta resiliensi yang dilakukan partisipan. Hasil penelitian menunjukkan beberapa partisipan memiliki gambaran resiliensi yang berbeda-beda, terdapat dua orang partisipan yang memiliki stigma negatif dari lingkungan masyarakat saat awal dinyatakan positif *covid-*19 kemudian seiring berjalannya waktu, kedua partisipan bisa bangkit dari stigma tersebut dengan cara tetap berpikir positif, selalu berempati, dan memiliki keyakinan bahwa dirinya dapat menyelesaikan masalahnya secara efektif.

**Kata kunci:** resiliensi, pasien,*survivor, covid*-19.

***Abstract***

*This research is a research with a qualitative approach. This study aims to find out about the picture of resilience that occurs in survivors during the current covid-19 pandemic. The central questions or research questions that have been formulated in this study are; What is the picture of resilience in survivors of covid-19 patients? Participants and informants involved in this study amounted to six people aged from 23-63 years. Data collection methods used in this study were non-participant observation and interviews. In this study, we will use an individual unit of analysis with three covid-19 survivors as participants and also involve three close relatives as informants who know about the life and resilience of the participants. The results showed that several participants had different images of resilience, there were two participants who had a negative stigma from the community when they were initially declared positive for covid-19 then over time, both participants were able to rise from the stigma by staying positive, always empathize, and have confidence that he can solve the problem effectively.*

***Keywords****: resilience, patient, survivor, covid-19.*

**PENDAHULUAN**

Pada bulan Desember 2019, virus tidak dikenali ditemukan di Wuhan, Provinsi Hubei, Tiongkok (Qun Li dkk, 2020). Pada tanggal 30 Januari 2020, Sekretaris Jenderal *World Health Organization* (WHO) Dr. Tedros Adham Ghebreyesus mengumumkan status darurat kesehatan dunia karena virus tersebut. Diidentifikasi pertama di Wuhan dan telah menyebabkan 212 orang meninggal dunia di China. Pada tanggal 11 Februari 2020, *World Health Organization* (WHO) mengumumkan nama penyakit baru ini sebagai *corona virus disease* 2019 atau *Covid-*19 (Utomo, 2020). Kasus pertama *covid-*19 di Indonesia diumumkan secara resmi pada tanggal 2 Maret 2020, dengan pasien terkonfirmasi pada seorang ibu berusia 64 tahun dan puterinya 31 tahun (Ihsanuddin. 2020). Kasus *covid-*19 sejak pertama muncul di Indonesia pada 2 Maret 2020 dan sampai tanggal 31 Agustus 2020 korban yang terinfeksi sebanyak 174.796 orang dengan korban dalam perawatan medis sebanyak 41.420 orang, meninggal sebanyak 7.417 orang dan sembuh sebanyak 125.919 orang (*Gugus Tugas Penanganan Covid-19, 2020).*

Barzilay, dkk (2020) menyatakan berdasarkan survive yang dilakukan bahwa banyaknya responden berada dalam kondisi stress selama pandemi, yang ditandai dengan kekhawatiran akan terinfeksi covid-19. Responden mengkhawatirkan dan berusaha untuk saling melindungi orang-orang terdekatnya dan mencari dukungan sosial dengan lingkungan sekitarnya. Berdasarkan hal tersebut, maka *survivor* covid-19 perlu untuk bangkit dari keterpurukan. Resiliensi berpengaruh dalam mengurangi kekhawatiran serta kecemasan yang dialami dengan saling melindungi keluarga terdekat dan saling mencari dukungan sosial di lingkungan sekitar. Lebih lanjut, resiliensi dibutuhkan individu agar pada situasi tertentu pada masa sulit, permasalahan yang dihadapi bisa teratasi dengan caranya. Pasien mampu mengambil keputusan sulit secara cepat, dan mengubah permasalahan menjadi sebuah tantangan yang harus dihadapi (Ifdil dan Taufik, 2012).

Resiliensi merupakan cara untuk mempertahankan kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi, serta kapasitas manusia untuk menghadapi kesengsaraan (Grotberg, dalam Wiwin Hendriani, 2018). Fernanda Rojas menjelaskan bahwa meningkatkan resiliensi adalah tugas penting karena hal ini dapat memberikan pengalaman individu dalam menghadapi tantangan dan kesulitan hidupnya. Dengan kata lain, individu dapat meningkatkan keterampilan hidupnya seperti kemampuan realistik dalam membuat rencana hidup sehingga mampu dalam mengambil langka yang tepat bagi hidupnya (Cicilia dan Avin, 2017). Selanjutnya, perlunya untuk meningkatkan resiliensi agar individu bisa bangkit dari tekanan psikologis yang menimpanya serta mampu untuk mengatasi trauma yang dialami dengan cara-cara yang positif sehingga mampu untuk bangkit dari kesulitan hidupnya (Cicilia dan Avin, 2017).

**METODE**

Penelitian ini menggunakan salah satu jenis penelitian kualitatif deskriptif. Metode atau pendekatan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan fenomenologi, Penelitian kualitatif ini dilakukan karena peneliti ingin mengeksplor fenomena-fenomena yang tidak dapat dikuantitatifkan yang bersifat deskriptif. Dengan demikian, penelitian kualitatif tidak hanya sebagai upaya mendeskripsikan data tetapi deskripsi tersebut hasil dari pengumpulan data yang valid yaitu melalui wawancara mendalam, observasi dan dokumentasi. Alat pengumpulan data atau instrument penelitian adalah peneliti sendiri yang akan terjun langsung ke lapangan (Moleong, 2007).

