

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Virus Covid-19 menjadi pembicaraan yang hangat di seluruh dunia dengan ditetapkannya Covid-19 sebagai pandemi oleh Organisasi Kesehatan Dunia pada 11 Maret 2020 (WHO, 2020). Maka dari itu, tahun 2020 menjadi tahun yang cukup berat bagi umat manusia di seluruh dunia karena diberlakukannya *lockdown* untuk menekan kenaikan status terinfeksi Covid-19 (WHO, 2020). Status pandemi disematkan pada penyakit menular yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 karena penyebarannya yang cepat dan masif penyakit secara global (Cucinotta & Vanelli, 2020). Dekade baru yang diharapkan akan membawa harapan baru, justru mendatang cobaan baru yang harus dihadapi hampir seluruh negara di dunia, ratusan negara termasuk negara Indonesia yang berjuang menghadapi pandemi Covid-19.

Presiden Joko Widodo pada pidatonya 15 Maret 2020, menginstruksikan masyarakat Indonesia untuk melakukan segala aktivitas di dalam rumah masing-masing, termasuk bekerja, sekolah, beribadah, dan kegiatan lain yang biasanya dilakukan di luar rumah (Purnamasari, 2020). Penetapan *lockdown* di Indonesia dengan mempertimbangkan kecepatan laju penyebaran virus Covid-19 yang sudah diidentifikasi menginfeksi setidaknya 117 orang berstatus positif Covid-19 dan 5 orang meninggal karena Covid-19 dengan dengan jarak hanya 2 minggu setelah kasus pertama diidentifikasi

(Nugroho, 2020). Kasus kematian per 15 Maret pada skala global yaitu 5.393 kasus (Kemenkes, 2020).

Pandemi tersebut tidak hanya merenggut ribuan jiwa, tetapi menghantam segala bidang kehidupan manusia; baik di bidang ekonomi, pendidikan, politik, kesehatan, bahkan kesejahteraan atau *well-being* (Saladino et al., 2020; Wahyuni, 2020). Bidang ekonomi mengungkapkan jika banyak masyarakat yang kehilangan pekerjaan karena di PHK dan masyarakat kesulitan dalam melakukan jual beli karena konsumen semakin menurun (Susilawati et al., 2020). Bidang pendidikan, beradaptasi dengan mengubah platform pembelajaran dari pertemuan tatap muka menjadi pertemuan yang dilakukan secara *daring* (Yulia, 2020). Pembelajaran daring tidak hanya membuat anak-anak stres, termasuk orang tua ikut stres karena harus menanggung beban tambahan; seperti mengurus rumah, membantu anak belajar daring, dan mengerjakan pekerjaan kantor (Susilowati & Azzasyofia, 2020). Demikian juga di bidang politik, negara harus membuat berbagai kebijakan terkait protokol kesehatan, penanganan orang-orang yang terinfeksi Covid-19, hingga dampak kondisi psikologisnya seperti depresi, putus asa dan bunuh diri pada masyarakat (Hairina et al., 2021).

Dampak psikologis dari peristiwa pandemi Covid-19 yang dialami oleh setiap individu umumnya ditunjukkan dalam bentuk kesedihan, ketakutan, kecemasan, dan kegelisahan bagi siapapun; keadaan ini juga dirasakan oleh para muslim penyintas Covid-19 dan keluarganya (Kusumawardhani, 2021). Penyintas Covid-19 pada penelitian ini yaitu pasien yang sudah melewati masa isolasi minimal 14 hari perawatan serta dinyatakan negatif melalui tes PCR

(*Polymerase Chain Reaction*), status penyintas saat positif Covid-19 dapat digolongkan menjadi empat yaitu tanpa gejala, gejala ringan, gejala sedang, dan gejala berat (Kurniawan & Susilo, 2021; Kemenkes, 2020).

Selain terkait dengan kondisi yang dirasakan oleh penyintas Covid-19 saat dinyatakan positif Covid-19, muslim penyintas Covid-19 juga menangis disebabkan kehilangan anak, suami, istri, ayah, ibu, dan saudara lainnya, situasi tersebut bagian dari kesedihan yang tampak dari sebuah peristiwa Covid-19 (Hamid & Jahangir, 2020). Jika situasi ini berlarut-larut akan menimbulkan *stressful conditions* dan berakibat buruk pada kesehatan fisik dan psikologis para muslim penyintas Covid-19. Situasi ini akan semakin memburuk dan menyedihkan jika para muslim penyintas Covid-19 tidak memiliki kesiapan dan ketahanan mental yang terinternalisasi dalam diri setiap individu (Sahoo et al., 2020; Pennington, 2020).

Peristiwa di atas tercermin dari data dan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ikatan Psikolog Klinis Indonesia di 27 wilayah Indonesia pada tahun 2020 menjelaskan bahwa masalah psikologis yang paling banyak di masa pandemi Covid-19 meliputi: a). Masalah belajar pada anak dan remaja 27,2 persen. b). Keluhan stres pada semua kelompok usia 23,9 persen. c). Keluhan kecemasan dialami oleh semua usia 18,9 persen. d). Keluhan *mood swing* atau suasana hati yang berubah-ubah di tengah pandemi dirasakan oleh semua kelompok usia 9,1 persen. e). Gangguan kecemasan perasaan selalu khawatir, cemas atau takut yang cukup kuat. Sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari, presentasi mencapai 8,8 persen. f). Keluhan somatis merupakan keadaan seseorang merasakan rasa

sakit di tubuhnya tetapi tidak diketahui penyebabnya secara medis 4,7 persen (Pranita & Dewi, 2020).

