

## GAMBARAN RESILIENSI PADA ISTRI KORBAN COVID-19

Aniyatuzzulfa<sup>1</sup>, Dianita Febriyanti<sup>2</sup>, Nadia Alfiyyatus Sholihah Fadli<sup>3</sup>,  
Ardana Reswari Miranda Ningrum<sup>4</sup>, Fathul Lubabin Nuqul<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia.

<sup>5</sup> *Corresponding author:* lubabin\_nuqul@uin-malang.ac.id

### ABSTRACT

*Covid-19 occurred in 2019-2021 made many deaths in around the world. Therefore, many families have lost their members. Losing family members will result in grief and role changes. This study aimed to reveal a picture of the resilience experienced by wives who lost their husbands died due to exposure to Covid-19. This study uses Qualitative method with a Phenomenological Strategy, involving a 29-year-old as a respondent or subject. The results show descriptions of a strong effort from subject as a wife which suffering because lost a husband to get out of adiscard difficult situation. Self-esteem, spirituality, and positive emotions are factors owned by the wife to achieve a resilient itself. The external support factors as External factors that support are children's presence and support from people around, such as family and friends.*

**Keywords:** Resilience, Covid-19, Wife, Role.

### ABSTRAK

Covid-19 yang terjadi pada tahun 2019-2021 telah mengakibatkan banyak kematian di dunia, karenanya, banyak keluarga kehilangan anggotanya. Kehilangan anggota keluarga akan mengakibatkan kesedihan dan perubahan peran. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap gambaran resiliensi yang dialami oleh istri yang suaminya meninggal dunia akibat terpapar Covid-19. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, pendekatan Fenomenologi, dengan melibatkan seorang subjek berusia 29 tahun sebagai responden. Hasilnya menunjukkan gambaran adanya upaya yang kuat dari istri yang ditinggal suaminya untuk keluar dari situasi yang sulit. Harga diri, spiritualitas, dan emosi positif merupakan faktor yang dimiliki oleh istri untuk mencapai diri yang resilien. Faktor eksternal yang mendukung adalah keberadaan anak dan dukungan dari orang sekitar seperti keluarga dan teman.

**Kata Kunci:** Resiliensi, Covid 19, Peran Istri.

### LATAR BELAKANG

Dari beberapa kasus yang dilaporkan pada tahun 2018, KPAI mendapati kasus yang berada di urutan teratas, yaitu kasus Anak Berhadapan dengan Hukum (ABH) mencapai

1.434 kasus. Sepanjang tahun 2018, kasus ABH didominasi oleh kasus kekerasan seksual yang mana korban didominasi oleh anak perempuan (Setiawan, 2019).

Kehilangan pasangan hidup akibat terpapar Covid-19 adalah hal yang sulit bagi seseorang. Hal ini dikarenakan keluarga dari korban Covid-19 diharuskan untuk menjalani isolasi mandiri sehingga harus berpisah dari keluarga lain dan juga masyarakat. Penyintas Covid-19 yang menjalani isolasi mandiri akan mengalami kesepian (Maulidya & Hendriani, 2021). Hal tersebut menambah duka bagi keluarga korban Covid-19 karena tidak bisa mendapatkan dukungan secara langsung dari keluarga, teman, dan masyarakat sekitar. Perpindahan tanggung-jawab dari pasangan yang meninggal juga menjadi beban tersendiri bagi pasangan yang ditinggalkan. Lebih lanjut Widyataqwa dan Rahmasari (2021) mengungkapkan bahwa dampak dari kehilangan pasangan adalah pelimpahan tanggung jawab pasangan, suami yang meninggal akan berpindah tanggung-jawab kepada istri seperti tanggung-jawab mengurus kebutuhan finansial, mengurus anak, dan membuat keputusan. Namun masyarakat cenderung tidak mengerti kondisi tersebut dan malah memberikan tekanan yang membuat seseorang makin terpuruk dengan menyematkan stigma negatif. Zandifar (dalam Maulidya & Hendriani, 2021) mengatakan bahwa stigma dan diskriminasi dari masyarakat menjadi tekanan tersendiri bagi orang yang menjalani isolasi akibat Covid-19.

Meskipun dianggap berat, pasangan yang ditinggalkan korban meninggal dunia Covid-19 akan mengembangkan kemampuan khusus demi melanjutkan hidup. Kemampuan tersebut adalah resiliensi. Resiliensi adalah kemampuan individu dalam beradaptasi dengan keadaan menekan sehingga dia mampu mengatasi kesulitan dan mampu berfungsi secara optimal (Perdana, 2018). Menurut Septiana (2018) resiliensi adalah kemampuan dalam mengatasi dan beradaptasi terhadap segala permasalahan dan tekanan sehingga dapat bangkit menjadi individu yang lebih baik dalam berperilaku, berhubungan sosial dan tingkat pertahanan yang lebih baik sehingga dapat melanjutkan

hidup secara sehat. Pendapat yang lain menyebut resiliensi sebagai kemampuan bertahan atau kemampuan positif untuk menghadapi fase tersulit dalam hidup (Balqis, 2020). Lebih lanjut Reivich dan Shatte (dalam Firaessy, 2015) mengemukakan 7 aspek seseorang mempunyai resiliensi yang baik. Pertama, Regulasi Emosi, hal ini yang membuat seseorang yang mengalami masalah tetap mampu mengontrol emosinya dan bertindak dengan menggunakan kemampuan positif yang ada dalam dirinya. Kedua, Kontrol Impuls, yang terkait dengan kemampuan untuk menunda mendapatkan kepuasan yang bisa berakibat lebih buruk. Ketiga, optimisme, yang terkait dengan harapan dan kepercayaan individu tentang teratasinya kesulitan yang dihadapi. Keempat, kemampuan analisis klausal, yang merupakan penyebab permasalahan dapat terjadi. Kelima, empati, yang terkait kemampuan individu mengidentifikasi perilaku nonverbal orang lain. Keenam, efikasi diri, yang merupakan keyakinan diri untuk mengatasi masalah. Ketujuh, Pencapaian yaitu keberanian untuk mencoba hal-hal baru untuk mendapatkan hasil yang lebih baik. Selain itu, sebagian ahli juga memaparkan tentang pentingnya hubungan antara kecerdasan emosional dan penerimaan diri (Yusri & Herawaty, 2021).

