

**GAMBARAN RESILIENSI ORANG YANG KEHILANGAN
ANGGOTA KELUARGA DI MASA PANDEMI AKIBAT
COVID-19**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan
Universitas Widya Dharma Klaten



Diajukan oleh :

Asri Indah Purnama Sari

NIM. 1861100024

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS WIDYA DHARMA
KLATEN
2022**



HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk diujikan pada sidang ujian skripsi

Menyetujui :

Pembimbing Pertama

Pembimbing Kedua

Hartanto, S.Psi., M.A
NIK. 690 313 334

Winarno Heru Murjito, M. Psi. PSIK.
NIK. 690 811 318

Mengetahui :

PLT Ketua Program Studi Psikologi

Winarno Heru Murjito, M. Psi. PSIK.
NIK. 690 811 318



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan pada Sidang Ujian Skripsi pada
Rabu, 13 Juli 2022, dengan susunan Dewan Penguji :

Ketua

Dra. Dwi Wahyuni U, S.Psi, M.Phil
NIP. 19670224 199403 2 001

Sekretaris

Anna Febriyanty, S.Psi, M.Si, M.Psi, Psikolog
NIK.690 811 319

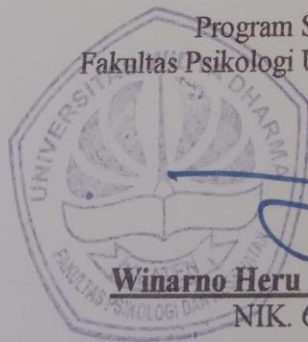
Penguji Pertama

Hartanto, S.Psi., M.A
NIK. 690 313 334

Penguji Kedua

Winarno Heru Murjito, M.Psi.PSIK
NIK. 690 811 318

Program Strata 1 Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Widya Dharma
Dekan



Winarno Heru Murjito, M.Psi.PSIK
NIK. 690 811 318



HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Asri Indah Purnama Sari

Nim : 1861100024

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam karya skripsi saya yang berjudul **“GAMBARAN RESILIENSI PADA ORANG YANG KEHILANGAN ANGGOTA DI MASA PANDEMI AKIBAT COVID-19 ”** adalah benar-beanar hasil karya atau penelitian saya sendiri dan bukan hasil dari karya orang lain. Hak-hal yang bukan merupakan karya saya dalam skripsi ini telah diberi tanda situasi yang ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya. Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis.

Klaten, 4 Juli 2022

ng menyatakan,



Asri Indah Purnama Sari

MOTTO

- “Do the best and Pray. God will take care of the rest”
- “Hal baik akan datang di waktu yang baik”
- “Proses sama pentingnya dibandingkan hasil. Hasilnya nihil tak apa. Yang penting sebuah proses telah dicanangkan dan dilaksanakan” (Sujiwo Tejo)
- “Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan” (Q.S Al Insyirah 5)
- “Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai kesanggupannya” (Q.S. Al-Baqarah 286)
- “Sempatkan untuk menghargai hal sekecil apapun bahkan bersyukurlah sebelum mengalami banyak kehilangan” (Asri Indah Purnama Sari)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Sebuah karya skripsi yang dibuat penulis untuk dipersembahkan kepada :

1. Diri pribadi penulis, terimakasih sudah mau dan mampu bertahan untuk tetap kuat sampai saat ini, terimakasih telah berjuang sejauh ini untuk menyelesaikan penyusunan skripsi.
2. Bapak dan Ibu, Sulono dan Alm.Suharmi Purwanti, terimakasih atas doa, semangat, pengorbanan, nasehat serta kasih sayang yang tidak pernah ada hentinya sampai saat ini.
3. Kakak saya, Novita Sari Rahayu dan Ariyanto, terimakasih untuk doa, nasehat, semangat, dan dukungannya dalam segala hal bahkan dalam mengerjakan skripsi ini.
4. Aqib Ilham sebagai partner terbaik, terimakasih telah menjadi penyemangat dalam semua hal di hidup saya serta telah menjadi rumah untuk tempat berkeluh kesah dan berbagi cerita.
5. Ibu Rustriyani yang telah dianggap penulis sebagai ibu kedua, terimakasih untuk semangat, kasih sayang serta doa-doa terbaik yang telah diberikan kepada saya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penyusunan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Progam Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Widya Dharma Klaten, dengan judul **“Gambaran Resiliensi Pada Orang Yang Kehilangan Anggota Keluarga Di Masa Pandemi Akibat Covid-19”**.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Sehingga penulis mengharap saran dan kritik yang membangun dari para pembaca untuk pengembangan ilmu yang berguna kedepannya. Dengan selesainya skripsi ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Allah SWT karena atas semua nikmat, keridhoanNya serta bimbinganNya yang senantiasa selalu diberikan di setiap langkah penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr.Triyono, M.Pd selaku Rektor Universitas Widya Dharma Klaten.
3. Bapak Winarno Heru Murjito, M.Psi., Psik selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Widya Dharma Klaten sekaligus Pembimbing Kedua yang telah banyak membantu juga mamberikan ilmu kepada penulis selama belajar di Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Widya Dharma Klaten serta telah berkenan memberikan saran dan masukan selama masa studi maupun dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Hartanto, S.Psi., M.A selaku Pembimbing Akademik serta selaku Pembimbing Pertama yang dengan sabar dan ikhlas telah berkenan membantu, mengarahkan, membimbing penulis selama masa studi, serta memberikan motivasi kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