Covid-19 yang menghantam segala bidang, tentu saja berpengaruh pada kesejahteraan (*well-being*) individu. *Well-being* merupakan suatu hal yang penting dikaji seiring dengan semakin kompleksnya kehidupan manusia di era VUCA (*Volatility, Uncertainty, Complexity, dan Ambiguity*), ditambah dengan pandemi Covid-19 yang melanda di semua negara (Murugan et al., 2020). Tidak hanya VUCA, perubahan yang cepat pada situasi Covid-19 membuat individu kesulitan mempertahankan kondisi stabil pada kehidupannya. Pernyataan sebelumnya didukung oleh studi yang dilakukan di Pakistan yang memaparkan jika tingkat *subjective well-being* menurun saat *lockdown* pada periode awal pandemi Covid-19 (Shams & Kadow, 2020). Kemampuan psikososial untuk tetap optimis berkontribusi pada keberhasilan individu mengatasi situasi yang terjadi karena Covid-19 (Schug et al., 2021). Oleh karena itu, hal tersebut membuat *well-being* terkait erat dengan harapan dan optimisme. Harapan dapat membantu seseorang mengejar tujuan, sementara optimisme membantu seseorang bertahan dalam menghadapi permasalahan (Preysi, 2020). Hal senada diungkap oleh Bailey et al., (2007) bahwa harapan dan optimisme merupakan proses kognitif yang mendorong individu untuk meraih tujuan hidup dan cara mempersepsi keberhasilan untuk mencapai tujuan hidup. Individu yang optimis umumnya mampu menentukan tujuan hidup, mampu menilai capaiannya secara positif sehingga merasa sejahtera. Sebaliknya individu yang pesimis cenderung menunjukkan simtom depresi.

Untuk itu *subjective well-being* pada muslim penyintas Covid-19 menjadi penting untuk diteliti karena dapat memengaruhi berbagai konsekuensi penting, seperti kondisi kesehatan baik fisik maupun mental dan adaptasi terhadap lingkungan. Oleh karena itu, keberadaan optimisme, religiusitas, dan dukungan sosial menjadi salah satu faktor penting yang dapat membantu muslim penyintas Covid-19 dalam menghadapi berbagai permasalahan tersebut.

Fakta dan permasalahan yang peneliti temukan di lapangan menunjukkan para muslim penyintas Covid-19 tidak hanya bermasalah dengan kondisi kesehatan fisik dan adaptasi terhadap lingkungan, namun muslim penyintas Covid-19 pada umumnya mengalami tekanan mental meliputi: a). Penyintas merasa khawatir akan diasingkan oleh masyarakat disebabkan kenyataan bahwa dirinya pernah memiliki riwayat penyakit Covid-19. b). Masyarakat banyak yang berusaha menghindari dengan pasien Covid-19, sebab merasa khawatir jika pasien dapat menularkan virusnya kepada mereka. c). Stigma pada pasien Covid-19 ini dapat menimbulkan penolakan di masyarakat. Sayangnya stigma dan diskriminasi sosial tersebut tidak hanya terjadi pada penyintas Covid-19, akan tetapi berlaku juga pada keluarga dan tenaga kesehatan yang merupakan garda terdepan dalam perawatan pasien dengan kasus Covid-19 (Baldassarre et al., 2020; Singh et al., 2020; Taylor, 2019).

Permasalahan di atas didukung dari hasil wawancara peneliti terhadap empat muslim penyintas Covid-19, wawancara dilakukan secara langsung maupun melalui percakapan telepon atau *video call*, kemudian diperoleh informasi bahwa beberapa permasalahan yang saat ini dihadapi oleh muslim penyintas Covid-19 berkaitan dengan

*subjective well-being* (kepuasan hidup dan afek positif-negatif) dikategori pada tiga permasalahan yaitu:

1). Masalah kondisi kesehatan.

Bagi muslim penyintas Covid-19 merasakan jika kondisi kesehatan menurun dapat merubah emosi menjadi negatif serta dapat memengaruhi kepuasan dalam hidupnya. Situasi ini diperkuat berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada penyintas.

*“Semua orang ingin sehat bu.. tidak ada yang mau sakit apalagi sakitnya dinyatakan positif Covid. Ketika dinyatakan positif Covid... wah... pikiran yang muncul beragam bu.. shock, stress, takut tertular pada keluarga, takut dijauhi teman-teman, takut dikeluarkan dari pekerjaan, pikiran saya berkecamuk bu.. terutama masalah pekerjaan bu... yang pasti saat isoman saya sangat cemas... sembuhnya juga lama bu... Syukur alhamdulillah saat ini saya sudah sembuh dan hasil test PCR dinyatakan negatif.”*

*“Namun kondisi kesehatan saya menurun setelah pulih dari virus Corona bu... sepertinya ada perbedaan antara sebelum dan setelah terinfeksi virus ini. Saya merasa mudah mengalami kelelahan saat beraktivitas, mudah berkeringat, dan badan kadang terasa pegal-pagal, serta terkadang jantung berdebar kencang tanpa sebab yang jelas. Saat itu saya beranggapan perubahan fisik tersebut sebagai sesuatu yang subjektif”. (Muslim penyintas ZAI, Klaster individu, Wawancara 27 Maret 2021).*

Berbagai penelitian secara konsisten menyatakan individu yang dinyatakan positif Covid-19, secara umum mengalami kecemasan, stres, dan khawatir dengan stigma dari masyarakat (Kusumawardhani, 2021; Baldassarre et al, 2020; Singh et al, 2020a; Taylor, 2019).

2). Permasalahan minimnya dukungan sosial.

Permasalahan minimnya penerimaan dukungan sosial dari lingkungan kepada muslim penyintas Covid-19, seperti dukungan dari keluarga, dukungan dari teman, dan dukungan dari atasan. Dukungan ini seharusnya diperoleh oleh semua muslim penyintas Covid-19.