Resiliensi banyak diteliti pada individu yang mengalami pandemi dan bencana lainnya. Pattipeilohy, Pattiselano dan Mardiatmoko (2019) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa resiliensi dibutuhkan oleh korban bencana banjir sehingga ketika bencana banjir berlalu, korban dapat tetap hidup stabil atau bahkan lebih baik serta menjadikan para korban lebih tanggap darurat sehingga ketika menghadapi bencana yang sama, mereka mampu menghadapinya dengan pengalaman yang telah dimiliki sebelumnya. Orang-orang yang menjadi korban bencana alam secara signifikan dapat terdampak fisik, psikologis maupun sosialnya, sehingga diperlukan upaya berupa resiliensi

untuk dapat bangkit dari kondisi tidak menguntungkan tersebut (Sasmita & Afriyenti, 2019). Resiliensi juga diperlukan bagi individu yang memiliki masalah personal, misal pada remaja dengan perawakan pendek dan problem gizi (*stunting*). Sari dan Hernawaty (2017) mengungkap dalam penelitiannya bahwa remaja *stunting* memerlukan resiliensi yang tinggi sehingga mampu bangkit dan bertahan dengan kondisi yang dimiliki, sebaliknya jika remaja tersebut memiliki resiliensi yang rendah maka dapat menimbulkan masalah psikososial yang parah seperti depresi dan menarik diri. Individu dengan tingkat resiliensi yang rendah, ketika menghadapi suatu permasalahan dapat menjadikannya sebagai pemicu stress dan pengalaman traumatis sehingga dapat menjatuhkannya pada keterpurukan (Atviyanto, Barida & Munandari, 2020). Hermansyah dan Hadjam (2020) juga mengungkap bahwa resiliensi yang baik diperlukan manusia sepanjang rentang hidupnya karena dalam rentang kehidupan tersebut, manusia pasti memiliki situasi yang membuatnya terpuruk, sehingga diperlukan resiliensi untuk mengurangi dan mengatasi dampak dari situasi tersebut.

Resiliensi pada diri seseorang tidak selalu berjalan lurus pada tahapan yang dinamis. Paling tidak ada 4 (empat) fase dalam proses resiliensi sebelum individu benar-benar tangguh dan keluar dari masalahnya, 1) Fase Memburuk, yang merupakan awal individu bangkit dari situasi sulit. Ditandai dengan perasaan sedih, marah, putus asa serta emosi negatif lainnya. 2) Fase Penyesuaian, yang merupakan upaya Individu menerima dan menyesuaikan situasi yang dihadapinya. Pada fase ini individu masih mungkin harus jatuh dan bangkit lagi. 3) Fase Pemulihan, merupakan fase mulai menuju sehat dan dapat mengendalikan diri serta tidak mudah terpengaruh oleh situasi. 4) Fase Berkembang, fase ini disebut sebagai inti dari resiliensi, setelah sebelumnya individu mampu melewati proses bertahan, bangkit

dan mengambil pelajaran dari pengalaman atau situasi sulit yang dihadapi (Widyataqwa & Rahmasari, 2021).

Beberapa temuan penelitian menunjukkan bahwa banyak berolah raga, mendapat dukungan sosial (dari keluarga, teman, dan orang penting lainnya), tidur lebih nyenyak, dan lebih sering berdoa dapat memunculkan resiliensi pada individu selama *lockdown*. Ketahanan psikologis juga dapat berperan dalam menghadapi pandemi terkait dengan memberi pengaruh positif pada berbagai faktor-faktor yang dapat dimodifikasi atau dapat diubah oleh usaha individu (Killgore, Taylor, Cloonan, & Dailey, 2020). Pada sisi lain, intervensi komunitas juga diperlukan dalam kondisi pandemi Covid-19 sebagai bentuk peningkatan Kesehatan mental dan keselamatan kerja (Arief dkk, 2021; Koamesah dkk, 2022). Hasil penelitian yang lain juga menunjukkan bahwa faktor budaya bersinergi dengan faktor neurologi memberikan pengaruh pada resiliensi selama pandemi covid 19 (Kaye-Kauderer, Feingold, Feder, Southwick, & Charney, 2021). Beberapa penelitian telah menunjukkan hubungan antara religiositas dan kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi, kepuasan, pencegahan perilaku kesehatan, dan kesehatan mental (Muliadi & Hidayat, 2022) yang di dalam aspek-aspek tersebut merupakan bagian penting dari resiliensi.

Masyarakat Indonesia mempunyai kekhasan dalam menjalankan peran misalnya seorang istri dituntut untuk menjadi tulang punggung keluarga saat ditinggal pasangan karena Covid-19. Dukungan masyarakat pada istri korban Covid-19 cenderung minim karena stigma pada masyarakat pada penderita Covid-19 beserta keluarganya, serta trauma-trauma saat pandemi (Abdullah, 2020). Padahal individu memerlukan lingkungan yang mendukung untuk dapat bangkit dari rasa duka dan kesulitan pandemi. Fenomena tersebut menjadi penting untuk ditelusuri lebih lanjut.

Tujuan dari penelitian ini adalah mengungkap gambaran resiliensi yang dialami oleh istri yang suaminya meninggal akibat terpapar Covid-19. Gambaran meliputi dampak kehilangan yang dirasakan serta proses resiliensi istri korban Covid-19 sehingga mampu bangkit dari kesulitan dan mampu melanjutkan kembali hidupnya secara optimal.

Penelitian ini didasarkan pada argumen bahwa seorang istri yang memiliki resiliensi selepas ditinggal meninggal suaminya dapat mengatasi tekanan dan rasa frustrasi yang dirasakan sehingga dapat menjadikan semua kesulitan yang dialami sebagai pengalaman hidup dan menjadikan pribadi yang lebih kuat secara mental pada masa depan.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Kualitatif dengan strategi dan pendekatan Fenomenologi. Fenomenologi merupakan suatu pendekatan yang menganalisis pengalaman unik atau khas dari individu sehingga memperoleh pengetahuan baru atau mengembangkan pengetahuan yang sudah ada dengan sistematis, kritis, tidak berdasarkan pada prasangka serta menggunakan langkah-langkah yang logis (Hajaroh, 2010). Pemilihan fenomenologi sebagai metode dalam penelitian ini karena fenomena resiliensi pada istri korban Covid-19 ini adalah pengalaman yang khas dan tidak dialami oleh semua orang.

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah seorang wanita berusia 29 tahun, berinisial H, yang merupakan istri dari korban Covid-19. Subjek dulunya adalah seorang ibu rumah tangga dan kini harus bekerja menggantikan posisi suaminya sebagai kepala keluarga demi membiayai kehidupan dirinya dan putrinya. Pekerjaan yang dijalani subjek saat ini adalah membuka jasa *henna artist* dan terkadang menjadi model untuk busana pengantin. Subjek saat ini tinggal berdua bersama putrinya yang masih berusia 5 tahun. Peneliti memilih subjek tersebut

karena subjek terlihat sebagai individu yang resilien selepas peninggalan suaminya satu tahun yang lalu sehingga memenuhi kriteria untuk mencapai tujuan penelitian ini sesuai dengan kaidah teknik *Purposive Sampling*.