Adapun Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu dengan wawancara dan observasi non-partisipan. Selanjutnya data yang berwujud kata-kata dari hasil penelitian ini akan dianalisis secara kualitatif, di mana data yang diperoleh dari lapangan seperti wawancara dan observasi akan diolah kemudian disajikan dalam bentuk tulisan. Menyangkut analisis data kualitatif, Husaini dan Purnomo (2009) mengungkapkan tahapan-tahapan dalam analisis data yaitu; reduksi data dan penyajian data. Selanjutnya, data yang diperoleh dalam penelitian ini juga dioleh dengan metode komparatif untuk menemukan persamaan dan perbedaan masing-masing partisipan, mencari jawaban mendasar tentang sebab dan akibat dengan faktor penyebab terjadinya ataupun munculnya suatu fenomena tertentu.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Setelah melalui proses analisis data maka di peroleh hasil penelitian yang akan menunjukkan bahwa partisipan dalam penelitian ini dapat menggambarkan resiliensi pada partisipan yang terkena virus *covid*-19 dan menjelaskan bagaimana partisipan dapat tetap bertahan dari segala stigma yang terdapat di lingkungan masyarakat maupun dari virus itu sendiri. Dalam hasil penelitian ini menunjukkan dengan jelas bagaimana partisipan menceritakan awal mula terpapar *covid*, gambaran resiliensi yang terdapat dalam diri partisipan, dan cara partisipan bertahan dalam pandangan negatif yang terdapat di lingkungan sekitar tempat tinggalnya.

Data yang diperoleh dari hasil wawancara di lapangan dengan partisipan dan informan akan diuraikan dalam bentuk narasi deskriptif. Semua hasil penelitian ini diuraikan berdasarkan fokus pertanyaan penelitian yang telah dibuat. Peneliti menjelaskan hasil penelitian berdasarkan tiga kategori pertanyaan penelitian. *Pertama,* permasalahan awal partisipan yang terpapar covid; *Kedua,* gambaran resiliensi pada partisipan; *Ketiga,* cara bertahan partisipan dalam menanggapi stigma masyarakat.

Dalam penelitian ini melibatkan tiga orang *survivor* pasien covid-19 sebagai partisipan. Partisipan pertama berinisial JS usia 63 tahun. Partisipan kedua berinisial DS usia 52 tahun. Partisipan ketiga berinisial JM usia 54 tahun.

1. Partisipan JS
2. Permasalahan Awal Pada Partisipan JS

Partisipan pertama yang dikenal berinisial JS adalah seorang karyawan wiraswasta yang berusia 63 tahun yang berdomisili di kota Yogyakarta. Pada awal merasakan virus covid -19 ini, JS merasa badan yang tidak enak, sebelumnya JS telah menonton TV untuk mengetahui berita seputar *covid*. Selain badan yang tidak enak, JS merasakan batuk dan juga terasa sakit sekali dibagian lidah yang mulai membengkak.

Pada tanggal 27 April 2020, setelah JS merasakan tanda-tanda positif *covid*, JS pun memeriksakan diri dengan melakukan *Rapid Test* di Puskesmas. Kemudian pada siang hari pun JS mendapat kabar bahwa dirinya reaktif, petugas kesehatan pun menyarankan supaya JS melakukan isolasi mandiri di rumah, kemudian menyarankan juga untuk memisahkan alat-alat makan dari keluarga yang lainnya.

Selanjutnya pada tanggal 30 April 2020, JS melakukan *test* kembali untuk memastikan apakah dirinya positif. JS melakukan *Swab Test* karena JS merasakan badan yang semakin tidak enak. Selagi JS menunggu hasil *test* tersebut, JS merasakan bahwa lingkungan sekitarnya mengucilkan dirinya karena apabila ada seorang warga yang terpapar covid pasti akan segera sampai pada pihak RT dan kelurahan. JS pun merasakan bahwa seakan-akan penyakit virus *covid* tersebut adalah aib bagi penderitanya.

Selanjutnya JS di telfon oleh pihak rumah sakit pada tanggal 5 Mei 2020, yang menyatakan bahwa JS harus segera di *opname* karena hasil *Swab Test* menunjukkan bahwa JS positif *covid*-19. Kemudian JS merasa sembuh sekitar tanggal 17 Mei 2020 tepat sekitar 2 minggu berlalu. JS juga mengungkapkan bahwa pelayanan dari rumah sakit itu baik dan tidak ada masalah. JS merasa dikucilkan hanya di lingkungan tempat tinggalnya saja.

1. Gambaran Resiliensi Pada Partisipan JS

JS merasakan dampak fisik dan psikologis pada dirinya selama terpapar virus *covid*. Perasaan takut sering dirasakan oleh JS dan pikiran selalu terombang-ambing. JS berfikir mungkin dirinya akan meninggal karena virus tersebut, dibalik semua ketakutannya JS mencoba untuk bangkit dan melawan pikiran-pikiran negatif yang selalu ada dipikirannya dengan cara berserah diri kepada Tuhan.