*“Terkadang saya merasa kecewa dengan tetangga karena masih ada yang mengunjing... padahal saya sudah dinyatakan negatif dari virus corona..., buktinya... hasil swab Polymerase Chain Reaction (PCR) saya satu keluarga negatif.*

*Meskipun saya tidak mendapat dukungan dari lingkungan sekitar, namun saya mendapat dukungan dari saudara, teman, dan atasan. Mereka... telephone, whatsapp, dan video call..... bertanya tentang bagaimana kondisi kami? Juga mengirim makanan.*

*Namun dukungan yang saya dapat semuanya dalam bentuk komunikasi virtual bu... komunikasi langsung tapi tidak ketemu orang bu hehe.... mungkin bisa dikatakan komunikasi langsung tanpa bertemu secara nyata bu... hehe...(Muslim penyintas EK, Klaster keluarga, Wawancara 10 Mei 2021).*

Penelitian sebelumnya menguatkan bahwa penyembuhan yang lama dan adanya gejala sisa pasca dinyatakan negatif dari Covid-19 menjadi penyebab penyintas Covid-19 mengalami stress (Kholilah & Hamid, 2021). Dukungan emosional dan dukungan penilaian merupakan dukungan terbesar yang mampu meringankan beban penyintas dan mampu meminimalisasi kondisi cemas dan stres, dukungan dapat bersumber dari keluarga, teman, dan atasan (Mutsuda, et al, 2014; Rahmatina, et al, 2021).

*“Saya diberhentikan dari pekerjaan disebabkan waktu perawatan dan penyembuhan yang cukup lama akibat Covid-19, Awalnya saya shock, kecewa sekali bu... saya berpikir bagaimana caranya saya membahagiakan orang tua... yah...butuh waktu dua bulan bu.. dengan mendekatkan diri kepada Allah Swt... akhirnya.... keputusan itu saya terima dengan lapang dada bu...saya yakin Allah Swt punya rencana lain untuk saya bu. Alhamdulillah pihak management memberikan pesangon. Awalnya sempat bingung... mau kerja dimana? Alhamdulillah... keluarga memberi ide dan support membuka usaha baru dari dana pesangon.... saya membuka usaha... jualan minuman dan makanan ringan secara online.*

*Trauma saya.... bu.... kerja diperusahaan, kalau saya kerja seperti ini bebas, bisa mengatur jadwal kerja sendiri.... Dan yang pasti hmm... orang tidak tau.... kalau saya penyintas Covid hehe... dan saya yakin dan optimis usaha yang saya jalani ini akan berhasil... yang pasti saya bersyukur kepada Allah sudah sembuh dari sakit dan ada pekerjaan baru” (Muslim penyintas SY, klaster individu-wawancara 8 Mei 2021).*

Beberapa literatur membuktikan bahwa individu yang merasa kurang mendapat dukungan sosial akan berpengaruh terhadap kesehatan mental, seperti stres, cemas, dan depresi (Myers, 2008; Kusumawardhani, 2021; Siedlecki, 2013).

### 3). Masalah penerimaan masyarakat.

Adanya stigma negatif terkait penyintas Covid-19, banyak dari masyarakat yang belum memahami kondisi muslim penyintas Covid-19, dan sebagian masyarakat menyalahkan penderita dan penyintas Covid-19 sebagai pembawa virus.

*“Ketika dinyatakan positif Covid saya tidak memberi informasi kepada banyak orang kalau saya positif Covid; khawatir mereka menolak kehadiran saya disana.*



*Alhamdulillah waktu saya sakit bersamaan dengan keluar surat cuti tahunan.*

*Dilingkungan sekitar rumah tidak mengizinkan warga yang terpapar Covid tinggal disitu bu... mereka minta warganya isolasi di asrama haji, dan banyak spanduk tertulis "Dilarang memasuki kampung X bagi warga luar kota untuk mencegah terpapar Covid-19".*

*Makanya saya tidak memberi informasi kepada RT dan RW kalau saya terpapar Covid.... saya tinggal di paviliun terpisah dari rumah utama. Pemilik rumah selama situasi Covid pindah ke tempat anaknya bu... Jadi saya tidak khawatir tertular kepada orang lain. Makan dan obat-obatan saya pesan online bu.... semua pesanan saya chat terlebih dahulu... bilang dengan gojeknya makanan digantung saja di pagar rumah.*

*Orang tua saya tinggal di Magelang bu.. Kalau dukungan dari orang tua, dan adik-adik setiap hari video call bu dan mengirim makanan dan obat-obat. Kalau dari teman dan atasan sesekali telephone dan whatsshapp saja bu.*

*Selama saya dinyatakan positif Covid, saya berusaha diet metsos bu, jadi segala informasi di TV dan kiriman di whatsshapp group saya abaikan saja bu, karena berita itu bisa membuat cemas dan makin stress bu... Alhamdulillah bu selama 10 hari kondisi fisik membaik, kemudian test PCR lagi.... Alhamdulillah hasilnya negatif. (Muslim penyintas KRS- tidak mengetahui dari mana terpapar Covid-19 wawancara 6 April 2021).*

Adanya stigma negatif dari masyarakat, telah dilakukan penelitian oleh Kurniawan (2021); Taylor, (2019) mengungkapkan adanya kekhawatiran bahwa penyakit tersebut menular dan mematikan, khususnya pada saat awal kemunculannya. Dengan demikian penderita dan penyintas Covid-19 memunculkan emosi negatif, ketidak nyamanan,

hingga berpengaruh pada ketidakpuasan dalam hidup. Permasalahan ini turut merendahkan *subjective well-being* dan memperbesar beban penyintas seperti yang dijelaskan oleh Singh, et al (2020), stigma sosial tidak hanya melekat pada pasien dan penyintas, tetapi juga terhadap keluarga dan tenaga kesehatan yang terkait dengan penanganan dampak pandemi.

Mengacu pada fenomena permasalahan di atas, dan hasil penelitian terdahulu, serta pendapat para ahli, ternyata stigma, diskriminasi, dan traumatis umumnya menimbulkan dampak negatif yang dapat mengganggu *subjective well-being* para muslim penyintas Covid-19 (Kurniawan & Susilo, 2021). Apa sebenarnya yang membuat para muslim penyintas Covid-19 merasa kurang memiliki kepuasan dan mengalami suatu peristiwa yang kurang menyenangkan dalam hidupnya. Kondisi tersebut mendorong peneliti untuk melakukan kajian lebih lanjut yang terkait dengan faktor-faktor penentu *well-being*. Selain hal tersebut, dengan memperhatikan *well-being* di kalangan muslim penyintas Covid-19, diperlukan suatu tindakan penting, untuk dapat mengarahkan kepuasan hidup, kebahagiaan, dan kesejahteraan di masa yang akan datang.