Teknik pengambilan data penelitian ini adalah menggunakan wawancara. Wawancara merupakan proses memperoleh informasi untuk mencapai tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan yang diwawancarai dengan atau tanpa pedoman wawancara (Iryana & Kawasati, 2019). Jenis wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam. Menurut Iryana dan Kawasati (2019) dalam wawancara mendalam strukturnya lebih bebas karena peneliti dapat bertanya tanpa pedoman sehingga dapat menggali informasi lebih mendalam dari subjek. Wawancara mendalam diharapkan dapat mengungkap informasi mengenai proses resiliensi yang dialami subjek terutama yang berhubungan dengan pengalaman internal seperti emosi, perasaan dan motivasi subjek. Wawancara dilakukan selama kurang lebih dua jam dalam satu hari. Peneliti juga melakukan observasi tidak langsung, non-partisipan, kurang lebih selama dua bulan melalui pesan teks dan pesan suara yang dikirimkan subjek.

## **HASIL PENELITIAN**

### **Gambaran Resiliensi**

Berdasarkan penelitian ini, gambaran resiliensi pada istri korban Covid-19 ditunjukkan dengan kemampuan subjek dalam regulasi emosi dengan cara mengontrol emosi agar tidak meluap dan meledak-ledak dengan cara menahan dan beristighfar. Ketika subjek kewalahan dengan emosi marah, subjek memilih mengekspresikannya dengan menangis. Kondisi ini tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut :

[...] *Selama ini saya merasa saya sudah berusaha mengontrol emosi sebaik apapun, istilahnya sudah.* (W.S1.14) [...] *Sudah*

*berusaha sebisa mungkin itu nggak meluapkan emosi yang meledak-ledak atau kayak gimana itu nggak, istilahnya itu masih bisa apa menahan, istighfar, Astaghfirullah. (W.S1.15)*

*[...] mungkin ketika aku sangat-sangat marah atau apa itu aku menangis. (W.S1.16)*

Selain regulasi emosi, resiliensi subjek juga ditunjukkan melalui kemampuannya dalam mengontrol impuls atau menunda kepuasan dengan mengontrol dorongan dalam dirinya. Saat sedang merasakan emosi atau amarah yang besar subjek tidak pernah sampai membahayakan atau mencelakai dirinya sendiri. Subjek juga tidak pernah melampiaskan amarahnya tersebut kepada anak maupun orang lain. Kondisi ini tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut :

*[...] nggak pernah. (W.S1.17)*

Gambaran resiliensi subjek juga ditunjukkan melalui sikap optimisme dalam dirinya. Dalam menghadapi kesulitan ini, subjek percaya bahwa semua ini adalah takdir Allah SWT dan ini merupakan bentuk kasih sayang-Nya. Subjek mengungkapkan ketika subjek berpikir positif tentang takdir yang diberikan Allah tersebut maka subjek merasa lebih tenang sehingga dapat mengurangi kesedihan yang dirasakan. Kondisi tersebut tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut :

*[...] semua kan Allah yang kasih takdir kayak gini, Allah juga yang bantu, Allah nggak bakalan membiarkan hambaNya kesulitan, kesulitan bagian dari kasih sayang. Jadi cuma bentengnya dari itu sih. Kalau misalnya nggak dari itu, kita itu kayak gimana ya kayak “Ya Allah kenapa sih secepat ini, kenapa sih..” tapi kalau kita sudah “Ya Allah memang Allah sudah takdirkan seperti ini” itu Alhamdulillah bisa tenang sih. (W.S1.29)*

Selain itu, sikap optimisme subjek ditunjukkan melalui harapannya untuk memiliki kehidupan yang lebih baik bersama sang anak. Subjek berharap dapat menemukan jodoh dan ayah yang baik untuk anaknya. Subjek juga berharap rumah tangganya kelak berjalan lebih baik dan subjek bisa memberikan pendidikan yang baik untuk anaknya. Kondisi tersebut tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut :

*[...] harapannya sih bisa hidup lebih baik lagi, menata hidup lagi untuk apa ya kalau almarhum suami kan Insya Allah baik kan ya, Insya Allah husnul khotimah. Nah kayak saya yang masih hidup sekarang kan belum pasti mudah-mudahan ke depannya bisa menjalani kehidupan dengan baik, misalkan ada jodoh lagi, rumah tangga Insya Allah juga lebih baik, harapannya juga anak bisa dapat ayah yang baik, dapat pendidikan yang baik, kehidupan yang baik, ya semua lah. (W.S1.45)*

Gambaran resiliensi subjek selanjutnya ditunjukkan melalui kemampuan dalam mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah. Saat mendapat stressor dari luar seperti stigma negatif atau pandangan negatif dari orang sekitar dan keluarga mengenai pekerjaannya sebagai model busana pengantin. Subjek menangani dengan memberikan pengertian kepada keluarga mengenai kondisinya saat ini bahwa dia perlu bekerja untuk mencukupi kebutuhan dirinya dan anak. Subjek juga mengungkapkan bahwa jika ada pekerjaan lain yang lebih baik dari model, subjek pasti akan memilih pekerjaan tersebut karena subjek sendiri tidak ingin serius pada pekerjaan tersebut. Selain itu, subjek juga memandang bahwa orang-orang yang mengatakan hal negatif tentang dirinya tidak bisa memenuhi kebutuhannya, jadi subjek tidak memperdulikan ucapan-ucapan mereka dan fokus menghibur diri. Subjek menganggap yang penting baginya adalah tidak melakukan hal aneh atau hal yang menyimpang saat bekerja, karena itu subjek

tidak peduli orang-orang berbicara negatif tentang dirinya. Kondisi ini tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*[...] berusaha ngasih pengertian sama keluarga sama yang lain. Posisi saya sekarang sampai kayak gini. Kemudian apa ya, menghibur diri, apa ya maksudnya pikiranku ya udahlah, yang penting aku nggak macem macem gitu, aku nggak melakukan hal yang aneh-aneh. Aku bekerja untuk anak, gini selesai, sudah pulang. Aku udah nggak lagi peduli sama omongan orang, ya karena orang-orang nggak bisa istilahnya mencover kebutuhan - kebutuhanku selama ini kan, jadi yawes ya apa. Cuma misalkan ada pekerjaan lain yang lebih ini ya, saya pasti memilih yang lain, nggak pengen serius disitu lah memang (W.S1.11)*

Selain itu, subjek yang menerima stigma negatif dari orang-orang sekitarnya karena pekerjaan sampingannya sebagai model. Kini akhirnya tidak lagi berfokus pada pekerjaan tersebut dan lebih fokus pada pekerjaan utamanya yaitu henna pengantin. Kondisi ini tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*[...] nggak, saya fokus di pekerjaan yang lain. (W.S1.12)*