Menurutnya apa yang sudah terjadi biarlah terjadi, jika Tuhan ingin dirinya untuk hidup pasti JS bisa melawan virus *covid* tersebut. Dalam melawan virus tersebut, JS selalu berserah hanya kepada Tuhan. JS yakin jika sudah ditangani oleh para petugas kesehatan semuanya akan menjadi baik-baik saja. JS mengungkapkan bahwa Tuhan lah satu-satunya harapannya. Dirinya tetap hidup atau bahkan dirinya akan meninggal nantinya JS telah siap. Selanjutnya JS berharap bahwa *covid* ini segera berlalu dan JS merasa bersyukur telah diberikan pengalaman terpapar virus *covid* ini dan berhasil untuk melewatinya.

1. Cara Bertahan Partisipan Dalam Menanggapi Stigma Masyarakat

Peneliti menemukan jawaban dari pertanyaan yang telah diajukan kepada JS, bahwa JS merasa dikucilkan oleh lingkungan sekitar tempat tinggalnya. Tidak disapa, tidak boleh berinteraksi dengan keluarga yang lain. Bahkan JS mengungkapkan bahwa pembantu di rumahnya berhenti bekerja saat mengetahui JS terpapar *covid* saat itu. JS mengalami stigma negatif dari masyarakat lingkungan sekitarnya. JS bertanya-tanya pada dirinya apakah orang yang terpapar ini seperti orang berdosa dimata masyarakat yang tidak terpapar? Masyarakat menjaga jarak, sampai tidak adanya komunikasi di telepon dari orang-orang yang biasa menghubungi JS saat mengetahui JS terpapar virus *covid* saat itu.

Cara JS bertahan dari stigma masyarakat pun JS tetap berserah pada Tuhan. Dengan cara seperti itu JS bisa bertahan. Saat nanti JS telah dinyatakan sembuh, JS akan buktikan bahwa virus *covid* ini bukanlah suatu aib bagi yang penderitanya, bahwa penyakit tersebut bisa untuk disembuhkan. Saat dirasakan benar bahwa JS akan sembuh, setelah JS sembuh dari virus *covid* tersebut JS pun menjelaskan kepada masyarakat di sekitarnya bahwa covid itu bukanlah aib. JS merasa masyarakat harus mengetahui itu untuk informasi lebih lanjut terkait virus *covid* yang masih tetap menghebohkan dunia ini. Saat mengedukasi masyarakat JS tetap mengikuti protokol kesehatan dengan cara menjaga jarak dan tetap isolasi setelahnya itu.

1. Partisipan DS
2. Permasalahan Awal Pada Partisipan DS

Partisipan DS adalah seorang karyawan swasta di salah satu PT di kota Yogyakarta yang berusia 52 tahun. DS berdomisili di Yogyakarta dengan keluarganya. Awal DS terpapar virus *covid*-19 pada tanggal 17 Maret 2020 saat itu sedang adanya persiapan di salah satu gereja. Setelah selesai persiapan DS pulang dan merasa tidak enak badan, karena saat itu virus ini masih menggemparkan dunia, DS pun memutuskan untuk mengecek kesehatannya dan melakukan *Rapid Test* di rumah sakit. Setelah melakukan *Rapid Test* hasilnya keluar yang menyatakan bahwa DS reaktif virus tersebut.

Perasaan pertama DS terpapar virus *covid* tersebut awalnya merasa badan baik-baik saja jadi tidak adanya pikiran akan terkena *covid*, namun setelah beberapa saat kemudian DS merasakan badan yang tidak enak. Setelah hasil *test* keluar yang menyatakan bahwa DS reaktif *covid*, DS tetap berfikir positif kalaupun DS akan mengalami positif *covid*, dirinya berfikir pasti akan sembuh karena pikiran yang positif akan mempengaruhi imun tubuh manusia.

1. Gambaran Resiliensi Pada Partisipan DS

Selain merasakan virus yang bersarang di tubuhnya pun DS merasakan perlakuan tidak baik dari masyarakat sekitarnya. Dari lingkungan sekitarnya masyarakat tidak percaya bahwa awalnya DS hanya reaktif tidak positif *covid* tersebut. Kemudian saat DS sembuh dirinya pun berbicara pada dokter untuk meminta tolong agar dokter bisa memberi edukasi kepada masyarakat disekitar tempat tinggalnya. Karena menurutnya jika petugas kesehatan yang berbicara akan dipahami dan dipercaya oleh masyarakat beda halnya jika orang lain yang berbicara.

DS bertahan atas kondisi yang menimpanya, dari virus yang terdapat di tubuhnya, dan dari pandangan serta perlakuan masyarakat sekitarnya yang tidak enak. DS pasrah dan berdoa hanya kepada Tuhan karena DS yakin bahwa nantinya akan kembali seperti keadaan semula.

1. Cara Bertahan Partisipan Dalam Menanggapi Stigma Masyarakat

DS merasakan perlakuan yang tidak enak dari lingkungan sekitarnya, DS merasa dikucilkan. DS memilih cuek dan tidak memikirkan pandangan maupun perlakuan masyarakat terhadap dirinya. Keluarganya lah yang memikirkan, DS merasa keluarganya sedikit *stress* atas perlakuan masyarakat disekitarnya. Bahkan sampai ke anaknya terkena perlakuan tidak baik dari masyarakat. Saat DS telah sembuh dari virus tersebut, bukan hanya dirinya dan keluarganya yang dijauhi oleh masyarakat sekitarnya. Saudara DS yang tidak serumah pun ikut dijauhi. Karena masyarakat tidak percaya bahwa dirinya telah sembuh. DS merasa kasihan kepada anaknya yang masih membutuhkan teman untuk berkomunikasi dan bermain.