5. Seluruh dosen di Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang telah membimbing, mendidik, dan memberikan ilmunya serta arahan-arahan kepada saya selama masa perkuliahan.
6. Staff Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Widya Dharma Klaten yang telah memberikan pelayanan yang terbaik.
7. Teman-teman Psikologi angkatan 18 Universitas Widya Dharma Klaten terimakasih atas kebersamaannya selama masa perkuliahan.
8. Kepada semua teman-teman, saudara yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, saya persembahkan skripsi ini untuk kalian semua

Dan untuk semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Terimakasih atas semua bantuannya dalam menyusun skripsi ini. Semoga Allah SWT memberikan balasan untuk keikhlasan yang telah diberikan. Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan.

Klaten, 4 Juli 2022

Penulis

Asri Indah Purnama Sari

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN	Error! Bookmark not defined.
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
<i>ABSTRACT</i>	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Permasalahan Penelitian	7
1.3 Signifikansi dan Keunikan Penelitian	8
1.4 Tujuan Penelitian	10
1.5 Manfaat Penelitian	11
BAB II	13
KAJIAN PUSTAKA	13
2.1 Resiliensi	13
2.1.1 Pengertian Resiliensi	13
2.1.2 Aspek-Aspek Resiliensi	15
2.1.3 Fungsi Resiliensi	18
2.1.4 Faktor Resiliensi	19
2.1.5 Tahapan – Tahapan Resiliensi	21
2.1.6 Karakteristik Individu Yang Memiliki Kemampuan Resiliensi	23
2.2 Orang Yang Kehilangan Anggota Keluarga Di Masa Pandemi	25
2.3 Kerangka Pikir	27

BAB III.....	28
METODE PENELITIAN	28
3.1 Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	28
3.2 Subjek Penelitian	30
3.3 Teknik Penggalian Data	31
3.3.1 Wawancara.....	31
3.3.2 Observasi.....	33
3.3.3 Dokumentasi	34
3.4 Teknik Pengorganisasian Dan Analisis Data	34
3.5 Teknik Pemantapan Kredibilitas Penelitian	36
3.5.1 <i>Credibility</i> (Derajat Kepercayaan).....	36
3.5.2 <i>Reliability</i> (Kehandalan)	38
3.5.3 <i>Confirmability</i> (Kepastian)	38
4.1 Setting Penelitian.....	39
4.2.1 Deskripsi Hasil Temuan Informan.....	40
4.2.2 Hasil Observasi Pada Informan	61
4.2.3 Hasil Analisis Data Informan.....	64
4.3 Pembahasan	79
BAB V	82
PENUTUP	82
5.1 Kesimpulan.....	82
5.2 Saran	84
5.3 Keterbatasan Penelitian	85
DAFTAR PUSTAKA	87

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Penelitian Terdahulu tentang Gambaran Resiliensi	8
Tabel 4.2 Identitas Informan dan Significant Other (SO)	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.3 Aspek Resiliensi (Dokumen Peneliti, 2022)	27
Gambar 3.1 Alur Analisis Data Penelitian.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Panduan Wawancara.....	xviii
Lampiran 2 Panduan Observasi.....	xxi
Lampiran 3 <i>Coding</i> Hasil Wawancara Informan	xxii
Lampiran 4 <i>Coding</i> Hasil Wawancara <i>Significant Other</i>	xxv
Lampiran 5 Laporan Dokumentasi.....	xxviii
Lampiran 6 <i>Informed Consent</i>	xxx
Lampiran 7 Surat Ijin Penelitian	xxxiii
Lampiran 8 <i>Expert Judgment</i>	xxxiv

Asri Indah Purnama Sari, NIM.1861100024, Progam Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Widya Dharma Klaten, Gambaran Resiliensi Pada Orang Yang Kehilangan Anggota Keluarga Di Masa Pandemi Akibat Covid-19