*[...] henna. (W.S1.13)*

Gambaran resiliensi subjek selanjutnya ditunjukkan melalui kemampuan berempati subjek yang ditunjukkan pada orang-orang yang juga berada di posisi yang sama seperti dirinya. Subjek merasa dirinya masih beruntung karena dapat menyaksikan dan mendampingi suaminya sampai akhir. Subjek juga merasa beruntung karena keluarga dan tetangganya dapat membantu merawat jenazah suaminya. Ketika melihat keluarga korban Covid-19 lain yang tidak bisa merawat, mendampingi dan mengantar keluarganya sampai ke peristirahatan terakhir. Subjek merasa sesak dan sedih membayangkan

betapa beratnya di posisi mereka. Kondisi ini tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*[...] pasti berat ya, posisi orang kan pasti beda-beda ya dan saya termasuk yang beruntung masih bisa menyaksikan suami saya hingga saat terakhir. Keluarga juga masih bisa merawat jenazah dan sebagainya. Tetangga ataupun siapa masih bisa berbuat baik. Nah untuk orang-orang yang lain, yang nggak bisa lihat saat-saat terakhir keluarganya, saat untuk merawat jenazah bahkan untuk mengantar ke peristirahatan terakhir. Ya Allah itu rasanya kayak gimana ya, nggak ikut merasakan itu rasanya nyesek gitu, apalagi kayak mereka yang mengalami itu pasti berat sih. (W.S1.46)*

Gambaran resiliensi subjek selanjutnya ditunjukkan melalui kemampuan *self-efficacy* atau keyakinan subjek dapat mengatasi permasalahan yang dihadapi dengan kemampuan yang dimiliki. Subjek yang pada masa awal berduka mengalami kesulitan mengurus kebutuhan rumah tangga akhirnya dapat mengatasi kesulitan tersebut dengan menggunakan keterampilan yang dimiliki untuk membuat kue sehingga dapat menghasilkan uang. Kondisi ini tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*[...] Sempet bingung sih karena kan suami juga nggak ada, istilahnya pensiun atau apa itu kan nggak ada ya, cuma Alhamdulillahnya sebelumnya sudah pernah kayak bikin kue, sedikit-sedikit uang masih bisa berputar. (W.S1.3)*

Selain memenuhi kebutuhan dengan membuat kue, subjek kini juga bekerja dengan melakukan henna pada pengantin. Melalui pekerjaan tersebut. Subjek juga merasa senang karena dapat bekerja sesuai dengan hobinya sehingga dapat mengurangi beban yang dimiliki. Kondisi ini tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

[...] Terus saya sekarang apa ya hikmahnya, saya bekerja dengan hobi saya yang sekarang, jadi istilahnya itu tuh cukup membantu untuk saya itu nggak terlalu keberatan dengan beban untuk mencari nafkah, ketika saya henna gitu. (W.S1.39)

Selain itu, bentuk *self-efficacy* lain yang ditunjukkan adalah subjek sudah mulai memikirkan langkah selanjutnya yang akan diambil untuk masa depannya. Pada masa awal berduka subjek belum ada pikiran untuk menikah lagi, namun kini melihat kondisi dirinya dan anaknya yang mulai membutuhkan sosok ayah, subjek akhirnya mulai berpikir untuk menikah lagi. Kondisi ini tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

[...] Di awal - awal memang belum ada pikiran kesana ya, mungkin karena ya nggak tau ya Allah menunjukkan orang itu, sehingga saya punya pandangan "oh iya kayaknya saya bisa melangkah untuk menikah lagi. (W.S1.41).

### **Faktor Resiliensi**

Berdasarkan penelitian ini, ada beberapa faktor yang mempengaruhi resiliensi pada istri korban Covid-19. Faktor pertama yaitu *self-esteem* atau pandangan subjek terhadap dirinya. Subjek dapat dikatakan memiliki *self-esteem* yang baik karena dapat melihat sisi positif dan negatif dirinya ketika menghadapi kesulitan. Subjek memandang positif dirinya karena merasa sudah mulai terbiasa dengan kondisinya saat ini dan subjek juga memandang positif semua yang terjadi serta memasrahkannya pada Allah SWT. Pandangan negatif subjek terhadap dirinya adalah jika sebelumnya subjek memilih diam dan menurut, kini subjek berani mengeluarkan dan berbeda pendapat kepada orang tua. Kondisi ini tergambar melalui kutipan wawancara sebagai berikut:

[...]Saya bisa mengatakan saya positif dan negatif. Positifnya istilahnya saya sudah mulai terbiasa ya, meskipun akhir-akhir kemarin sempat ada apa ya nggak nyaman, sampai rasanya kayak stres yang kayak gimana gitu tapi sekarang saya memandang positif istilahnya karena semua saya pasrahkan sama Allah, apapun yang terjadi [...] Saya menganggap itu sisi negatif saya sih yang saat ini, karena apa ya, saya berani istilahnya mengeluarkan pendapat saya untuk saat ini, kalau dulu kan mungkin diem, nurut, kalau sekarang itu kesannya orangtua juga saya ini kayak membangkang. (W.S1.37 )

Faktor kedua yang memengaruhi resiliensi subjek adalah memiliki *social support* atau dukungan sosial yang positif dari lingkungan sekitarnya. Subjek mengungkapkan bahwa orang-orang sekitarnya sangat baik, perhatian dan peduli kepada dirinya sehingga hal itu dapat membantu dirinya dalam mengendalikan emosi. Kondisi ini tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

[...]Alhamdulillah sejauh ini baik sih mbak, karena respon orang-orang juga sangat baik gitu, sangat peduli, sangat perhatian jadi, apa ya lingkungan sekitar saya Alhamdulillahnya positif semua, jadi mungkin itu yang membantu saya untuk bisa lebih mudah mengendalikan emosi. (W.S1.22)

Selain itu, subjek juga memiliki *social support system* dari keluarga, teman dan tetangga yang senantiasa memberikan dukungan baik secara moril maupun materil. Dukungan moril yang diberikan teman dan tetangganya seperti memberikan kata-kata penyemangat, mengajak pergi untuk menghibur dan melupakan kesedihan yang dilakukan. Dukungan moril yang diterima dari keluarga terutama keluarga almarhum suami seperti memberikan kata-kata penguat, memberikan kepercayaan penuh, dan juga menganggap subjek seperti anak sendiri. Selain dukungan moril, keluarga almarhum

suami juga memberikan dukungan materiil seperti uang kepada subjek dan anaknya. Kondisi ini tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

[...]*banyak sih mbak, kayak dukungan materiil ya. Kayak "kamu itu kuat, kamu pasti bisa" ya dan sebagainya lah. Terus datang kerumah ngajak pergi, istilahnya biar aku enjoy biar nggak terus mengingat kesedihan duka. Jadi ya begitulah. Kadang diajak pergi, makan, apa gitu.* (W.S1.22)