Seperti yang diungkap oleh Leffert (2017) bahwa *subjective well-being* sebagian besar berhubungan dengan pemahaman individu terkait dengan kebahagiaan. Senada dengan pernyataan Ryff (Bowman, 2010) *subjective well-being* menunjuk pada evaluasi seseorang terhadap kualitas hidupnya berdasarkan standar yang ditetapkan sendiri. Hal yang sama di utarakan oleh Seligman bahwa bahagia tidak hanya merasa senang dan gembira melainkan

mencakup evaluasi individu pada kehidupan yang dijalani untuk mencapai *well-being* (Jayawickreme et al., 2012)

Kesejahteraan hidup merupakan hal yang diinginkan oleh setiap individu. Perasaan bahagia, sejahtera, kepuasan, serta positif terhadap hidupnya, seseorang dapat mencapai tujuan hidup dan cita-citanya. Situasi dan kondisi yang berbeda-beda, membuat setiap orang dapat memaknai perasaan pada dirinya menurut pandangan subjektifnya. Kebahagiaan, kesejahteraan, dan kepuasan terhadap hidup yang bersifat subjektif inilah yang kemudian disebut sebagai *subjective well-being*.

*Subjective well-being* dapat dimaknai sebagai pandangan subjektif seseorang terhadap evaluasi dalam hidup mereka, yang terdiri atas evaluasi kognitif dan evaluasi afektif (Dodge et al., 2012; Pratisti, 2016). Hal tersebut ditambahkan oleh Mothamaha (2007) mengungkapkan individu dikatakan memiliki *subjective well-being* yang tinggi bila individu tersebut merasa puas dengan kondisi kehidupan yang dijalani dan sering mengalami emosi yang positif di dalam dirinya. Kepuasan terhadap hidup salah satu parameter penting dari *subjective well-being*.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa banyak faktor yang dapat memengaruhi *subjective well-being* dan dapat dikelompokkan menjadi dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal diantaranya kepribadian (Diener, Fujita, Tay & Biswas-Diener, 2011; Etxeberria, et al, 2018). Religiusitas (Weiten, 2013; Gheinaghi, Sanagoo, & Jouybari, 2018; Monico & Alferes, 2019). Optimisme (Seligman, 2006; Kovacs & Martos, 2017; Younas, Ghous & Khan, 2018; Monico & Alferes, 2019).

Regulasi emosi, (Nyklice et al,2011; Kashdan, 2007). Keharmonisan perkawinan (Weiten, 2013); Jenis kelamin (Triwahyuni, 2017); Usia (Diener & Ryan, 2009; Campel et al, 2019). Faktor eksternal, diantaranya dukungan sosial (Gulacti, 2010; Siedlecki et al., 2014). Relasi sosial, (Diener et al, 2006; Weiten, 2013; Eid & Larsen, 2009).

Dalam penelitian ini tidak semua faktor penyebab *subjective well-being* dapat dijadikan anteseden, dasar pemilihan adalah faktor yang memberi kontribusi atau keterlibatan cukup besar terhadap kemunculan *subjective well-being* berdasarkan teori dan penelitian sebelumnya, ditambah dengan studi awal yang peneliti lakukan terkait faktor-faktor yang berpengaruh terhadap *subjective well-being* muslim penyintas Covid-19.

Pada studi eksplorasi, peneliti telah melakukan wawancara secara mendalam kepada lima orang muslim penyintas Covid-19 di kota Yogyakarta, dilanjutkan dengan pemberian angket terbuka kepada sepuluh orang muslim penyintas Covid-19 di kota Medan. Studi ini dilakukan untuk mengetahui pengalaman muslim penyintas Covid-19 dan untuk mengetahui modalitas psikologis yang muslim penyintas Covid-19 miliki dalam memperoleh kesembuhan dan adaptasi dengan lingkungan. Tema-tema yang ditemukan dalam pengalaman dan kesembuhan muslim penyintas Covid-19, selanjutnya digunakan sebagai faktor penentu *subjective well-being*. Terdapat beberapa faktor penting, diantaranya adalah rasa optimisme memberi kontribusi kuat terhadap *subjective well-being* (Krok, 2015).

Optimisme penting dimunculkan dalam diri setiap individu, khususnya bagi penderita dan penyintas Covid-19. Perasaan kurang optimis cukup sering dirasakan oleh muslim penyintas Covid-19, sebab banyaknya masalah yang terjadi selama proses penyembuhan. Namun bagi sebagian muslim penyintas Covid-19 menyatakan bahwa adanya rasa optimis dan keyakinan dalam diri mampu membawa muslim penyintas tetap bertahan dan akhirnya memaknai positif terhadap penyakit Covid-19 tersebut. Seperti diutarakan oleh muslim penyintas (Nanda, 30 tahun) untuk sembuh dari penyakit Covid harus optimis, pikiran positif, sakit ini hanya sementara, akhirnya sembuh saya bersyukur pulih dari penyakit Covid. Optimisme penyintas Covid-19 berupa kemampuan untuk mengelola emosi negatif dan memiliki pola pikir yang adaptif sehingga dapat menerima kondisi diri dengan utuh (Kurniawan & Susilo, 2021).

Gilham et al., (2011) menegaskan bahwa pentingnya peran optimisme bagi pencapaian *well-being* seseorang; Artinya muslim penyintas Covid-19 mampu berfikir bahwa situasi yang buruk hanya bersifat sementara dan merasa mampu mengatasi situasi tersebut. Optimisme adalah gambaran individu yang selalu berharap bahwa akan ada pengalaman baik di masa yang akan datang (Snyder & Lopez, 2002; Dewi & Rahayu, 2020). Ditambahkan oleh Krok (2015) pentingnya optimisme untuk melindungi diri dari efek stres.

Optimisme adalah harapan dan pandangan positif individu akan kemampuan yang dimilikinya dalam memandang suatu masalah untuk mencapai hasil yang terbaik. Optimisme berguna bagi kesehatan fisik dan mental, serta kesejahteraan; sehingga individu yang optimis lebih dapat menyesuaikan diri dalam kehidupannya,

termasuk penyakit yang dideritanya, mengurangi depresi, lebih dapat menikmati hidup dan mencapai kepuasan hidup, serta merasa bahagia (Reizer, 2021).