Cara DS bertahan dari segala kondisi yang tidak mengenakan adanya dengan cara berdoa kepada Tuhan. Karena DS meyakini bahwa kekuatan Tuhan itu adalah yang utama. DS menganggap hal itu adalah cobaan atau ujian supaya dirinya bisa menjalani hidup dengan indah. DS pun berbicara kepada istri dan anaknya dengan tujuan omongannya itu bisa menguatkan anak dan istrinya.

1. Partisipan JM
2. Permasalahan Awal Pada Partisipan JM

Partisipan ketiga berinisial JM seorang ibu rumah tangga yang berusia 54 tahun berdomisili di kota Yogyakarta. Awal mula JM terpapar *covid* pada tahun 2020 di bulan April. Pada tanggal 18 Maret terdapat pertemuan gereja. JM mendapat info bahwa yang mengikuti pertemuan ada yang pernah mengikuti pertemuan di daerah Bogor. JM bercerita bahwa di Bogor lah kota yang saat itu sedang melonjak kasus virus *covid*-19 ini. Setelah mengadakan pertemuan, JM dan peserta lainnya diminta untuk melakukan *Rapid Test* setelah hasilnya keluar, JM dinyatakan reaktif *covid*-19. Selanjutnya, setelah mendengar kabar bahwa dirinya reaktif, JM pun berpikir bahwa dia merasa takut akan positif.

Petugas kesehatan menanyakan hal ada berapa keluarga yang tinggal bersama JM. Salah satu anak JM pun ikut menjadi reaktif. Petugas pun menyarankan JM dan keluarga untuk isolasi mandiri di rumah. Selanjutnya, 4 hari kemudian petugas kesehatan memanggil JM untuk pemeriksaan *Swab* ke rumah sakit. Setelah pemeriksaan itu pun JM dianjurkan untuk rawat inap selama 2 minggu di rumah sakit tersebut.

1. Gambaran Resiliensi Pada Partisipan JM

Begitu JM mengetahui bahwa hasilnya positif, JM mengalami mental yang menurun. Tetapi JM mengatakan bahwa jika pikiran melemah, ada anak-anak dirumah yang tidak tahu akan diurus siapa nantinya. Kemudian JM memutuskan untuk terus berfikir positif agar bisa menenangkan hati dan dirinya sendiri. Perasaan *shock* dirasakan JM saat itu. Dengan adanya penanganan dari dokter yang begitu cepat, rasa khawatir dan sedih itu dirasakan oleh JM, tetapi semuanya berlalu saat JM merasa aman dengan adanya *support* dari dokter dan juga keluarganya.

Pertama kali pandangan JM tentang orang yang terpapar *covid* itu seperti aib, tetapi JM tetap ambil positif dan berfikir bahwa semua ini sudah menjadi kehendak Tuhan yang telah memberikan JM ujian atau cobaan. JM tidak ingin berfikir yang tidak baik bahwasanya ini adalah situasi yang memalukan. Jika JM berpikir seperti itu, kesehatannya tidak akan membaik. Karena imun yang semakin turun. Sedangkan JM merasa bahwa dirinya harus menjaga imun tubuhnya agar bisa sembuh. Selanjutnya, JM lebih perbanyak syukur, berdoa, dan berfikir positif untuk bisa meningkatkan imunnya serta harus adanya semangat dan optimis untuk bisa melawan virus *covid* tersebut.

1. Cara Bertahan Partisipan Dalam Menghadapi Stigma Masyarakat

JM sempat merasakan lingkungan sekitar seperti mengasingkan dirinya pada saat awal-awal terpapar *covid*. Saat itu semua anggota di dalam rumah tidak boleh untuk keluar rumah, tidak boleh kemana-mana. Pada saat JM melakukan perawatan di rumah sakit, JM merasa bersyukur bahwa anak- anaknya bisa untuk mengurus kebutuhannya masing-masing.

JM merasa terasingkan karena tidak bisanya keluar rumah, akan tetapi hubungan komunikasi JM masih berjalan lancar lewat *chat* di grup *whatsapp.* JM mendapatkan *support* dan para tetangganya peduli dengan anak-anaknya JM, pedulinya dengan cara menggantungkan keperluan untuk anak-anaknya melalui pagar rumahnya. JM merasa sedih saat terpapar virus tersebut dan juga merasa takut nantinya akan menularkan virus tersebut kepada masyarakat lainnya. Jadi JM tidak berani untuk keluar rumah.

Selanjutnya, membahas tentang komparasi hasil penelitian pada partisipan JS, DS dan JM, yaitu persamaan dan perbedaan antara permasalahan awal terpapar covid, gambaran resiliensi, dan cara bertahan partisipan dari stigma masyarakat. Lebih rinci bisa dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 1.**