[...]*Alhamdulillah semuanya saya dapatkan dari materiil, finansial, apa ya semua keluarga masih menganggap saya sebagai keluarganya, menganggap saya sebagai anaknya. Itu sangat-sangat memberikan saya energi bahwa apa ya.. Beliau semua itu masih baik sama saya, memberikan kepercayaan penuh dan sebagainya [...].* (W.S1.23)

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi resiliensi subjek adalah spiritualitas. Subjek mengaku semenjak meninggalnya suami, subjek menjadi lebih semangat dalam beribadah. Menurut subjek nasihat kematian merupakan nasihat paling menampar atau mendidik dengan keras karena hal itu mengingatkan bahwa kematian manusia bisa datang kapan saja. Berdasarkan pemikiran tersebut subjek merasa semangatnya untuk beribadah menjadi meningkat. Kondisi tersebut tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut.

[...] *iya, jelas itu, apalagi awal-awal ditinggal itu kayak apa ya, memang katanya orang gitu ya nasehat kematian itu memang yang paling menampar gitu ya, awal-awal gitu "Ya Allah gimana kalau misalkan tiba-tiba kita yang pergi.." Jadi kayak semangat untuk ibadah itu balik lagi karena manusia itu kadang ya begitulah naik turunnya iman.* (W.S1.35)

Bentuk spiritualitas lain yang ditunjukkan subjek adalah kepercayaannya bahwa Allah SWT tidak akan membiarkan hamba-Nya dalam kesulitan dan kesulitan yang diberikan

merupakan wujud kasih sayang-Nya. Kondisi ini tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

[...] *Ya cuma karena Allah sih, semua kan Allah yang kasih takdir kayak gini, Allah juga yang bantu, Allah nggak bakalan membiarkan hambaNya kesulitan, kesulitan bagian dari kasih sayang [...].* (W.S1.29)

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi resiliensi subjek adalah kebersyukuran. Ketika menghadapi kesulitan subjek merasa bersyukur diberikan kesempatan untuk memperbaiki diri. Awalnya subjek orang yang keras kepala dan suka membantah kini berusaha dan belajar menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Selain itu, subjek juga merasakan kebahagiaan saat berkumpul bersama teman dan tetangganya sehingga dapat membantu mengatasi kesulitan yang dihadapi. Kondisi ini tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut.

[...] *Ya... mungkin kebahagiaan-kebahagiaan kecil kayak sama tetangga, sama temen-temen gitu kan. Terus apa ya, bersyukur gitu Ya Allah... Allah masih ngasih kesempatan saya untuk memperbaiki diri dengan diambilnya almarhum gitu kan. Mungkin saya dulu orang yang keras kepala atau mungkin saya dulu tuh orang yang sedikit membantah gitu ya, tapi dari itu bisa apa ya, Ya Allah mungkin Allah ngambil ini biar aku bisa belajar untuk menjadi istri yang lebih baik, untuk menjadi pribadi yang apa ya lebih baik lagi.* (W.S1.33)

Selain berkumpul bersama teman-temannya, subjek juga merasa senang ketika melihat banyak orang yang perhatian dan sayang kepada anaknya. Kondisi ini tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut.

[...] *ya, kayak ngumpul-ngumpul terus lihat anak sama orang-orang itu perhatian sayang sama anak gitu.* (W.S1.34)

Selain keempat faktor di atas, ingatan subjek akan semangat almarhum suami ketika masih hidup dan juga faktor eksternal seperti anak turut mempengaruhi resiliensi subjek. Subjek mengaku ketika mengingat kedua hal itu subjek menjadi semangat dan mendapat motivasi untuk melanjutkan hidup. Kondisi ini tergambar dalam kutipan wawancara sebagai berikut :

*[... ] ya mungkin itu karena semangat dari almarhum suami ya. Ketika mengingat beliau itu saya merasa di dua posisi. Pertama itu kayak merasa “ Ya Allah aku kehilangan, aku kayak sedih, kayak merasa gimana,” Disisi lain aku semangat karena semangatnya beliau yang selama hidup begini begini, apa ya, berbuat baik, terus apa ya, hidupnya positif gitu ya, jadi saya itu kayak merasa “aku harus hidup lebih baik, [...]. (W.S1.30).*

*[...] tapi ketika disisi lain aku harus semangat , aku harus semangat hidup untuk anak ku dan semangat karena ya itu. (W.S1.31)*

## **PEMBAHASAN**

Hasil penelitian mengungkap gambaran resiliensi subjek H ditunjukkan dengan kemampuan mengendalikan emosi, mengontrol impuls, mengidentifikasi masalah, optimisme, efikasi diri, dan empati. Reivich dan Shatte (dalam Firaessy, 2015) mengatakan ada tujuh aspek dalam resiliensi. Aspek pertama, yaitu regulasi emosi atau kemampuan mengendalikan emosi. Pada hal ini bentuk mengendalikan emosi yang ditunjukkan subjek H adalah dengan beristighfar dan menangis. Aspek kedua yaitu kontrol impuls. Kemampuan mengontrol impuls yang ditunjukkan subjek H adalah meskipun merasakan emosi besar, subjek H juga tidak pernah membahayakan dirinya, anaknya maupun orang lain. Aspek ketiga yaitu optimisme atau keyakinan bahwa situasi sulit akan berganti menjadi lebih baik pada masa mendatang. Dalam hal ini subjek H

meyakini bahwa semua kesulitan adalah dari Allah SWT dan itu merupakan bentuk kasih sayang-Nya. Subjek H juga menunjukkan harapannya untuk memiliki hidup yang lebih baik bersama anaknya.

Aspek keempat yaitu analisis klausal atau kemampuan mengidentifikasi masalah. Kemampuan ini ditunjukkan subjek H melalui tindakannya memberi pengertian kepada keluarga dan orang sekitar saat menerima stigma negatif dari mereka mengenai pekerjaan model yang dilakukan. Saat ini subjek H juga tidak berfokus pada pekerjaan tersebut dan fokus pada pekerjaan henna pengantin. Aspek kelima yaitu empati atau kemampuan individu untuk berempati pada orang lain. Subjek H menunjukkan sikap empati kepada keluarga korban Covid-19 yang juga bernasib sama seperti dirinya. Subjek merasa beruntung karena bisa mendampingi suami hingga akhir dan berempati membayangkan rasa sakit yang dialami keluarga korban Covid-19 lain yang tidak bisa merawat serta mendampingi keluarga mereka hingga ke peristirahatan terakhir.