Adanya rasa optimis membuktikan pentingnya peran kognitif dan afeksi dalam mengfungsikan *subjective well-being*. Pada saat muslim penyintas Covid-19 memiliki rasa optimisme yang tinggi, maka memungkinkan untuk menghadapi dan mengatasi permasalahan dengan percaya diri, merasa termotivasi, dan lebih responsif dalam menyikapi hal-hal negatif yang datang dari situasi eksternal. Sebaliknya muslim penyintas Covid-19 dengan optimisme yang rendah, mudah mengalami kerentanan artinya muslim penyintas Covid-19 mudah cemas, ragu, dan menilai kompleksitas permasalahan selama proses penyembuhan penyakit Covid-19 sebagai ancaman dan memiliki persepsi yang buruk ketika mengatasi masalah atau harus berhadapan dengan situasi yang sulit (Reizer et al., 2022 dan Metia, 2015).

Penelitian terdahulu menguji hubungan antara dukungan sosial dan *well-being* memaparkan jika optimisme terbukti dapat memediasi hubungan *self-efficacy* dan dukungan sosial dengan *well-being* (Karademas, 2006). Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan adanya peran mediasi optimisme pada hubungan religiusitas dan *existential well-being* (Kvande et al., 2015). Riset lain yang menggunakan optimisme sebagai mediator asosiasi antara makna hidup dan *subjective well-being* (Krok, 2015) yang menjabarkan asosiasi tersebut melalui model *self-concordance*. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan variabel optimisme sebagai variabel mediasi dalam relasi antar variabel religiusitas dan

dukungan sosial terhadap *subjective well-being* muslim penyintas Covid-19, sehingga menjadi keunggulan bagi penelitian ini.

Selain optimisme, faktor yang dianggap memengaruhi *subjective well-being* adalah religiusitas. Perlu diketahui bahwa religiusitas merupakan aspek yang penting dalam kehidupan manusia (Gheinaghi, Sanagoo, & Jouybari, 2018). Penelitian milik Zhang et al., (2021) mengungkapkan bahwa pada situasi pandemi Covid-19 yang menimbulkan banyak perasaan negatif, sakit, dan usaha untuk bertahan, manusia memiliki kecenderungan untuk mengatasinya dengan meningkatkan sisi religiusitasnya. Pada muslim penyintas Covid-19, religiusitas merupakan sarana coping yang efektif dalam menghilangkan perasaan tertekan yang dialami oleh individu, dengan cara berdoa dan berserah diri (Mansoor et al., 2020). Muslim penyintas Covid-19 tersebut berusaha melawan kondisi yang tidak nyaman dalam dirinya sehingga bisa *survive* dengan meningkatkan religiusitas, mengelola emosi dan mendekatkan diri serta selalu mengingat Allah agar hati menjadi tenang sebagaimana dipersepsi oleh muslim penyintas Covid-19 (SY) dalam wawancara di atas, dan tercantum dalam Al-Qur'an surat Ar-Ra'd (13). Ayat 28 sebagai berikut:

*“Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenang.”*

Ayat di atas menjelaskan bahwa dalam situasi apapun diajarkan untuk mengingat Allah dan meningkatkan religiusitas. Religiusitas adalah terikatnya seseorang pada ajaran agama, yang dihayati dan diinternalisasi di dalam dirinya, sehingga terwujud pada

sikap, perilaku, dan pandangan hidupnya. Individu yang bahagia dengan kehidupan religiusnya memiliki tingkat kepuasan hidup yang baik, sehingga dapat meningkatkan *subjective well-being* (Metia, 2021). Kondisi tersebut dijelaskan dalam Al-Qur'an surat Ar-Ra'd (13). Ayat 29 sebagai berikut:

*"Orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan, mereka mendapat kebahagiaan dan tempat kembali yang baik."*

Religiusitas adalah suatu keadaan di dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk berperilaku sesuai dengan kadar ketaatannya terhadap agama panutannya (Rakhmad, 2004). Salah satu hal yang perlu disadari di masa kini adalah bahwa pandemi Covid-19 sedang menguji religiusitas seseorang. Artinya bagaimana hubungan manusia dengan dirinya, hubungan manusia dengan Allah, serta hubungan manusia dengan sesama. Selama pandemi adanya himbuan pemerintah untuk beribadah di rumah saja merupakan waktu yang tepat untuk menata religiusitas dalam suasana keheningan, sehingga individu dapat fokus beribadah, dapat bertemu dengan dirinya sendiri, dan membentuk ruang sakral di mana individu menata kembali religiusitasnya (El Syam, 2020). Selama pandemi Covid-19, religiusitas berfungsi untuk mengurangi stress yang dirasakan sehingga keluarga yang melakukan aktivitas religius dengan teratur merasakan stress yang lebih sedikit (Azzara et al., 2022).

Hasil penelitian Metia (2021) menemukan bahwa terdapat hubungan yang positif antara religiusitas dan *subjective well-being*. Individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi lebih mampu menerima kondisi yang dialami sebagai takdir dari Allah yang



memang harus dijalani dalam kehidupannya, dan mensyukuri apa yang telah diperoleh saat ini (Kurniawan & Susilo, 2021).

Hal tersebut selaras dengan penelitian Myers (2008) yang menyatakan bahwa orang-orang aktif secara religius merasakan kebahagiaan yang lebih besar dan kepuasan hidup yang lebih besar dari pada orang yang tidak religius. Seligman (2011) menyimpulkan individu yang religius merasa lebih puas dan lebih bahagia dengan kehidupannya dibandingkan dengan individu yang tidak religius. Hal senada diungkap oleh Diener (2011) yang menegaskan bahwa individu cenderung akan meningkat religiusitasnya ketika dihadapkan pada keadaan yang sulit.