ABSTRAK

Adanya pandemi Covid-19 telah memberikan dampak yang begitu banyak bagi masyarakat. Salah satunya adalah kematian. Kematian di masa pandemi akibat Covid-19 memberikan rasa kehilangan dan meninggalkan duka yang begitu mendalam. Kehilangan orang yang dicintai akan membawa berbagai dampak, khususnya dalam aspek psikologis yaitu kesedihan, keterpurukan, keputusasaan, dan keputusasaan. Seseorang yang di keterpurukan akan mengalami penurunan fungsi tubuh, memori, dan kesehatan. Maka dari itu, penting adanya suatu resiliensi diri sejak awal untuk membangun kekuatan-kekuatan dasar bagi individu agar mampu bertahan dalam menghadapi setiap permasalahan dalam hidup. Resiliensi adalah adaptasi positif terhadap kesulitan dan tekanan, atau kemampuan individu untuk bangkit dari keterpurukan dengan pengalaman negatif yang telah dialaminya sehingga menjadi sebuah pribadi yang lebih baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan memahami gambaran resiliensi pada orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat Covid-19. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi deskriptif. Informan penelitian ini terdiri dari tiga orang wanita sebagai informan utama dan tiga orang sebagai *significant other*. Informan utama dalam penelitian ini memiliki kriteria (1) Wanita usia 40-60 tahun (2) kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat Covid-19. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara semi terstruktur. Teknik pengorganisasian dan analisis data menggunakan *software* Atlas.ti versi 7.5.16. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat Covid-19, dilihat dari tujuh aspek yang diteliti hasilnya lima aspek positif (regulasi emosi, optimis, analisis penyebab masalah, efikasi diri, dan pencapaian) dan dua aspek lainnya negatif (pengendalian implus dan empati). Ketiga informan utama memiliki tingkat resiliensi yang cukup baik.

Kata Kunci : Covid-19, Kehilangan Anggota Keluarga, Wanita, Resiliensi.

Asri Indah Purnama Sari, NIM. 1861100024, Psychology Study Program,
Faculty of Psychology and Health, Widya Dharma University Klaten, Overview of
Resilience in People Who Lose Family Members During a Pandemic Due to
Covid-19

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic has had a huge impact on society. One of them is death. Death during the Covid-19 pandemic gives a sense of loss and leaves a deep sorrow. Losing a loved one will bring various impacts, especially in the psychological aspect, namely sadness, depression, grief, and despair. A person who is in a slump will experience a decrease in body function, memory, and health. Therefore, it is important to have self-resilience from the start to build basic strengths for individuals to be able to survive in the face of every problem in life. Resilience is a positive adaptation to adversity and pressure, or an individual's ability to rise from adversity with negative experiences that he has experienced so that he becomes a better person. The purpose of this study is to find out and understand the picture of resilience in people who have lost family members during the COVID-19 pandemic. This type of research is a qualitative research using a descriptive study approach. The informants of this study consisted of three women as the main informants and three as the significant other. The main informants in this study had criteria (1) Women aged 40-60 years (2) lost a family member during the COVID-19 pandemic. Data collection techniques using semi-structured interviews. Techniques for organizing and analyzing data using Atlas.ti software version 7.5.16. The results showed that the resilience of people who lost family members during the Covid-19 pandemic, judging from the seven aspects studied, the results were five positive aspects (emotional regulation, optimism, analysis of the causes of problems, self-efficacy, and achievement) and two other negative aspects (impulse control and empathy). The three main informants have a fairly good level of resilience.

Keywords: Covid-19, Loss of Family Members, Women, Resilience.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada 11 Maret 2020, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan Covid-19 sebagai pandemi, setelah 200.000 kasus dan 8.000 kematian dilaporkan di lebih dari 160 negara. Pandemi merupakan wabah yang berjangkit serempak di mana-mana, meliputi daerah geografis yang luas dan lintas benua (Setiawan, 2012). Penetapan status pandemi dilakukan atas banyaknya penyebaran virus yang secara geografis telah mencapai lebih dari 200 negara, termasuk Indonesia. Pandemi Covid-19 memiliki dampak yang berbeda RI (2020), kasus kematian akibat Covid-19 yang selalu menunjukkan peningkatan di setiap pada kehidupan masyarakat, dampak ini disebabkan oleh tingginya angka kematian akibat Covid-19. Kasus kematian akibat Covid-19 di Indonesia telah mencapai angka 1 juta kasus sejak pertengahan Februari 2021 (Satuan Tugas Penanganan Covid-19, 2021).

Kasus kematian akibat Covid-19 mencapai 3,7 % per Desember 2020. Tercatat kasus Covid-19 per Minggu 19 Desember 2021: Positif 4.260.544, Sembuh 4.111.619, Meninggal 144.002. Satgas PP Covid-19 Kabupaten Klaten melalui Koordinator Penanganan Kesehatan, dr.Cahyono Widodo, M.Kes menyampaikan pada hari Jumat, 31 Desember 2021 tidak ada kasus sembuh dan penambahan kasus terkonfirmasi baru. Jumlah kasus kumulatif Covid-19 Kabupaten Klaten sebanyak 34.834 kasus. Dari jumlah tersebut 1 menjalani perawatan/isolasi, 31.910 sembuh dan 2.923 meninggal

dunia. Seseorang yang kehilangan orang yang dicintai akan mengalami berbagai masalah emosi seperti : kehilangan, kesedihan kesepian dan kurang kasih sayang. Peristiwa kematian di masa pandemi Covid-19 ini, keluarga tidak memiliki banyak kesiapan psikologis untuk menghadapi kesedihan dan kehilangan orang yang dicintai. Biasanya diperlukan waktu berbulan-bulan bahkan bertahun-tahun untuk menyesuaikan diri setelah orang yang dicintai meninggal, dan seiring waktu tersebut individu akan mengembangkan kenormalan baru dalam hidupnya.