Komparasi Gambaran Resiliensi Pada *Survivor Covid-19*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Resilliensi *survivor covid-*19 | Subtema | Partisipan JS | Partisipan DS | Partisipan JM |
| Permasalahan Awal Terpapar Covid | Awal mula *survivor*  terpapar *covid* | 1. Pada tanggal 27 April melakukan *rapid test* dinyatakan reaktif, setelah test merasa badan tidak enak, dan sakit sekali dibagian lidah **(JS, B17-20)** 2. Pada tanggal 30 April melakukan *swab test* dinyatakan positif covid. Setelah test merasakan perut yang tidak enak **(JS, B22-23)** | 1. Pada tanggal 17 Maret DS merasa tidak enak badan dan melakukan *rapid test* di rumah sakit hasilnya reaktif **(DS, B6-7)** 2. Kemudian melakukan *swab test* yang hasilnya menjadi positif **(DS, 23-24)** | 1. Pada tanggal 18 Maret JM melakukan *rapid test* dan hasilnya reaktif. DS merasa badannya tidak enak **(JM, B9-10)** 2. Pada tanggal 22 Maret, JM melakukan *swab test* dan hasilnya positif kemudian dirawat di rumah sakit selama 2 minggu **(JM, B29-31)** |
| Gambaran Resiliensi | Resiliensi dari *survivor* | 1. Pada awalnya JS merasa takut dan pikiran yang terombang-ambing, berfikir mungkin dirinya akan meninggal karna covid. **(JS, B58-59)** 2. JS berserah dan berdoa pada Tuhan apa yang sudah terjadi. **(JS, B60-61)** 3. Berfikiran positif agar imunnya meningkat dan cepat sehat **(JS, B92-93)** | 1. DS tetap berusaha sabar dan berfikir positif agar daya tahan tubuhnya tidak menurun dan bisa segera sehat **(DS, B26-27)** 2. DS berserah diri dan berdoa hanya kepada Tuhan atas apa yang telah menimpanya **(DS, B90-92)** | 1. Awalnya JM merasakan mentalnya menurun saat dinyatakan positif **(JM, B78-80)** 2. Kemudian JM berfikir jika dirinya terus memikirkan hal yang buruk otomatis kesehatannya akan ikut terganggu, lantas JM berusaha untuk berfikir positif **(JM, B94-96)** 3. JM berdoa dan berserah diri pada Tuhan dan merasa yakin bahwa dirinya akan segera bangkit dan sembuh dari virus covid **(JM, B40-43)** |
| Cara Bertahan *Survivor* dari Stigma Masyarakat | Stigma yang terjadi di masyarakat | 1. JS merasa dikucilkan dari lingkungan sekitarnya, terlihat seakan-akan covid adalah aib. **(JS, B43-44)** 2. Ketua RT tidak memperbolehkan JS untuk berinteraksi dengan yang lain **(JS, B72-73)** 3. Berserah pada Tuhan dan membuktikan bahwa dirinya mampu melalui covid agar nantinya dapat memberitahu masyarakat bahwa covid bukanlah suatu penyakit aib **(JS, B110-111)** | 1. DS merasa dikucilkan oleh masyarakat sekitar. Istri dan anaknya dijauhi oleh masyarakat dan saudaranya sendiri **(DS, B32-33)** 2. DS tidak ambil pusing dan tetap berfikiran positif pada pandangan ataupun perlakuan buruk masyarakat **(DS, B44-45)** 3. Dengan cara berdoa dan meminta kekuatan Tuhan DS bisa menguatkan istri dan anaknya dari pandangan buruk masyarakat **(DS, B56-57)** | 1. Masyarakat tetap mendukung dan berdoa agar JM pulih kembali **(JM, B94-96)** 2. Walaupun tidak bisa kontak fisik langsung, JM masih tetap berhubungan baik lewat WA pada masyarakat di lingkungan sekitarnya **(JM, B46-47)** 3. Tidak adanya diskriminasi atau stigma negatif masyarakat kepada JM dan keluarga **(JM, B103-105)**JM selalu dibantu oleh para tetangganya saat sedang kesulitan **(JM, B110-111)** |

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan dari hasil penelitian yang telah didapatkan dari ketiga partisipan yang menjadi *survivor covid*-19. Ketiga partisipan memiliki perasaan yang sama pada saat awal terpapar *covid* dan memiliki cara bertahannya masing-masing untuk bisa bangkit dari virus tersebut, serta memiliki pandangan serta perlakuan yang berbeda pada lingkungan sekitarnya. Selanjutnya, mengenai hasil penelitian yang disimpulkan dalam tabel komparasi antar ketiga partisipan, maka lebih lanjut akan di uraikan dalam pembahasan ini.

Permasalahan awal *survivor* terpapar *covid-19* pada partisipan JS mulai terpapar pada bulan April yang saat itu awalnya dinyatakan reaktif, kemudian setelah melakukan test yang lainnya JS dinyatakan positif. Selanjutnya, pada partisipan DS awal mula terpapar covid pada bulan Maret dimana awalnya dinyatakan reaktif, kemudian setelah melakukan test yang lainnya DS dinyatakan positif covid. Adapun permasalahan awal yang sama yang terjadi pada partisipan JM. Dimana pada bulan Maret, JM dinyatakan reaktif setelah melakukan *rapid test* dan kemudian dinyatakan positif covid pada saat melakukan test yang lainnya.

Ketiga partisipan menganggap bahwa dirinya adalah orang tanpa gejala yang tiba-tiba mendapatkan virus tersebut setelah melakukan kegiatan pertemuan dengan orang-orang banyak. Dalam hal ini sesuai de ngan klasifikasi gejala covid-19 yang telah dijelaskan oleh Isbaniah (2020) salah satu klasifikasi gejala dari covid-19 yaitu Orang Tanpa Gejala (OTG), individu yang termasuk dalam klasifikasi ini adalah orang yang tidak bergejala yang memiliki resiko tertular covid-19 dengan melakukan kontak erat dengan orang yang terinfeksi covid-19. Dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan mendapatkan virus tersebut dari kegiatan yang dimana didalam kegiatan tersebut terdapatnya orang yang sudah terinfeksi virus covid-19.