Aspek keenam yaitu kemampuan efikasi diri. Kemampuan ini ditunjukkan subjek H melalui kemampuannya mengatasi masalah kebutuhan rumah tangga dengan keterampilan membuat kue yang dimiliki untuk bisa menghasilkan uang. Subjek juga merasa beban yang dirasakan berkurang karena kini subjek dapat bekerja pada bidang yang sesuai dengan hobinya, yaitu henna. Aspek ketujuh adalah pencapaian yaitu kemampuan yang berkaitan dengan keberanian individu dalam mengatasi permasalahan dan melakukan hal-hal diluar kemampuan atau berani mencoba hal baru. Meskipun subjek telah memenuhi keenam aspek di atas, namun subjek belum bisa mencapai puncak dari resiliensi, yaitu pencapaian. Subjek mengaku masih kesulitan untuk mengambil keputusan bagi dirinya sendiri (W.S1.26). Selain itu, subjek juga mengaku belum berani mengambil risiko untuk menyelesaikan

masalah (W.S1.6). Meskipun demikian, subjek H dapat dikatakan telah resilien karena berhasil memenuhi keenam aspek yang diungkap Reivich dan Shatte (dalam Firaressy, 2015). Hal ini juga sejalan dengan penelitian Sholiha (2021) yang mengungkap aspek-aspek resiliensi istri selepas kematian suami adalah regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, analisis kasual, efikasi diri, empati, religiositas dan pencapaian.

Dalam penelitian Pratama dan Uyun (2014) mengungkap banyak cara yang dapat dilakukan seorang istri yang menjalankan peran sebagai orang tua tunggal karena perpisahan seperti kematian maupun perceraian agar dapat resilien, yaitu berpikir positif dan menganalisis permasalahan untuk mendapatkan solusi, memahami potensi dalam diri, dan memiliki optimisme untuk dapat meraih hidup yang lebih baik, serta memiliki empati yang baik agar dapat menjalin hubungan sosial yang positif dan berbagi kasih sayang dalam keluarga. Sehingga hal ini juga sesuai dengan subjek H yang menggunakan potensi dalam dirinya untuk memenuhi kebutuhan serta memiliki rasa optimis dan empati dalam diri sehingga mampu membuatnya menjadi individu yang resilien.

Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi subjek H adalah *self-esteem*, dukungan sosial, spiritualitas, dan emosi positif yang dirasakan subjek. Hal ini sesuai dengan teori Reisman, dkk (dalam Firaressy, 2015) yang mengungkap ada empat faktor yang mempengaruhi resiliensi seseorang. Faktor pertama yaitu *self-esteem*, yakni seseorang dengan *self-esteem* yang baik akan memudahkannya menghadapi kesulitan. Subjek H mengungkap bahwa dia dapat memandang dirinya positif dan negatif, yang artinya subjek memiliki pandangan yang baik terhadap dirinya sendiri sehingga memudahkannya melewati kesulitan. Faktor kedua yaitu dukungan sosial dari orang sekitar. Dukungan sosial berupa dukungan moral dan materil diterima subjek H dari

teman, keluarga maupun tetangganya sehingga memudahkannya melewati kesulitan. Faktor ketiga adalah spiritualitas atau kepercayaan individu bahwa Tuhan akan menolong hamba-Nya di setiap kesulitan. Kesulitan berupa kehilangan pasangan membuat subjek H menjadi lebih bersemangat dalam beribadah dan subjek juga percaya bahwa Allah tidak akan membiarkan hamba-Nya dalam kesulitan sehingga hal ini mengurangi kesedihan yang dirasakan selama masa sulit tersebut. Faktor terakhir yaitu emosi positif. Perasaan bahagia dan senang yang didapatkan subjek H dari orang sekitar memudahkannya melewati masa sulit yang dihadapi. Selain faktor-faktor di atas, faktor lain seperti anak dan ingatan akan semangat yang ditunjukkan almarhum suami ketika masih hidup menjadi kekuatan untuk melanjutkan hidup bagi subjek H.

Widyataqwa dan Rahmasari (2021) dalam penelitiannya mengungkap bahwa anak menjadi alasan besar bagi individu yang mengalami keterpurukan untuk bangkit dan sebagai kekuatan untuk menjadi individu yang resilien. Keberadaan anak dapat menjadi motivasi hidup bagi subjek H yang kehilangan pasangannya.

Faktor protektif dan faktor resiko juga turut berperan dalam resiliensi subjek H. Menurut Wright & Masten (dalam Paiesa, 2017) resiliensi seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor protektif dan faktor resiko. Faktor protektif merupakan faktor internal berupa kompetensi sosial dan penerimaan diri yang baik dan faktor eksternal berupa adanya dukungan dari keluarga, teman dan orang sekitar (Koroh & Andriany, 2020). Subjek H memiliki hubungan yang positif dengan lingkungan sosialnya. Dukungan sosial juga diterima dari keluarga, teman dan tetangga sekitar. Dalam penelitian Fernandez dan Soedagijono (2018) mengungkap bahwa dukungan dari keluarga, teman dan anak terhadap ibu tunggal seperti pemberian semangat, perhatian dan penghiburan dapat dijadikan sebagai faktor protektif yang

mendukung dan mempengaruhi proses adaptasi diri sehingga memudahkan individu untuk menjadi resilien.

Faktor kedua menurut Wright & Masten (dalam Paiesa, 2017) adalah faktor resiko, yaitu faktor yang memberikan dampak negatif atau pengaruh besar terhadap pertahanan diri individu ketika menghadapi masalah. Faktor resiko dapat muncul dari dalam diri individu, keluarga maupun masyarakat sekitar (Isabelle, 2012). Menurut Rahmawati (2012) konsep studi resiliensi dibangun melalui kajian individu yang memiliki faktor-faktor beresiko. Pada subjek H faktor resiko datang dari orang sekitar yaitu berupa pandangan negatif terhadap pekerjaan model yang dilakukan subjek. Riley dan Masten (dalam Rahmawati, 2012) menyebutkan bahwa faktor protektif merupakan faktor penyeimbang atau faktor yang menjadi pelindung dari faktor resiko pada individu resilien. Pandangan negatif dari keluarga diatasi subjek H dengan memberikan penjelasan kepada mereka bahwa subjek bekerja untuk memenuhi kebutuhan. Sementara pandangan negatif dari orang luar tidak dipedulikan subjek karena menurut subjek orang-orang tersebut tidak dapat memenuhi kebutuhannya. Subjek juga menyebutkan bahwa banyak orang di sekitarnya yang baik, perhatian, dan peduli kepadanya sehingga hal itu juga bisa membantunya dalam mengendalikan emosi. Sehingga dapat dikatakan bahwa faktor protektif dan faktor resiko mempengaruhi dan menumbuhkan resiliensi pada subjek H. Hal ini sesuai dengan penelitian Sholiha (2021) yang mengungkapkan bahwa resiliensi istri pasca kematian suami dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor protektif dan faktor resiko, tergantung pada latar belakang masing-masing individu.