Salah satu desa di Klaten yang mengalami kondisi kehilangan anggota keluarga di masa pandemi ini adalah Desa Sengon, Prambanan, Klaten. Desa Sengon ini juga merupakan salah satu desa juga yang memperoleh berbagai dampak dari peristiwa gempa bumi yang mengguncang Yogyakarta dan Jawa Tengah pada tanggal 27 Mei 2006. Dahsyatnya guncangan gempa bumi yang memporak-porandakan sejumlah bangunan serta menyisakan trauma. Desa Sengon kembali lagi menjadi desa yang juga memperoleh dampak dari pandemi Covid-19, salah satunya yakni kehilangan anggota keluarga akibat terpapar virus Covid-19. Pada penelitian ini subjek penelitian mengalami kehilangan anggota keluarga akibat sakit dan terpapar covid-19.

Setiap individu untuk melanjutkan hidupnya setelah tertimpa musibah atau mengalami peristiwa traumatis memang tidak mudah. Perasaan bersalah dan rasa penyesalan yang selalu hadir serta hidup dalam kehampaan membuat seseorang menjadi putus asa. Tetapi perlu adanya dorongan dari diri

sendiri serta ada dukungan dari lingkungan sekitar untuk bangkit dari keterpurukan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Bonanno 2004 (dalam Fernandez & Soedagijono, 2018) agar dapat melanjutkan hidup dengan menatap masa depan yang cerah serta menjadi pribadi yang lebih baik lagi perlu adanya dorongan untuk bangkit.

Pada penelitian ini, situasi pandemi Covid-19 tidak sedikit dari mereka yang mengalami kehilangan anggota keluarga akibat terpapar virus Covid-19. Sesuai dengan fenomena yang berada di lapangan tentang wanita yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat terpapar Covid-19. Wanita sering disebut sebagai seseorang yang paling dekat dengan semua anggota keluarga di rumah. Perempuan adalah seorang yang ekspresif dalam hal emosi seperti tertawa, menangis, dan bersedih. Menurut pendapat (Ratnasari & Suleeman, 2017) perempuan lebih banyak memperlihatkan kesedihan dan ketakutan yang dialaminya, perempuan juga mudah memperlihatkan ekspresi dan emosi dari raut muka dan juga pengucapannya yang sering dilakukan. Perempuan dikenal sebagai seorang yang memiliki sifat emosional karena ia lebih sering memperlihatkan emosionalnya.

Seseorang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat terpapar Covid-19 dapat dikatakan ia memiliki tingkat kesedihan yang berbeda dengan kehilangan anggota keluarga yang disebabkan oleh kecelakaan, sakit, bencana alam, atau lainnya. Hal ini disebabkan karena proses pemakaman di masa pandemi ini dengan menggunakan protokol kesehatan. Keluarga akan dikucilkan oleh lingkungan sekitar akibat ada

anggota keluarga yang meninggal dunia akibat terpapar virus Covid-19. Acara perpisahan pun hanya boleh di hadiri beberapa orang untuk memutusrantai penyebaran Covid-19. Serta tidak adanya keluarga, kerabat, dan masyarakat sekitar datang ke rumah keluarga korban menyebabkan kurang terpenuhinya support sistem tersebut.

Meski setelah kematian dan rasa duka selalu hadir dalam tiap individu yang telah kehilangan orang yang dicintai, tetapi mereka harus bisa bangkit dari keterpurukan serta bisa beradaptasi dengan lingkungan yang baru meskipun secara bertahap atau berproses secara pelan-pelan. Seseorang harus melakukan sesuatu hal atau membuat kesibukan agar kesedihan tersebut hilang dengan seiring berjalannya waktu. Samuel dalam Nurinayanti dan Atiudina (2011) mengartikan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk tetap mampu bertahan dan tetap stabil dan sehat secara psikologis setelah melewati peristiwa-peristiwa yang traumatis. Nurinayanti dan Atiudina (2011:93) menyatakan bahwa resiliensi sebagai kemampuan untuk beradaptasi secara positif ketika dalam kondisi yang tidak menyenangkan dan penuh resiko.

Keberhasilan proses resiliensi pada seseorang di dukung oleh kesadaran dan refleksi pentingnya untuk bangkit dari rasa keterpurukan dari setiap individu yang kehilangan anggota keluarga untuk memiliki rasa optimis dalam menghadapi masa depannya. Karena untuk mengembangkan potensi yang ada dalam diri dan meraih keberhasilan kuncinya adalah sikap optimis yang kemudian melahirkan harapan-harapan. Tanpa harapan (*hope*)

dan keyakinan di masa yang akan datang akan membuat seseorang yang kehilangan anggota keluarga akan selalu terpuruk dalam kehidupannya (Shodiq & Nurlaela, 2014).