Rojas (2005), mengungkapkan bahwa resiliensi sebagai kemampuan menghadapi tantangan, resiliensi akan tampak ketika seseorang menghadapi pengalaman yang sulit dan tahu bagaimana menghadapi atau beradaptasi dengannya. Teori tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang didapatkan oleh peneliti terhadap ketiga partisipan dalam gambaran resiliensi para *survivor covid-19* dalam penelitian ini. Pada partisipan pertama yaitu JS awal dirinya dinyatakan positif covid-19 oleh petugas kesehatan di rumah sakit JS merasakan perasaan yang sedih dan tidak percaya bahwa dirinya akan terpapar virus tersebut. Akan tetapi setelah JS berserah diri dan memohon kepada Tuhan kemudian dirinya bisa menghadapi penyakit tersebut dan bisa bangkit hingga saat ini.

Selanjutnya pada partisipan DS juga terlihat bahwa DS adalah orang yang sabar dalam menghadapi sesuatu hal buruk yang sedang menimpa dirinya. Pada saat DS mengetahui bahwa dirinya telah terpapar covid-19, DS menerimanya dengan sabar dan beranggapan bahwa semuanya hanyalah ujian dan cobaan dari Tuhan. Setelah itu DS percaya bahwa dirinya bisa berjuang melewati virus tersebut walaupun istri dan anak DS selalu memikirkan dirinya namun DS bisa tetap menguatkan istri dan juga anak-anaknya.

Hal yang sama yang dirasakan oleh partisipan JM pada hasil penelitian dijelaskan bahwa JM awal nya merasa takut dan sedih bisa terpapar virus covid-19 tersebut, terlebih lagi JM selalu mengkhawatirkan anak-anaknya. Kemudian seiring berjalannya waktu, JM bisa menerima bahwa kondisi tersebut adalah cobaan dan ujian yang diberi Tuhan untuk JM agar JM bisa melewatinya. JM pun tetap berfikiran positif dan berdoa agar Tuhan bisa menguatkan dirinya. Dilihat dari pernyataan ketiga partisipan dari hasil penelitian ini, sesuai dengan apa yang terdapat dalam teori Santrock (2015), yang menjelaskan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu menyesuaikan diri secara positif untuk pencapaian hasil yang lebih baik ketika menghadapi sesuatu yang sulit.

Ketiga partisipan memiliki pemikiran bahwa dengan memikirkan hal positif itu akan bisa membantu meningkatkan imun tubuh. Oleh sebab itu ketiganya selalu berfikiran positif. Dalam hal ini di perkuat dengan salah satu teori aspek resiliensi yang dikemukakan oleh Reivich dan Satte (2002), salah satu aspeknya adalah optimisme. Dalam aspek ini dinyatakan bahwa individu berkemampuan dapat mengubah sesuatu yang dihadapi menjadi lebih baik. Individu memiliki harapan akan masa depan dan dapat mengontrol arah kehidupannya, sehingga membuat fisik menjadi lebih sehat dan tidak mudah mengalami depresi.

Dari pernyataan di atas, dapat disimpulkan bahwa ketiga partisipan memiliki pikiran yang positif yang memudahkan ketiganya bertahan dari kondisi sulit dan bisa bangkit melawan covid-19. Hal ini juga dapat diperkuat dengan adanya teori Resnick, Gwyther, dan Roberto (2011) pada salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi yaitu emosi positif dimana dinyatakan bahwa emosi positif yang dimiliki individu memungkinkan individu untuk bereaksi dengan emosi positif dan tenang saat menghadapi permasalahan yang dihadapinya dengan efektif.

Lestari (2020), menyatakan bahwa dalam pandemi covid-19 yang terjadi saat ini turut memunculkan permasalahan sosial, yakni salah satunya stigmatisasi yang secara definitif berarti pencirian negatif pada seseorang. Hal tersebut sangat relevan terjadi pada kedua partisipan dalam penelitian ini untuk bisa bertahan dari stigma masyarakat. Kedua partisipan tersebut ialah JS dan DS. Telah dijelaskan pada hasil penelitian bahwa JS dan DS merasakan perlakuan yang negatif dari masyarakat di lingkungan sekitarnya yaitu dikucilkan, menjadi buah bibir masyarakat maupun sampai masuk berita di dunia media sosial, sampai-sampai dilarang menggunakan fasilitas umum. Hal tersebut juga sangat relevan dengan teori dari Hervita (2020) yang menyatakan bahwa stigmatisasi yang diterima oleh para *survivor* covid-19 yaitu berbagai wujud perlakuan seperti menjadi buah bibir atau digosipkan, dikucilkan, dirundung di media sosial, diusir, hingga dilarang menggunakan fasilitas umum adalah beberapa contoh stigmatisasi yang sering terjadi di masyarakat saat ini.

Berbeda halnya dengan partisipan JM, dirinya mengungkapkan bahwa semua warga di lingkungan RT nya tidak ada yang mendeskriminasi dirinya. Sehingga JM sangat bersyukur kepada Tuhan karena telah memberikan lingkungan yang terdapat orang-orang baik disekitarnya, warga disekitarnya sangat membantu JM pada saat JM terpapar covid-19. Selanjutnya, JM sangat menyayangkan tentang orang-orang di lingkungan lain yang masih mengucilkan orang-orang yang positif covid. JM merasa bahwa covid itu bukanlah suatu aib, yang mana seharusnya lingkungan sekitarlah yang berpengaruh dalam penyembuhan dan menjadikan semangat bagi para positif covid untuk bisa melawan virus tersebut. Jadi, dapat disimpulkan bahwa stigma di lingkungan masyarakat itu masih sering terjadi pada kondisi yang buruk yang sedang dirasakan oleh seseorang, JS dan DS mengalami hal tersebut. Berbeda halnya dengan lingkungan tempat tinggal JM yang tidak adanya perlakuan negatif dari masyarakat terhadap dirinya.