Di sisi lain, terdapat beberapa penelitian terkait religiusitas dengan *subjective well-being* menunjukkan hasil yang tidak konsisten diantara kedua variabel tersebut dalam berbagai *setting* masyarakat Indonesia. Para ahli menemukan bahwa ternyata religiusitas tidak berkorelasi dengan *subjective well-being* (Ardelt at al., 2017). Pernyataan tersebut mendukung penelitian Mabruuri (2010) menegaskan tidak ditemukan adanya korelasi antara religiusitas dengan *subjective well-being*.

Faktor lain yang tidak kalah penting memengaruhi *subjective well-being* individu adalah dukungan sosial. Upaya untuk mendukung muslim penyintas Covid-19 salah satunya melalui pemberian dukungan sosial. Sebab dukungan sosial merupakan bentuk kepedulian, kenyamanan, serta penghargaan yang diperoleh individu dari keluarga, teman-teman, dan lingkungan masyarakat (Sarafino & Smith, 2011). Sebagaimana tercantum dalam Al-Qur'an surat Al-Balad (90) ayat 17 sebagai berikut:

*"Kemudian dia termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang".*

Ayat di atas menegaskan bahwa seorang hamba untuk berkasih sayang. Salah satu bentuk kasih sayang yaitu dengan membantu mereka yang memerlukan uluran tangan, membantu mereka untuk kepentingan-kepentingan dunia dan akhirat, memberikan dukungan, dan lain-lain. Adanya dukungan sosial pada muslim penyintas Covid-19 serta keluarganya dapat mengurangi dampak stigma negatif yang diberikan oleh masyarakat. Dengan demikian muslim penyintas Covid-19 merasa dirinya dihargai, dicintai, dan lebih percaya diri untuk mampu menjalani kehidupan yang lebih baik (Rahmatina et al., 2021). Setiap kejadian pasti memberikan hikmah, perjalanan muslim penyintas Covid-19 selama dinyatakan positif meninggalkan pengalaman yang positif dan perubahan termasuk kebersyukuran atas dukungan sosial yang diberikan dan menghargai kehidupan serta keluarga (Guo et al., 2022).

Dukungan sosial berperan penting bagi keluarga muslim penyintas Covid-19. Hal tersebut karena adanya *support* dari orang terdekat, seperti keluarga, tetangga, teman, dan atasan; baik secara moral maupun materi, membantu penyintas Covid-19 untuk tetap kuat dan bersemangat menjalani hari-hari untuk bisa sembuh dari Covid-19. (Kurniawan & Susilo, 2021). Distres psikologis yang dirasakan penyintas Covid-19 dapat diatasi oleh kehadiran orang yang mendampingi saat dinyatakan positif Covid-19 (Amirullah & Kartinah, 2020). Selanjutnya hasil penelitian yang dilakukan oleh

Henry (Pratisti, 2016) menyimpulkan individu yang tinggal bersama orangtua lengkap memiliki *well-being* lebih tinggi dibanding individu yang tinggal dengan keluarga *single parent*.

Dukungan sosial dari orang terdekat berperan secara signifikan bagi *well-being*. Beberapa penelitian menguatkan pentingnya dukungan sosial, seperti yang diutarakan oleh Bukhori, et al, (2017) dukungan sosial merupakan suatu hubungan interpersonal dimana orang-orang terdekat memberikan bantuan kepada individu. Baik dukungan dari keluarga, teman, rekan kerja, dan lingkungan (Sarafino & Smith, 2011). Coventry et al, (2004) menegaskan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap *subjective well-being* dan kesehatan yang positif pada individu.

Pentingnya dukungan sosial dalam memengaruhi *subjective well-being* seseorang, maka peneliti melakukan riset, hasilnya menunjukkan bahwa semakin banyak seseorang menerima dukungan sosial maka orang tersebut semakin sejahtera, pengalaman afek positif lebih banyak, serta memiliki kepuasan dalam hidupnya (Metia, 2021). Namun penelitian Aletoe & Kugbey (2014) menegaskan tidak ada korelasi antara persepsi dukungan sosial positif dengan *subjective well-being*.

Penelitian ini berupaya untuk menguji kembali berbagai faktor yang dimungkinkan memengaruhi *subjective well-being* muslim penyintas Covid-19, serta menguji keterkaitan antar faktor dalam kerangka model yang lebih komprehensif. Terdapat beberapa pertimbangan mengapa kajian *subjective well-being* perlu dibahas lebih lanjut: *Pertama subjective well-being* dapat berdampak negatif tidak hanya terhadap muslim penyintas Covid-19, tetapi juga

terhadap keluarganya. Ketika muslim penyintas Covid-19 mengalami ketidakpuasan dan munculnya emosi negatif akan mempengaruhi sikap dan pola pikir muslim penyintas ketika berinteraksi terhadap orang lain. *Kedua*, masih sedikit riset yang menguji peran variabel optimisme sebagai intervening variabel. Padahal fungsi pikiran dan perasaan ini sangat berperan penting dalam menentukan penyintas Covid-19 mengalami kesejahteraan. Beberapa kajian literatur menempatkan optimisme memediasi terhadap *subjective well-being*, seperti penelitian awal yang dilakukan oleh Krok (2015) dan Kvande, (2015); akan peranan pentingnya optimisme sebagai mediator, maka penelitian ini juga bertujuan untuk menguji peranan optimisme sebagai mediator.

Keistimewaan dari penelitian ini adalah penelitian mengenai *subjective well-being* khusus pada muslim penyintas Covid-19 belum banyak dikaji, dan menjadi penting dikaji sebab dapat menjelaskan fenomena *subjective well-being* secara lebih detail dibandingkan sejumlah riset sebelumnya yang belum menyertakan beberapa variabel sekaligus saling terkait dan di konstuksikan ke dalam sebuah model. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode analisis *structural equation modelling* berdasarkan beberapa alasan. *Pertama*, penelitian sebelumnya tentang *subjective well-being* pada subjek penyintas Covid-19 lebih banyak bersifat kualitatif fenomenologis. *Kedua*, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai *subjective well-being* khusus pada muslim penyintas Covid-19 secara lebih komprehensif karena menyertakan beberapa variabel yang berpengaruh terhadap *subjective well-being* secara bersamaan.