Berkaitan dengan penelitian ini, peneliti akan melakukan beberapa kajian terhadap hasil penelitian yang telah ada dengan judul “ *Gambaran Resiliensi Masyarakat Aceh Setelah Mengalami Pengalaman Traumatis*” : Vol 3 No 1 Juli 2020, Jurnal Psikologi Terapan. Hasil penelitian ini adalah para responden sebagian besar memiliki ketahanan yang baik untuk dapat bangkit kembali dari trauma yang mereka alami. Faktor-faktor yang mempengaruhi proses pencapaian ketahanan ini diantaranya yaitu; religius atau ritual agama, mendapat dukungan dari *significant others* (kerabat dekat), rasa syukur dan ikhlas, harapan akan masa depan, dan mengikuti terapi. Menerima dengan ikhlas bahwa semua yang terjadi adalah kehendak Allah Yang Maha Kuasa merupakan hal penting lainnya yang disampaikan oleh informan dalam penelitian ini. Pemikiran dan kepercayaan seperti ini menjadi salah satu faktor penentu ketahanan diri individu sebagai survivor dari bencana yang terjadi.

“Kami percaya itu semuanya musibah dari Allah yang memiliki kekuasaan yang meliputi bumi dan langit. Jadi, dengan cara ikhlas menerima takdir itu trauma saya dan keluarga sembuh, karena paling penting kalau trauma itu kan hati harus tenang. Dengan ikhlas menerima takdir, maka hati akan tenang.” (kutipan wawancara)

Penelitian selanjutnya yang berjudul “ *Dinamika Resiliensi Remaja Jawa Pasca Kematian Orang Tua*” Nugroho, (2020), Yogyakarta, Universitas Sanata Dharma). Proses resiliensi atau olah rasa yang dilakukan

informan adanya dua faktor yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa dari ketiga informan, dua diantaranya pada kondisi yang tidak susah mereka mampu mencapai titik resiliensi serta sikap hidup menerima kenyataan dan ikhlas sedangkan untuk satu informan masih berada pada tahap berduka karena adanya realita yang belum dapat diterima pasca kematian orang tuanya.

Resiliensi merupakan suatu hal penting saat individu membuat keputusan yang berat dan sulit di saat-saat atau kondisi terdesak. Resiliensi merupakan pola pikir yang dapat digunakan untuk meningkatkan seseorang dalam mencari pengalaman baru dan memandang kehidupan sebagai proses yang meningkat. Resiliensi itu dapat menciptakan dan memelihara sikap yang positif untuk menekuni suatu perubahan perilaku, sehingga seseorang menjadi percaya diri ketika berhubungan dengan orang lain, serta berani mengambil resiko atas tindakan yang akan dilakukan.

Banyak penelitian yang telah membahas mengenai resiliensi, tetapi masih sedikit penelitian yang membahas mengenai bagaimana gambaran resiliensi pada orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat terpapar Covid-19. Seseorang yang kehilangan pasti berada di posisi yang terpukul dan sangat terpuruk. Seseorang yang memiliki kemampuan untuk bangkit dari rasa berduka atas kehilangan anggota keluarga dan keterpurukan lebih cepat merupakan seseorang yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi. Sedangkan seseorang yang memiliki kemampuan lebih lama untuk bangkit dari rasa keterpurukan merupakan seseorang yang

memiliki tingkat resiliensi yang rendah. Sehingga menarik peneliti untuk melakukan penelitian terhadap resiliensi orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat terpapar Covid-19.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti ini, berfokus pada gambaran resiliensi pada orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat terpapar Covid-19. Peneliti ingin memahami dan mendalami tahapan kemampuan bangkit dari keterpurukan pada individu yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi ini.

1.2 Permasalahan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka fokus penelitian ini mengenai gambaran resiliensi pada orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat Covid-19. Seperti bagaimana keluarga bertahan akibat pengucilan pada saat melakukan isolasi, bagaimana sikap yang dibangun saat kehilangan orang yang dicinta, perasaan yang muncul ketika ditinggal oleh orang yang dicinta, hal-hal yang dilakukan untuk mengatasi perasaan yang dirasakan, bagaimana kehidupan bisa berlanjut pasca kematian orang yang dicinta dan lain-lain. Kematian anggota keluarga di masa pandemi akibat Covid-19 ini memiliki dampak yang menyedihkan bagi mereka yang ditinggalkan. Peneliti menggali informasi secara lebih spesifik mengenai perasaan dan perilaku orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi serta perubahan-perubahan yang dialami selama berduka seperti perubahan fisik, psikologis, sosial, maupun spiritual,

makna positif terhadap kehilangan, dukungan yang diterima saat berduka serta cara yang dilakukan untuk dapat bangkit dari perasaan berduka dan mampu menjalani hidupnya seperti semula.