**Gambar 1.**

Bagan Dinamika Resiliensi

**COVID-19**

Optimisme

Dikucilkan

**Stigma Masyarakat**

**Kemampuan *Survivor* Melawan Stigma**

Berpikir Positif

Perundungan di sosmed

***Survivor Covid-19***

Ketahanan Emosi

Pengendalian diri yang baik

Dilarang menggunakan fasilitas umum

**RESILIENSI**

.

**KESIMPULAN**

Disimpulkan bahwa ketiga partisipan dalam penelitian ini merupakan para *survivor* yang telah bangkit dari salah satu virus yang sedang mendunia yaitu *covid*-19 yang dimana ketiga partisipa memiliki cara bertahannya masing-masing dalam melawan virus tersebut. Pada awal terpapar *covid*-19, ketiga partisipan dinyatakan reaktif pada saat melakukan *rapid test,* kemudian saat melakukan *test* kedua yaitu *swab test,* ketiga partisipan dinyatakan positif virus *covid*-19. Ketiga partisipan menyatakan bahwa dirinya adalah orang tanpa gejala yang tiba-tiba mendapatkan virus tersebut setelah melakukan kegiatan pertemuan dengan orang-orang banyak. Selajutnya tentang diskriminasi, dua orang partisipan mengalami adanya diskriminasi dari warga sekitar tempat tinggalnya. Akan tetapi pada satu orang partisipan tidak mengalami diskriminasi dikarenakan lingkungannya adalah orang-orang yang baik, peduli sesama lingkungan, dan saling memahami.

Pada kesimpulan akhir mengenai bagaimana resiliensi dari ketiga partisipan yaitu, ketiganya memiliki emosi positif dalam menghadapi virus covid-19 saat itu, ketiga partisipan juga memiliki regulasi emosi yaitu dimana semua partisipan memiliki kemampuan untuk tetap tenang walaupun sedang berada dalam kondisi yang tidak baik-baik saja, hal ini dikarenakan ketiga partisipan meyakini bahwa jika dirinya tetap tenang secara tidak langsung akan membantu imun tubuhnya agar tidak menurun dan yang terakhir, ketiga partisipan memiliki kemampuan optimisme yang tinggi, ketiganya dapat mengendalikan tekanan-tekanan yang menimpa dirinya dari permasalahan yang utama yaitu virus *covid*-19 dan juga dalam permasalahan stigma masyarakat di lingkungan sekitarnya..

**DAFTAR PUSTAKA**

Anggraini, W., Hendriani, W. (2015). Resiliensi Istri Terhadap Perubahan Kondisi Suami Menjadi Penyandang Disabilitas Fisik. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. Vol.4(1). Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.

Aprilia, W. (2013). Resiliensi dan Dukungan Sosial pada Orang Tua Tunggal (Studi Kasus pada Ibu Tunggal di Samarinda). *Jurnal Psikoborneo*. Vol.1(3). Samarinda: Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman.

Arikunto, S. (2013). Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta

Baruni, S. (2020). Update Kasus Positif Covid-19 DIY Hari Ini 31 Agustus 2020. Angka Kesembuhan di Bantul Melonjak. *Portaljogja.com*. Diakses 31 Agustus 2020 dari <https://portaljogja.pikiran-rakyat.com/yogyaistimewa/pr-25710631/update-kasus-positif-covid-19-diy-hari-ini-31-agustus-2020-angka-kesembuhan-di-bantul-melonjak>.

Barzilay, Ran, Moore, Tyler, M, Greenberg, David, M, DiDomenico, Grace, E., Brown, Lily, A., White, Lauren, K., …, Gur, Raquel, E. (2020). *Resilience, COVID-19-related stress, anxiety and depression during the pandemic in a large population enriched for healthcare providers*. Translational Psychiatry. 20(291).

Bogar, C., B. (2006) *Resiliency Determinants and Resiliency Processes Among Female Adult Survivors of Childhood Sexual Abuse*. Journal of Counseling & Developmet Vol.84(1). American Counselling Association.

Dar, Shabir, Ahmad, Khurshid, Syed, Quibtiya, Wani, Zahid, Ahmad, Khanam, Aaliya, Haq, Inaamul, Shah, Nazir, Naveed, …, Mustafa, Hena. (2020). *Stigma in coronavirus disease-19 survivors in Kashmir, India: A cross-sectional exploratory study*. Journal of Plos One. San Francisco: Plos One. doi:10.1371/journal.pone0240152

Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Remaja. Rosdakarya.