Berdasarkan paparan sebelumnya, peneliti tertarik mengkaji dalam bentuk penelitian dengan judul Pengaruh Religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap *Subjective Well-Being* melalui mediator Optimisme pada muslim penyintas Covid-19.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dari penelitian ini mencakup hal-hal sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh religiusitas terhadap optimisme pada muslim penyintas Covid-19 ?
2. Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap optimisme pada muslim penyintas Covid-19 ?
3. Apakah terdapat pengaruh religiusitas terhadap *subjective well-being* pada muslim penyintas Covid-19 ?
4. Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada muslim penyintas Covid-19 ?
5. Apakah terdapat pengaruh optimisme terhadap *subjective well-being* pada muslim penyintas Covid-19 ?
6. Optimisme memediasi pengaruh dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada muslim penyintas Covid-19 ?
7. Optimisme memediasi pengaruh religiusitas terhadap *subjective well-being* pada muslim penyintas Covid-19 ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan utama yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk menguji:

1. Menguji model teoritik pengaruh religiusitas dan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* dimediasi oleh optimisme pada muslim penyintas Covid-19.
2. Menguji hubungan struktural religiusitas terhadap optimisme pada muslim penyintas Covid-19.
3. Menguji hubungan struktural dukungan sosial terhadap optimisme pada muslim penyintas Covid-19.
4. Menguji hubungan struktural religiusitas terhadap *subjective well-being* pada muslim penyintas Covid-19.
5. Menguji hubungan struktural dukungan sosial terhadap *subjective well-being* pada muslim penyintas Covid-19.
6. Menguji hubungan struktural optimisme terhadap *subjective well-being* pada muslim penyintas Covid-19.
7. Menguji hubungan struktural dukungan sosial dengan *subjective well-being* melalui optimisme pada muslim penyintas Covid-19.
8. Menguji hubungan struktural religiusitas dengan *subjective well-being* melalui optimisme pada muslim penyintas Covid-19.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Di dalam penelitian ini terdapat dua manfaat yaitu manfaat teoritis dan praktis.

##### **Manfaat Teoritis**

1. Memberikan landasan konseptual dan pengembangan teori *subjective well-being* pada muslim penyintas Covid-19. Teori *subjective well-being* dapat memperkaya kajian di bidang psikologi pendidikan Islam dan psikologi klinis.

2. Penelitian ini dapat menambah bacaan mengenai sisi psikologis dari fenomena kesehatan pandemi Covid-19 yang terjadi di Indonesia, khususnya bagi umat Islam.

#### Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini akan memberikan rekomendasi tentang *subjective well-being* pada muslim penyintas Covid-19, yang diharapkan akan memberi manfaat bagi individu itu sendiri, keluarga dan lingkungan kerja.

1. Bagi muslim penyintas Covid-19, sebagai masukan yang berarti untuk tetap mencapai *subjective well-being*.
2. Bagi keluarga, sebagai masukan untuk dapat lebih memahami bagaimana memberikan dukungan kepada muslim penyintas Covid-19 untuk mencapai *subjective well-being*.
3. Bagi praktisi kesehatan seperti dokter, perawat, psikiater, dan psikolog, hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman untuk mengembangkan suatu program atau pelatihan untuk meningkatkan *subjective well-being*, melalui pengembangan diri, peningkatan optimisme, dan membangun hubungan dukungan sosial.
4. Bagi lingkungan masyarakat, memberi suatu rekomendasi tentang usaha yang dapat ditempuh guna mencapai *subjective well-being* pada penyintas Covid-19.

#### **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian mengenai *subjective well-being* pernah dilakukan oleh penelitian sebelumnya, namun penelitian dengan membangun model teoritis *subjective well-being* yang dipengaruhi oleh

religiusitas, dukungan sosial yang dirasakan dan dimediasi oleh optimisme pada Muslim penyintas Covid-19 di sembilan wilayah Indonesia meliputi: Banda Aceh, Medan, Padang, Riau, Jakarta, Yogyakarta, Solo, Malang, dan Banjarmasin masih belum banyak dikaji.

Bersumber pada beberapa rujukan jurnal penelitian di bawah ini, maka terdapat perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah:

Pertama, berdasarkan hasil kajian yang dilakukan oleh peneliti pada literature review, banyak penelitian terdahulu yang menggunakan responden remaja yang tidak memiliki kasuistik seperti pada penelitian You & Lim (2019); Abdel-Khalek (2019); Gheinaghi et al., (2018); Krok (2015); Pratisti, (2016), sedangkan keistimewaan dalam penelitian ini, menekankan fenomena *subjective well-being* khusus pada muslim penyintas Covid-19 di Indonesia secara lebih detail dengan menyertakan beberapa variabel sekaligus saling terkait dan dikonstruksikan ke dalam sebuah model.

Kedua, penelitian ini menguji peranan variabel optimisme sebagai variabel mediator, sebab fungsi pikiran dan perasaan yang dirasakan muslim penyintas Covid-19 sangat berperan penting dalam menentukan kesejahteraan muslim penyintas selama dan setelah proses penyembuhan penyakit Covid-19 tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa keaslian dan keistimewaan penelitian ini yaitu optimisme, dimana penelitian tentang *subjective well-being*, optimisme, religiusitas, dan dukungan sosial banyak digunakan dalam lingkup psikologi sosial. Mengingat subjek penelitian adalah Muslim, maka hasil penelitian



ini membuka wacana tentang dinamika dan tingkat *subjective well-being*, optimisme, religiusitas, dan dukungan sosial dalam perspektif psikologi pendidikan Islam. Dengan demikian dapat mengisi kekosongan tersebut serta menjadi kebaruan dalam penelitian ini.

