

**Gambaran Kebersyukuran Pada Penyintas (*Survivor*) Covid-19
Dengan Penyakit Bawaan (*Comorbid*) Dalam
Perspektif Psikologi Islam**



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh:

Rifa Yasmin Nailufar

18107010120

Dosen Pembimbing:

Rita Setyani Hadi Sukirno, M. Psi

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

2023

HALAMAN PENGESAHAN



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA**

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-953/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2023

Tugas Akhir dengan judul : **Gambaran Kebersyukuran Pada Penyintas (Survivor) Covid-19 Dengan Penyakit Bawaan (Comorbid) Dalam Perspektif Psikologi Islam**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : RIFA YASMIN NAILUFAR
Nomor Induk Mahasiswa : 18107010120
Telah diujikan pada : Jumat, 18 Agustus 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 64e7fb54e99c7



Penguji I

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
SIGNED

Valid ID: 64c7fa87ec017



Penguji II

Muslim Hidayat, M.A.
SIGNED

Valid ID: 64e781ee14240



Yogyakarta, 18 Agustus 2023
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 64e80773e9752

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rifa Yasmin Nailufar
NIM : 18107010120
Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul “Gambaran Kebersyukuran Pada Penyintas (*Survivor*) Covid-19 Dengan Penyakit Bawaan (*Comorbid*) dalam Perspektif Psikologi Islam” adalah benar hasil karya penelitian saya sendiri tanpa melanggar aturan akademik seperti penjiplakan, pemalsuan data, atau memanipulasi data. Selain itu, terdapat beberapa bagian yang peneliti ambil dari kutipan penulis lain, namun telah sesuai dengan tata cara yang dibenarkan. Apabila terbukti penelitian ini melanggar kode etik akademik dan peraturan, maka sebagai peneliti saya siap menerima konsekuensi yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya supaya dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 11 Agustus 2023



Rifa Yasmin Nailufar
18107010120

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

FM-UINSK-BM-05-03/R0

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Hal : Surat Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir
Lamp : -

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Dl Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr, Wb.


Setelah membaca, meneliti, memberikan pelunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Rifa Yamin Nailufar
NIM : 18107010120
Judul Skripsi : Gambaran Kebersyukuran Pada Penyintas (*Survivor*) COVID-19 Dengan Penyakit Bawaan (*Comorbid*) Dalam Perspektif Psikologi Islam.

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 10 Agustus 2023
Pembimbing,


Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
NIP. 19830501 201503 2 006

MOTTO

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

“Maka ingatlah kepada-Ku, Aku pun akan ingat kepadamu. Bersyukurlah kepada-Ku, janganlah kamu ingkar kepada-Ku”.

(Q.S. Al-Baqarah: 152)

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”.

(Q.S. Al-Baqarah: 286)

If you can't fly, then run. If you can't run, then walk. If you can't walk, then crawl. We will survive, never give up.

(Not Today - BTS)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa hormat dan kasih sayang yang tak terhingga, penelitian ini
saya persembahkan kepada:

Orang Tua dan Keluarga

Ayah, Ibu, Adik-adik, dan Keluarga Besar Tercinta

Guru dan Almamater

Keluarga Besar Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Dan Kepada Para Sahabat Seperjuangan Tercinta

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil ‘aalamiin, segala puja beserta puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan kekuatan, kemudahan serta kelancaran sehingga penulis dapat menyelesaikan pembuatan skripsi ini sebagai salah satu persyaratan untuk menyanggah gelar sarjana strata satu psikologi. Adapun judul skripsi yang saya ajukan tersebut memiliki judul “Gambaran Kebersyukuran Pada Penyintas (*Survivor*) Covid-19 Dengan Penyakit Bawaan (*Comorbid*) Dalam Perspektif Psikologi Islam”. Tak lupa, shalawat beriringkan salam senantiasa dicurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW beserta para keluarga, sahabat dan kami selaku ummat nya.

Segala usaha dan kerja keras telah penulis kerahkan secara maksimal guna menyelesaikan skripsi ini. terselesaikannya skripsi ini tentu tidak lepas pula dari dukungan serta bantuan dari berbagai pihak. Dengan segala hormat dan kerendahan hati, ucapan terima kasih yang tak terhingga penulis haturkan kepada:

1. Prof. Dr. Phil Al-Makin, S. Ag., M. A. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Mochamad Sodik, S. Sos., M. Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Lisnawati, S. Psi., M. Psi. selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Dennisa Apriliawati, S. Psi., M. Res. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah bersedia mengarahkan serta memotivasi penulis selama proses studi.
5. Ibu Rita Setyani Hadi Sukirno, M. Psi. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu serta membimbing penulis dengan sangat sabar dalam proses penulisan skripsi.
6. Ibu Sara Palila, S. Psi., M. A., Psikolog. selaku Dosen Penguji I yang telah bersedia meluangkan waktu dan kesediaannya sebagai pembahas dan penguji.

7. Bapak Muslim Hidayat, M. A. selaku Dosen Penguji II yang telah meluangkan waktu dan kesediaannya sebagai penguji.
8. Segenap dosen Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat selama proses studi sehingga dapat membantu penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi.
9. Segenap petugas Biro Skripsi dan seluruh staf Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah membantu dalam proses penyelesaian berkas dan administrasi skripsi.
10. Ayah, Ibu, Adik-adik, serta keluarga tercinta yang senantiasa selalu mendoakan serta memberikan support dari awal kuliah hingga selama proses pembuatan skripsi.
11. Para subjek yang telah bersedia menjadi informan serta significant other yang telah membantu dalam proses pembuatan skripsi.
12. Para sahabat sepermainan tercinta, Laili, Fitri, Elsa, Azizah, Teh Indah yang telah banyak membantu dan mensupport secara mental selama pembuatan skripsi berlangsung.
13. Para sahabat seperjuangan tercinta, kawan-kawan dari Kelas D Psikologi 2018 yang juga telah banyak membantu dan mensupport secara mental selama pembuatan skripsi berlangsung.
14. Serta kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, baik secara langsung maupun tidak langsung, yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ini masih banyak kekurangan serta jauh dari kata sempurna. Semoga dengan adanya skripsi ini dapat memberikan manfaat yang besar bagi kita semua. Aamiin.