Berdasarkan paparan tersebut dapat dikatakan bahwa resiliensi merupakan modal mental yang mutlak dibutuhkan oleh seseorang yang mengalami keterpurukan akibat kehilangan pasangannya, terutama karena menjadi korban Covid-19. Kondisi

tersebut tidak dialami semua orang secara umum sehingga dibutuhkan usaha dari dalam diri maupun dukungan dari luar untuk dapat bangkit melewati kesulitan tersebut. Menurut Naufaliasari dan Andriani (2013) kematian pasangan adalah hal yang traumatis, namun istri yang ditinggal meninggal suaminya ditantang untuk dapat bangkit dari kesedihan dan melaksanakan peran baru dengan membangun kemampuan resiliensi agar bisa mengatasi kesulitan dan melanjutkan hidupnya serta belajar dari kondisi tidak menyenangkan yang dialami untuk kemudian menjadi pribadi lebih kuat di masa depan. Hal ini juga dikuatkan oleh penelitian Widyataqwa dan Rahmasari (2021) yang mengungkap bahwa kekuatan diri untuk menjadi resiliensi dibutuhkan agar mampu menghadapi situasi sulit atau keterpurukan. Sehingga dapat dikatakan resiliensi memang dibutuhkan oleh istri korban Covid-19 yang mengalami keterpurukan akibat kehilangan pasangannya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Widyataqwa dan Rahmasari (2021) yang menyatakan bahwa resiliensi istri selepas kematian suami akibat Covid-19 diperoleh melalui kekuatan dari dalam diri maupun dari luar. Kekuatan dari dalam diri seperti optimisme, spiritualitas, dan kemampuan diri sebagai sumber daya untuk bangkit dari keterpurukan. Kekuatan dari luar adalah dukungan sosial dari kerabat dan orang-orang sekitar serta adanya anak yang menjadi alasan besar mereka memperjuangkan kehidupan mereka. Demikian pula penelitian ini menemukan bahwa hasil tersebut masih konsisten. Hal yang perlu ditambahkan adalah penelitian ini mengungkap bahwa resiliensi pada istri korban Covid-19 juga dapat dipengaruhi oleh *self-esteem* yang baik oleh individu tersebut. Hal menarik lainnya adalah terdapat perbedaan rencana masa depan pada subjek penelitian ini dengan subjek penelitian terdahulu. Subjek penelitian terdahulu yang terdiri dari dua orang subjek berumur 42 dan 44 tahun yang menyatakan tidak memiliki

rencana untuk menikah lagi dan fokus untuk memenuhi kebutuhan serta merubah gaya hidup menjadi lebih positif. Sementara subjek H yang berusia 29 tahun memiliki rencana untuk menikah lagi dengan pertimbangan anaknya yang masih membutuhkan sosok seorang ayah.

Dari penelitian ini diketahui bahwa untuk mencapai resiliensi bagi seseorang yang mengalami kehilangan merupakan hal yang tidak mudah. Diperlukan beberapa usaha dari dalam diri maupun dukungan dari luar diri untuk bisa beradaptasi dengan semua kondisi dan kemudian menjadikannya sebagai pelajaran berharga untuk bisa hidup lebih baik pada masa depan. Dibutuhkan upaya seperti efikasi diri, optimisme, dan spiritualitas dari dalam diri serta motivasi dari orang sekitar sebagai penunjang resiliensi istri yang kehilangan suami akibat covid-19

## KESIMPULAN

Resiliensi merupakan suatu kondisi, usaha atau kemampuan yang diperlukan oleh seorang istri yang kehilangan pasangannya untuk kemudian bangkit dan menghadapi segala kesulitan yang dihadapi sehingga dapat menjalankan peran baru dan melanjutkan hidupnya secara optimal. Melalui penelitian ini diungkap gambaran seorang istri yang kehilangan suaminya akibat Covid-19 ditunjukkan melalui kemampuan mengendalikan emosi, mengontrol impuls, mengidentifikasi masalah, berempati, efikasi diri, dan keyakinan bahwa segala kesulitan akan berganti menjadi hal yang lebih baik pada masa depan. Terdapat dua faktor yang mempengaruhi terbentuknya resiliensi pada istri korban Covid-19, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor dari dalam diri individu seperti *self-esteem*, spiritualitas, dan emosi positif. Faktor eksternal adalah faktor dari luar seperti anak dan dukungan dari orang sekitar seperti keluarga dan teman.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu melibatkan dua atau lebih subjek

dengan kriteria berbeda sehingga dapat melihat keunikan yang ada pada setiap individunya. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan observasi dan menggali lebih dalam perasaan emosional subjek secara berkala sehingga dapat diketahui berapa lama waktu yang dibutuhkan oleh istri korban Covid-19 untuk dapat mencapai resiliensi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, I. (2020). COVID-19: Threat and fear in Indonesia. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(5), 488–490. <https://doi.org/10.1037/tra0000878>
- Arief, Y., Fauji, M. R., Arifin, R. F., & Hidayat, B. (2021). A Community Intervention In Covid-19 Pandemic: Occupational Health And Safety For Moslem Online Transportation. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 7(2), 161-168.
- Atviyanto, Y., Barida, M., & Munandari, I. (2020). Upaya meningkatkan resiliensi siswa ekonomi bawah melalui metode problem solving pada siswa kelas X Boga SMK Negeri 3 Magelang tahun pelajaran 2020/2021. [Artikel Mahasiswa, Universitas Ahmad Dahlan]. <http://eprints.uad.ac.id/21275/1/27.%20YU%20ATVIYANTO-561-565.pdf>
- Balqis, S. (2020). Resiliensi Pada Mantan Pengguna Napza Yang Sedang Menjalani Rehabilitasi dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi Pada Mantan Pengguna Napza. [Skripsi, UIN Raden Fatah Palembang]. <http://repository.radenfatah.ac.id/6949/>
- Fernandez, I., & Soedagijono, J. (2018). Resiliensi Pada Wanita Dewasa Madya Setelah Kematian pasangan hidup. *Jurnal Experientia*, 6 (1), 27-38. <http://journal.wima.ac.id/index.php/EXPERIENTIA/article/view/1788#:~:text=Hasil%20penelitian%20ini%20menunjukkan%20bah>