1.3 Signifikansi dan Keunikan Penelitian

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang dapat dilihat pada table 1.1 berikut :

Tabel 1.1 Penelitian Terdahulu tentang Gambaran Resiliensi

No.	Nama Peneliti, Tahun, Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Rahmat,dkk (2014) tentang Gambaran Resiliensi Anak Pasca Bencana Banjir di Bandung, Jawa Barat	Deskriptif Kuantitatif & Kualitatif	Kemampuan resiliensi yang dimiliki anak pasca bencana banjir menunjukkan kemampuan yang baik/tinggi dalam <i>implus control, optimism, casual analysis</i> sedangkan kemampuan yang rendah adalah regulasi emosi, <i>empati, self efficacy, dan reaching out.</i>
2.	Anif Muzaynah (2019) tentang Dinamika Resiliensi Pada Single Mother Setelah Kematian Pasangan	Kualitatif Pendekatan Fenomologi	Ketiga subjek mampu mengontrol emosi untuk tetap tenang ketika berada didalam kondisi yang menekan, subjek kedua dan ketiga melihat permasalahan dengan santai serta menerima. Subjek pertama mengatasi masalah seorang diri, tidak memperlihatkan kesulitan yang subjek alami kepada orang lain selagi subjek masih bisa, dan subjek mampu bangkit setelah empat bulan pasca kematian pasangan.
3.	Safarina & Ella (2020) tentang Gambaran Resiliensi Masyarakat Aceh Setelah Mengalami Pengalaman Traumatis	Kualitatif Pendekatan Fenomologi	Penelitian dengan 10 orang penyintas (survivor) dari bencana tsunami dan konflik Aceh yang terjadi 15 tahun yang lalu. Sebagian besar responden memiliki ketahanan yang baik untuk dapat bangkit kembali dari trauma yang mereka alami.
4.	Nugroho (2020) tentang Dinamika Resiliensi Remaja	Kualitatif Pendekatan IPA (<i>Interpretative</i>	Dua remaja menunjukkan sikap tidak susah untuk bangkit mencapai titik resiliensi serta sikap hidup

	Jawa Kematian Tua.	Pasca Orang	<i>Phenomological Analysis)</i>	nrima dan ikhlas sedangkan satu remaja masih berada pada tahap reintegrasi terutama disebabkan karena adanya realita yang belum dapat diterima pasca kematian orang tuanya.
5.	Lela (2021) tentang Resiliensi Orangtua terhadap Kematian Anak (Studi Kasus terhadap Kecelakaan Lalu Lintas di Desa Air Napal Kecamatan Air Napal Kabupaten Bengkulu Utara)		Kualitatif Pendekatan Studi Fenomologi	Resiliensi orang tua dilihat dari tujuh aspek yang diteliti hasilnya lima aspek positif (aspek optimisme, analisis penyebab masalah, empati, efikasi diri, pencapaian) dan dua aspek yang negatif di aspek (regulasi emosi dan pengendalian impuls). beradaptasi dengan lingkungan sekitar.
6.	Muhammad Wahyu (2021) tentang Studi Deskriptif Mengenai Resilensi Anggota Keluarga Korban Kecelakaan Meninggal Dunia		Deskriptif Kuantitatif	Penelitian dengan 222 responden yang menjadi anggota keluarga korban kecelakaan meninggal dunia menunjukkan bahwa tingkat resiliensi subjek mayoritas berada di kategori tinggi sebanyak 57,2% dan pada kategori sedang sebanyak 41% kemudian kategori rendah sebanyak 1,8%. Dari hasil ini keluarga korban kecelakaan meninggal dunia memiliki resiliensi yang cukup baik dalam menghadapi sebuah kejadian tak terduga dan mampu untuk kembali bangkit dari keterpurukan yang sedang dialami.

Seperti yang telah dijelaskan pada bagian latar belakang, penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya. Hal ini dilihat dari (1) Pengalaman peristiwa traumatis yang dilalui, penulis menggunakan fenomena yang terjadi di dunia yaitu adanya pandemi Covid-19 yang menyebabkan seseorang kehilangan anggota keluarga akibat terpapar virus Covid-19 (2) Kemudian pada level fokus penelitian, peneliti berfokus pada mendeskripsikan bagaimana gambaran resiliensi pada orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat terpapar Covid-19 dan memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan kehidupan baru setelah

kehilangan anggota keluarga serta bisa melakukan kegiatan yang lebih baik dari kehidupan sebelumnya. Berbeda dengan peneliti sebelumnya yang mengungkap tentang resiliensi pada berbagai peristiwa traumatis yang telah dilalui seperti sakit, bencana alam, dan kecelakaan (3) Selanjutnya pada subjek penelitian yang digunakan, peneliti berfokus pada wanita yang kehilangan anggota keluarga akibat terpapar Covid-19. Menurut pendapat (Ratnasari & Suleeman, 2017) perempuan lebih banyak memperlihatkan kesedihan dan ketakutan yang dialaminya, perempuan juga mudah memperlihatkan ekspresi dan emosi dari raut muka dan juga pengucapannya yang sering dilakukan. (4) Pada bagian metode penelitian, penelitian ini sebagai studi deskriptif, penulis melalui pendekatan studi deskriptif ini berusaha menggali secara sistematis serta berusaha menggambarkan makna dari pengalaman hidup lebih mendalam mengenai gambaran resiliensi pada orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat terpapar Covid-19.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan memahami gambaran resiliensi pada orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat terpapar Covid-19. Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif agar mampu mengungkap serta menggambarkan makna dari pengalaman hidup lebih mendalam mengenai gambaran resiliensi pada orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat terpapar Covid-19. Bagaimana individu memaknai pengalamannya tersebut berkaitan

dengan fenomena tertentu yang sangat berarti bagi individu yang bersangkutan.