Gugus Tugas Penanganan Covid-19. (2020). *Peta Sebaran Kasus Covid-19*. Diakses 31 Agustus 2020 dari <https://covid19.go.id/peta-sebaran>

Handayani, Diah, dkk. (2020). *Penyakit Virus Corona 2019.* Jurnal Respirologi Indonesia. Vol. 40 (2). Jakarta: Perhimpunan Dokter Paru Indonesia

Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis : Sebuah Pengantar. Edisi Pertama*. Cetakan ke-1. Jakarta: Prenadamedia Group (Divisi Kencana)

Taufik, I. (2012). *Urgensi Peningkatan dan Pengembangan Resiliensi Siswa di Sumatera Barat*. Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan Pedagogi. Vol.12(2). Padang: Universitas Negeri Padang

Ihsanuddin. (2020). Fakta Lengkap Kasus Pertama Virus Corona di Indonesia. *Kompas.com*. Diakses 3 Maret 2021 dari <https://nasional.kompas.com/read/2020/03/03/06314981/fakta-lengkap-kasus-pertama-virus-corona-di-indonesia?page=all>

Rahardjo, Wahyu, Qomariyah, Nurul, Mulyani, Indah, Andriani, Inge. (2020). *Social media fatigue pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19: Peran neurotisisme, kelebihan informasi, invasion of life, kecemasan, dan jenis kelamin*. Jurnal Psikologi Sosial. Depok: Universitas Indonesia

Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The resilience factor. Seven keys to finding your inner strength and overcoming life’s hurdles*. New York: Broadway Books.

Rosyanti, Lilin, Hadi, Indriono. (2020). *Dampak Psikologis dalam Memberikan Perawatan dan Layanan Kesehatan Pasien COVID-19 pada Tenaga Profesional Kesehatan*. Health Information : Jurnal Penelitian. Vol. 12(1). Kendari : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari.

Rofik, M., Ainur, Matulessy, Dr. Andik, Ul’Haque, Sayidah, Aulia. (2020). *Penggunaan Emotion Focused Coping Dengan Resiliensi Warga Surabaya dalam Menghadapi Covid-19.* Jurnal. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Winston, T. (1997). Introduction to Case Study. *The Qualitative Report*, 3(2).

Yuliana. (2020). *Corona Virus diseases (Covid-19); sebuah tinjauan literatur*. Jurnal Wellnes & Healthy Magazine. Vol. 2(1). Lampung: Universitas Lampung.

Li Qun, dkk. (2020). *Early Transmission Dynamics in Wuhan, China, of Novel Coronavirus–Infected Pneumonia*. The New England Journal of Medicine. Vol. 382(13). Massachusetts: Massachusetts Medical Society.

Putri, G. (2020). WHO Resmi Sebut Virus Corona Covid-19 sebagai Pandemi Global. *Kompas.com*. Diakses 12 Maret 2021 dari <https://www.kompas.com/sains/read/2020/03/12/083129823/who-resmi-sebut-virus-corona-covid-19-sebagai-pandemi-global?page=all>

Sahoo, Swapnajeet, Mehra, Aseem, Suri, Vikas, Malhotra, Pankaj, Yaddanapudi, Narayana, Puri, Goverdhan, Dutt, Grover, Sandeep. (2020). *Lived experiences of the Corona Survivors (patients admitted in COVID wards): A Narrative real-life documented summaries of internalized guilt, shame, stigma, anger*. Asian Journal of Psychiatry. 53(1). doi:10.1016/j.ajp.2020.102187.

Saputra, A. (2020). *Upaya Pemerintah Tanggulangi Krisis Covid-19 Selama 6 Bulan Diklaim Membuahkan Hasil, Ini Kata Wiku*. Diakses 10 November 2020 dari <https://health.grid.id/read/352321384/upaya-pemerintah-tanggulangi-krisis-covid-19-selama-6-bulan-diklaim-membuahkan-hasil-ini-kata-wiku?page=all>

Saputri, Andini, Valentina, Tience Debora. (2018). *Gambaran Resiliensi Pada Perempuan Dengan Kanker Payudara*. Jurnal Psikologi Udayana. Edisi Khsus Psikologi Positif. Denpasar: Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.

Soeklola. (2020). *Kesehatan Mental dalam Kondisi Pandemik Virus Corona*. Diakses 10 November 2020 dari <https://www.alomedika.com/kesehatan-mental-dalam-kondisi-pandemik-virus-corona>

Sugihantono, Anung, Burhan, Erlina, Samuedro, Erlang, Aryati, Rinawati, Weny, Sitompul, Pompini Agustina, … , Sumiwi, Maria Endang. (2020). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disesase (COVID-19)*. *Revisi ke – 4*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

Utami, Cicilia Tanti, Helmi, Avin Fadilla (2017). *Self-Efficacy dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analisis*. Jurnal Buletin Psikologi. Vol.25(1). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

Utomo, A. (2020). Wabah Virus Corona, WHO Umumkan Status Darurat Dunia. *Kompas.com.* Diakses 31 Januari 2021 dari <https://internasional.kompas.com/read/2020/01/31/07170481/wabah-virus-corona-who-umumkan-status-darurat-dunia?page=all>

Utomo, A. (2020). WHO Umumkan Nama Resmi untuk Virus Corona : Covid-19.  *Kompas.com*. Diakses 11 Februari 2021 dari <https://internasional.kompas.com/read/2020/02/11/23170631/who-umumkan-nama-resmi-untuk-virus-corona-covid-19>

Worldometers.info.(2020). *Coronavirus Update*. Diakses 31 Agustus 2020 dari <https://www.worldometers.info/coronavirus/>

Zhang, Jie, Yang, Zhen, Wang, Yiao, Li, Juan, Dong, Lili, Wang, Fusheng, … , Zhang, Jinping. (2020). *The relationship between resilience, anxiety and depression among patients with mild symptoms of COVID-19 in China: A cross-sectional study*. Journal of Clinical Nursing. Vol.29(21-22). Oxford: John Wiley & Sons, Ltd