- wa, anak%2C%20dan%20mencukupi%20kebutuhan%20keluarga.
- Firaessy, Y. (2015). Hubungan antara rasa syukur dengan resiliensi pada penduduk miskin kelurahan Pulau Karam kecamatan Sukajadi. [Skripsi thesis, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau]. <https://repository.uin-suska.ac.id/6998/>
- Hadianti, S., Nurwati, R., & Darwis, R. (2018). Karakteristik individu Resilien pada remaja berprestasi yang memiliki latar belakang orang tua bercerai. *Jurnal Penelitian & PPM*, 05 (01), 1-110. <http://jurnal.unpad.ac.id/prosiding/article/view/16521>
- Hajarah, M. (2010). Paradigma, pendekatan dan metode penelitian fenomenologi. *Jurnal Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta*, 1-21. <http://staffnew.uny.ac.id/upload/132011629/penelitian/fenomenologi.pdf>
- Hermansyah, M., & Hadjam, M. (2020). Resiliensi pada remaja yang mengalami perceraian orang tua : studi literatur. *Motiva : Jurnal Psikologi*, 3 (2), 52-57. <http://ejurnal.untag-smd.ac.id/index.php/MV/article/view/4950>
- Isabelle, M. (2012). Pengaruh Faktor resiko dan Faktor protektif terhadap resiliensi keluarga berpenghasilan rendah di Kota Surabaya. [Skripsi, Universitas Airlangga Surabaya]. <https://repository.unair.ac.id/106787/4/1.%20HALAMAN%20JUDUL.pdf>
- Kawasati, Iryana Risky. 2019. Teknik Teknik Pengumpulan Data Pengumpulan Data Metode Metode Kualitatif Kualitatif . [Ekonomi Syariah Sekolah. Ekonomi Syariah Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Sorong Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Sorong]. <https://osf.io/cy9de/download/?format=pdf>
- Kaye-Kauderer, H., Feingold, J., Feder, A., Southwick, S., & Charney, D. (2021). Resilience in the age of COVID-19. *BJPsych Advances*, 27(3), 166-178. doi:10.1192/bja.2021.5
- Killgore, W., Taylor, E. C., Cloonan, S. A., & Dailey, N. S. (2020). Psychological resilience during the COVID-19 lockdown. *Psychiatry research*, 291, 113216. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113216>
- Koamesah, G. T., Virilia, S., & Musa, M. (2022). Resilience in health workers: The role of social support and calling. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(1), 1-14.
- Koroh, Y., & Andriany, M. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Warga Binaan Masyarakatan Pria: Studi Literatur. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 3 (1), 64-74. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/hnhs/article/download/9358/4716>
- Laluyan, M., Kanine, E., & Wowiling, F. (2014). Gambaran tahapan kehilangan dan berduka pasca banjir pada masyarakat di kelurahan perkamil Kota Manado. *Jurnal Keperawatan*, 02 (02). <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5267>
- Maulidya, F. & Hendriani, W. (2021). Gambaran Koping terhadap Stres Masa Isolasi pada Pasien Covid-19 Usia Dewasa Awal. *Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(2), 1263-1274. <https://ejournal.unair.ac.id/BRPKM/article/view/28709>
- Muliadi, R., & Hidayat, B. (2022). A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW: HAPPINESS OF SANTRI IN PESANTREN. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 8(1), 63-76.
- Naufaliasari, A., dan Andriani, F. (2013). Resiliensi pada Wanita Dewasa Awal Pasca Kematian Pasangan. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 2(2), 264-269. <http://journal.unair.ac.id/filerPDF/jpio10b2b33eca2full.pdf>
- Paiesa, R. (2017). Resiliensi pada remaja hamil di luar nikah. [Skripsi, Universitas

- Mercu Buana Yogyakarta]. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/43/>
- Pattipeilohy, D., Pattiselano A., dan Mardiatmoko G. (2019). Resiliensi masyarakat terhadap banjir (Studi kasus Desa Batu Merah Kecamatan Sirimau Kota Ambon). *AGRILAN : Jurnal Agribisnis Kepulauan*, 7 (1), 88-105. <https://ojs.unpatti.ac.id/index.php/agrilan/article/view/890/0>
- Pratama, B., dan Uyun, Z. (2014). Resiliensi di rumah tangga pada ibu sebagai orang tua tunggal. [Naskah publikasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta]. [http://eprints.ums.ac.id/30564/24/02.\\_NASKAH\\_PUBLIKASI.pdf](http://eprints.ums.ac.id/30564/24/02._NASKAH_PUBLIKASI.pdf)
- Perdana, M. (2018). Hubungan kebersyukuran dan resiliensi pada narapidana di Yogyakarta. [Skripsi, Universitas Islam Indonesia]. <https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/6351/Halaman%20persembahan.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Rahmawati, A. (2012). Perbedaan tingkat resiliensi pada remaja di SMA Dr. Musta'in Romly Payaman Lamongan (Studi komparasi antara remaja dari keluarga yang orang tuanya menjadi TKI dengan keluarga yang orang tuanya bukan TKI). [Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang]. [http://etheses.uin-malang.ac.id/2128/1/08410153\\_Pendahuluan.pdf](http://etheses.uin-malang.ac.id/2128/1/08410153_Pendahuluan.pdf)
- Reza, M. (2021). Data Kematian Covid-19 sampai 25 September 2021. *beritasatu.com*. <https://www.beritasatu.com/berita-grafik/832703/data-kematian-covid19-sampai-25-september-2021>
- Sasmita, N., & Afriyenti, L. (2019). Resiliensi Pascabencana Tsunami. *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 4 (2), 94-101. [https://www.researchgate.net/publication/342417054\\_Resiliensi\\_Pascabencana\\_Tsunami](https://www.researchgate.net/publication/342417054_Resiliensi_Pascabencana_Tsunami)
- Sari, R., Sari, S., & Hernawaty, T. (2017). Resiliensi Remaja Stunting: Sebagian Merasa Sulit Bangkit dan Bertahan Menghadapi Permasalahan. *Jurnal Keperawatan BSI*, V (2), 74-82. <https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk/article/view/2639>
- Septiana, A. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada istri yang menikah dini. [Skripsi thesis, Universitas Mercu Buana Yogyakarta]. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/id/eprint/3587>
- Sholiha, A. (2021). Resiliensi pada wanita pasca kematian suami di Desa Kesamen Kecamatan Kesamben Kabupaten Blitar. [Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/26174/2/SKRIPSI%20-%20Ana%20Rufaida%20Sholiha%20%2813410161%29.pdf>
- Thambusey, L. (2018). Pengaruh iklim organisasi dan resiliensi terhadap keterikatan kerja pada konselor adiksi di lembaga medan plus. [Tesis, Universitas Sumatera Utara]. <https://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/12128/157049012.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Widyataqwa, A. & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi Istri Selepas Kematian Suami Akibat COVID-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 08 (09), 103-118. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/42623>
- Yusri, E., & Herawaty, Y. (2021). Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Penerimaan Teman Sebaya Pada Remaja di Masa Pandemi Covid-19. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, 1(2), 95-104.