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini diklasifikasikan berdasarkan manfaat teoritis dan praktis yakni sebagai berikut :

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah dan meningkatkan wawasan pengetahuan di bidang psikologi tentang gambaran resiliensi pada orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat terpapar Covid-19 melalui proses-proses pengalaman berduka dan kehilangan yang telah dialami.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi subjek, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat lebih memahami gambaran resiliensi orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat Covid-19 serta dapat dijadikan sebagai sarana untuk memberikan dukungan sosial dan motivasi bagi subjek yang kehilangan orang yang disayangi di masa pandemi atau orang yang pernah kehilangan anggota keluarga dengan peristiwa yang berbeda untuk bisa bangkit dari kesedihan dan keterpurukan.
2. Bagi khalayak umum, diharapkan dari penelitian ini bisa diambil hikmah untuk selalu bersyukur terhadap nikmat dari Tuhan serta dapat dijadikan pelajaran untuk semua masyarakat tentang gambaran kemampuan

individu untuk bangkit dari kesedihan akibat kehilangan orang yang disayangi serta mampu untuk mengelola diri sendiri dalam menghadapi permasalahan sehingga individu akan menjadi pribadi yang lebih baik lagi dari sebelumnya.

3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini bisa digunakan sebagai referensi bagi peneliti lain apabila ingin melakukan penelitian dengan tema yang sama.

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan yang di lakukan, dapat disimpulkan bahwa gambaran resiliensi pada orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat covid-19), bisa dikatakan resiliensi dalam waktu yang cukup lama untuk memiliki resiliensi yang positif. Dari ketiga informan utama tersebut mereka juga memiliki waktu yang berbeda untuk menjadi resiliensi. Jika dilihat dari tujuh aspek yang di teliti, maka didapati bahwa lima aspek positif (regulasi emosi, optimis, analisis penyebab masalah, efikasi diri, dan pencapaian) dan dua aspek lainnya negatif (pengendalian implus dan empati).

Pada fase ini wanita sudah mampu dalam mempertimbangkan semua kemungkinan untuk menyelesaikan suatu masalah dan bertanggung jawab. Berdasarkan musibah yang telah terjadi, ketika informan bisa dikatakan dapat resiliensi karena memiliki harapan untuk masa depan dan mencoba tidak terpuruk terlalu lama pada permasalahan yang terjadi. Ketiga informan optimis bahwa mereka mampu mengatasi masalah yang sulit serta mampu mengfungsikan aspek-aspek dalam resiliensi. Ketiga informan juga memiliki harapan yang cerah untuk masa depannya. Menurut ketiga informan mereka

memiliki dukungan yang sangat berpengaruh dalam menjalankan hidup selanjutnya setelah musibah terjadi yaitu anak. Ketiga informan memunculkan kemampuan pada regulasi emosi, optimisme, analisis penyebab masalah, efikasi diri dan pencapaian meskipun ketiga informan memiliki kemampuan yang tidak sama persis. Kemampuan resiliensi yang dimiliki membuat ketiga informan berhasil dalam mengartikan suatu kondisi sulit.

Seperti yang diungkapkan Reivich dan Shatte (2002) bahwa individu yang resilien mampu meraih aspek positif atau mengambil hikmah dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa. Individu meningkatkan aspek positif dalam dirinya untuk berani mengatasi segala ketakutan yang mengancam kehidupannya. Kemampuan resiliensi yang menonjol pada ketiga informan yaitu optimisme, karena ketika informan memiliki harapan untuk masa depan dan tujuan hidup.

Kemampuan pada aspek pengendalian impuls yang dimiliki dari ketiga informan cukup berbeda, hal ini ditunjukkan pada informan pertama yang sudah mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitar setelah terjadinya musibah sedangkan untuk informan kedua dan ketiga masih belum dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Kemampuan ketiga informan dinilai dapat mengfungsikan kembali aspek-aspek proses resiliensi yang dimiliki ketiga informan dan memiliki tingkat resiliensi yang cukup baik. Faktor-faktor yang dapat meningkatkan resiliensi pada ketiga informan mencakup pengalaman yang dirasakan, dukungan sosial dan strategi koping yang efektif.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Individu Yang Kehilangan Anggota Keluarga Di Masa Pandemi

Diharapkan bagi orang yang telah mengalami kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat covid-19 agar dapat menghadapi semua masalah yang dialami dengan berpikir positif dan lebih semangat untuk menjalani hidup di masa depan. Selain itu apabila individu mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan struktur keluarga, fungsi, dan peran yang baru alangkah sebaiknya mencari bantuan dari orang lain misalnya berkonsultasi psikolog agar permasalahan yang dihadapi dapat segera diselesaikan sehingga individu dapat kembali bangkit dari keterpurukan.