Keaslian pada penelitian ini dapat dilihat dari beberapa rujukan jurnal yang terwakilkan di bawah ini:

#### Penelitian terdahulu

Penelitian : Dariusz Krok, (2015)	
Judul	<i>The Mediating role of optimism in the relation between sense of coheren, subjective and psychological well-being among late adolescents.</i>
Metode	Kuantitatif, untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini digunakan Lisrel.
Lokasi	Penelitian di Polandia.
Responden	Melibatkan 211 Remaja, berusia 16 hingga 20 tahun.
Perbedaan	Pada penelitian ini, variabel SWB dikaitkan dengan religiusitas dan dukungan sosial. Responden adalah penyintas Covid-19, Dewasa berusia 27 hingga 60 tahun.
Penelitian : Pratyush K. Srivastava & Ajai, P. Sriwasta & Ajai P. Singh (2015)	
Judul	<i>Optimism, self-esteem and subjective well-being among trainees under Sarva Shiksha Abhiyan.</i>
Metode	Experiment. Pengujian hipotesis menggunakan analisis Anova.
Lokasi	Penelitian di Predesh, India.
Responden	Melibatkan 400 peserta pelatihan yang terdaftar di Institut.
Perbedaan	Pada penelitian ini Optimisme sebagai variabel intervening yang memediasi beberapa variabel eksogen terhadap SWB. Responden adalah penyintas Covid-19, Dewasa berusia 27 hingga 60 tahun.
Penelitian : You & Lim, (2019)	

Judul	<i>Religious Orientation and Subjective Well-being: The mediating role of meaning in life</i>
Metode	Kuantitatif
Lokasi	Penelitian di Seoul - Korea.
Responden	Melibatkan 579 Remaja yang berusia 21 tahun.
Perbedaan	Pada riset ini, variabel religiusitas, dukungan sosial sebagai variabel eksogen. Responden adalah penyintas Covid-19, Dewasa berusia 27 hingga 60 tahun.
Penelitian : Parades, et al., (2021)	
Judul	<i>The impact of the COVID-19 pandemic on subjective mental well-being: The interplay of perceived threat, future anxiety and resilience.</i>
Metode	Kuantitatif
Lokasi	Penelitian di Colombia
Responden	Masyarakat umum berjumlah 711 orang.
Perbedaan	Pada penelitian ini, variabel SWB sebagai variabel endogen, Religiusitas dan Dukungan sosial sebagai variabel eksogen dimediasi oleh optimisme. Ditujukan kepada responden beragama Islam.
Penelitian : Abdel-Khalek, (2019)	
Judul	<i>Religiosity and subjective well-being in the Arab context: addendum and extrapolation.</i>
Metode	Korelasi untuk menguji religiusitas dan subjective well-being pada Remaja.
Lokasi	Penelitian di Mesir
Responden	Melibatkan 224 volunteer di Universitas Alexandria. Responden terdiri dari (101 pria, 123 wanita) Remaja berusia 17 hingga 20.
Perbedaan	Penelitian ini, variabel religiusitas dan subjective well-being dimediasi oleh optimisme. Analisis yang digunakan Structural Equation Modelling. Responden adalah penyintas Covid-19, Dewasa berusia 27 hingga 60 tahun.
Penelitian : Achour, et al., (2019)	

Judul	<i>Religiosity and subjective well-being towards a balanced civilization: A study among muslim older adults in Malaysia</i>
Metode	Kajian literatur/ Meta analisis untuk melihat efek religiusitas pada subjective well-being orang tua.
Lokasi	Penelitian di Malaysia
Responden	Melibatkan orang tua di Malaysia
Perbedaan	Pada riset ini, religiusitas sebagai variabel eksogen dan subjective well-being sebagai variabel endogen. Metode kuantitatif dan analisis menggunakan Structural Equation Modelling. Responden adalah penyintas Covid-19, Dewasa berusia 27 hingga 60 tahun.
Penelitian : Lorca & Valenzuela, (2020)	
Judul	<i>Religiosity and subjective well-being of the elderly in Chile: a mediation analysis.</i>
Metode	Studi survey, pengujian hipotesis menggunakan Analisis Regresi.
Lokasi	Penelitian di Chile
Responden	Beragama Catholik dan Protestant. Berusia 60 tahun termasuk pria dan wanita, dan berjumlah 1.632 orang.
Perbedaan	Pada penelitian ini, religiusitas dan dukungan sosial variabel eksogen, SWB sebagai variabel endogen dimediasi oleh optimisme. Responden adalah penyintas Covid-19, Dewasa berusia 27 hingga 60 tahun. Analisis menggunakan Structural Equation Modelling.
Penelitian : Darmayanti et al., (2015)	
Judul	<i>Model kesejahteraan subjektif remaja penyintas bencana tsunami Aceh 2004.</i>
Metode	Kuantitaif
Lokasi	Penelitian di kota Banda Aceh.
Responden	Remaja berusia 15 hingga 18 tahun, subjek berjumlah 209 orang.

Perbedaan	Pada penelitian ini, variabel subjective well-being; ditujukan pada muslim penyintas Covid-19 yang berusia 27 hingga 60 tahun. Berada di tiga pulau yaitu Sumatera, Jawa, dan Kalimantan, serta 9 provinsi dilibatkan dalam penelitian ini.
Penelitian : Pratisti (2016)	
Judul	<i>Model kesejahteraan subjektif pada remaja.</i>
Metode	Kuantitatif
Lokasi	Penelitian di Kabupaten Sukoharjo
Responden	204 orang remaja yang usia 15 hingga 18 tahun.
Perbedaan	Pada penelitian ini, religiusitas sebagai variabel eksogen, optimisme sebagai variabel mediasi. Responden adalah penyintas Covid-19, Dewasa berusia 27 hingga 60 tahun.
Penelitian : Akram Gheinaghi1, Akram Sanagoo, Leila Jouybari (2018)	
Judul	<i>The relationship between religious beliefs, social support and optimism in students of golestan university of medical sciences</i>
Metode	Penelitian korelasional dan pengujian hipotesis menggunakan <i>t-test</i> dan <i>multiple regression</i> .
Lokasi	Penelitian di Iran
Responden	Melibatkan 327 mahasiswa University of medical sciences.
Perbedaan	Riset ini menerangkan religiusitas dan dukungan sosial sebagai variabel eksogen, dan optimisme sebagai variabel mediator. Responden adalah penyintas Covid-19, Dewasa berusia 27 hingga 60 tahun. Analisis menggunakan SEM.