5.2.2 Bagi Keluarga dan Khalayak Umum

1. Keluarga diharapkan agar bisa memahami resiliensi pada orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat covid-19 dan menerima keadaan apa adanya dengan memberikan dukungan, kasih sayang dan perhatian sehingga dapat membantu proses pemulihan psikologis.
2. Untuk masyarakat, masalah kehilangan seseorang yang sangat dicintai memang menjadi satu musibah yang tidak ingin dialami oleh siapapun terlebih lagi kehilangan orang yang dicintai di masa pandemi akibat covid-19. Maka jangan mengucilkan seseorang yang sedang mengalami musibah tetapi justru harus memberikan dukungan untuk dapat bangkit dari keterpurukan.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih jauh dari sempurna dan memiliki keterbatasan terutama dalam hal jumlah informan, maka untuk saran peneliti selanjutnya yakni,

1. Menambah jumlah informan agar data atau pola tentang gambaran resiliensi dari informan dapat diungkap lebih banyak, luas, dan mendalam.
2. Menggunakan aspek-aspek dari teori atau okoh lainnya yang mungkin memiliki kapasitas yang lebih optimal dalam menjadi tolak ukur untuk menggali data mengenai gambaran resiliensi pada orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat covid-19.
3. *Interview Guide* dapat lebih dikembangkan lagi agar pertanyaan yang diajukan berkualitas, sehingga jawaban yang diperoleh juga berisi informasi yang sangat berharga dan sulit dimiliki.
4. Menambah referensi dan teori agar pembahasan mengenai gambaran resiliensi pada orang yang kehilangan anggota keluarga di masa pandemi akibat covid-19 lebih lengkap dan kredibel untuk disuguhkan kepada pembaca

5.3 Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat keterbatasan yakni peneliti hanya melakukan penelitian di satu desa dengan informan yang terbatas yaitu di Desa Sengon dengan memperoleh hasil bahwa seluruh informan dalam penelitian ini

memiliki tingkat resiliensi yang cukup baik apabila di kemudian hari dilakukan penelitian dengan tema yang sama dengan tempat penelitian dan subjek penelitian yang berbeda mungkin akan diperoleh hasil yang beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Worden, J. W. 2018. *Grieving Counseling and Grieving Therapy Fifth Edition*. New York: Springer Publishing Company.
- Gross, Richard. 2018. *The Psychology of Everything*. London and New York : Routledge Taylor & Francis Group
- Dwiartayani, dkk. 2021. *Gambaran Proses Grieving Pada Dewasa Awal Yang Mengalami Kehilangan Anggota Keluarga Akibat Virus Covid-19*. Jurnal Psikologi Prima Vol 04 No 01
- Fitria, A.S. 2013. *Grief Pada Remaja Akibat Kematian Orang Tua Secara Mendadak* Diakses dari <http://lib.unnes.ac.id/18463/1/1550408014.pdf>
- Djam'an, Satori & Aan, Komariah. 2017. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta
- Safarina, N.A& Suzanna, Ella. 2020. *Gambaran Resiliensi Masyarakat Aceh Setelah Mengalami Pengalaman Traumatis* : Vol 3 No1, Jurnal Psikologi Terapan
- Nugroho, M.A. 2020. *Dinamika Resiliensi Remaja Jawa Pasca Kematian Orang Tua*. Yogyakarta, Universitas Sanata Dharma
- Widyataqwa, A.C.J & Rahmasari,Diana. 2021. *Resiliensi Istri Selepas Kematian Suami Akibat Covid-19*, Vol 8 No 9 , Character: Jurnal Penelitian Psikologi
- Neuman, W. L. 2016. *Metodologi Penelitian Sosial Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*. Jakarta: PT. Indeks
- Cresswell, J.W. 2015. *Penelitian Kualitatif & Riset, memilih diantara lima pendekatan*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Fernandez, I. M. F., & Soedagijono, J. S. 2018. *Resiliensi pada wanita dewasa madya setelah kematian pasangan hidup*. Jurnal Experientia, 6(1), 27–38
<https://doi.org/https://doi.org/10.33508/exp.v6il.1788>
- CNN Indoneisa. 2021. Update Corona Global: Tembus 100 Juta Kasus, RI Peringkat 19. *Cnnindonesia.Com*
- Mawarpury,Marty & Mirza. 2017. *Resiliensi Dalam Keluarga : Psikologi Perspektif*. Jurnal Psikoislamedia Vol 2 No 1

- Astuti, P. & Gusniarti, U. 2009. *Naskah Publikasi: Dampak Kematian Ibu Terhadap Kondisi Psikologis Remaja Putri*. Diakses http://psychology.uui.ac.id/images/stories/jadwal_kuliah/naskah-publikasi/04320381.pdf
- Fang Chao & Comery Alastair. 2021. *Understanding Grief During The First-Wave of Covid-19 in the United Kingdom- A Hypothetical Approach to Challenges and Support*. Policy and Practice Reviews
- Niswara, A. F., & Pudjiastuti, E. 2018. *Studi Deskriptif Mengenai Resiliensi pada Remaja yang Ditinggal Ayah Meninggal Secara Mendadak di Kelurahan Babakan Ciparay Bandung*. Prosiding Psikologi, Vol 4 No 1
- <https://covid19.go.id>
- <https://awasicorona.klatenkab.go.id>