Yogyakarta, 10 Agustus 2023



Rifa Yasmin Nailufar

Gambaran Kebersyukuran Pada Penyintas (*Survivor*) Covid-19 Dengan Penyakit Bawaan (*Comorbid*) Dalam Perspektif Psikologi Islam

INTISARI

Munculnya pandemi akibat Covid-19 di dunia telah meninggalkan pengalaman traumatis bagi masyarakat maupun para penyintasnya, termasuk bagi para penyintas yang memiliki penyakit bawaan atau disebut juga dengan komorbid. Namun, hadirnya perspektif positif dan rasa syukur memiliki peran yang sangat penting untuk bangkit pasca *survive* dari Covid-19. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan gambaran kebersyukuran pada penyintas Covid-19 yang disertai dengan penyakit bawaan (komorbid) dalam perspektif psikologi Islam. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Informan utama dalam penelitian ini adalah tiga orang *survivor* Covid-19 dengan komorbid yang berusia diatas 40 tahun. Proses pengumpulan data dilakukan dengan wawancara semi-terstruktur dan observasi non partisipan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran kebersyukuran pada penyintas Covid-19 dengan penyakit bawaan (komorbid) antara lain menjadikan rasa syukur sebagai tanda terima kasih atas karunia yang Allah SWT berikan kepada mereka untuk dapat *survive* dari paparan virus Covid-19. Selain itu, bersyukur menjadi bentuk penerimaan atas segala nikmat yang harus disyukuri keadaannya meski hal yang kurang menyenangkan sekalipun. Merealisasikan bentuk syukur dalam kehidupan sehari-hari dengan beribadah, beramal, dan bersikap baik antar sesama yang mendatangkan emosi positif berupa rasa tenang dan bahagia dalam hidup.

Kata Kunci: Kebersyukuran, Penyintas Covid-19, Komorbid, Pandemi, Kualitatif

Gratitude by Covid-19 Survivors with Comorbid in The Perspective of Islamic Psychology

ABSTRACT

The emergence of a pandemic caused by Covid-19 in the world has left a traumatic event for the local community and its survivors, including for survivors with comorbidities. However, the presence of a positive perspective and gratitude have a very important role to rise up after surviving from Covid-19. This study aims to identify and describe the gratitude by Covid-19 Survivors with comorbidities from the perspective of Islamic psychology. This study uses a qualitative method with a phenomenological approach. The main informants in this study were three Covid-19 survivors with comorbidities who were over 40 years old. The data collection methods were using semi-structured interviews and non-participant observation. The results of this study indicate that the gratitude in Covid-19 survivors with comorbidities makes gratitude as a sign of thankfulness for the mercy that Allah SWT has given them to be able to survive from the Covid-19. In addition, being grateful is a form of acceptance of all the blessings that must be grateful for, even if in a bad luck situation. Realizing the form of gratitude in daily life by worshiping, charity, and being kind to each other which brings positive emotions such as a sense of calm and happiness to run our life.

Keywords: *Gratitude, Covid-19 Survivor, Comorbidities, Pandemic, Qualitative*

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
INTISARI	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Literature Review	10
B. Dasar Teori	20
1. Kebersyukuran.....	20
2. Corona Virus Disease (COVID-19).....	29
3. Penyintas (Survivor) COVID-19 dengan Penyakit Bawaan (Comorbid).....	31
C. Dinamika Kebersyukuran Pada Penyintas (Survivor) Covid-19 Dengan Penyakit Bawaan (Comorbid) dalam Perspektif Psikologi Islam.	33
D. Pertanyaan Penelitian	36
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Metode dan Pendekatan Penelitian	37

B. Fokus Penelitian.....	38
C. Informan dan Setting Penelitian.....	38
D. Metode atau Teknik Pengumpulan Data	39
E. Teknik Analisis dan Interpretasi Data	40
F. Keabsahan Data Penelitian	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	44
A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian	44
1. Orientasi Kancan	44
2. Persiapan Penelitian.....	46
B. Pelaksanaan Penelitian	49
C. Hasil Penelitian	52
1. Informan WT.....	52
2. Informan MN.....	67
3. Informan RW.....	83
D. Pembahasan	100
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	111
A. Kesimpulan	111
B. Saran.....	111
DAFTAR PUSTAKA.....	113
LAMPIRAN	121

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Teoritik	36
Bagan 2. Dinamika Gambaran Kebersyukuran Pada Informan WT	66
Bagan 3. Dinamika Gambaran Kebersyukuran Pada Informan MN	81
Bagan 4. Dinamika Gambaran Kebersyukuran Pada Informan RW	99
Bagan 5. Dinamika Gambaran Kebersyukuran Pada Ketiga Informan	110



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Table 1. Profil Informan.....	45
Table 2. Profil Significant Others.....	46
Table 3. Rincian Proses Pelaksanaan Pengambilan Data Informan 1	49
Table 4. Rincian Proses Pelaksanaan Pengambilan Data Informan 2	50
Table 5. Rincian Proses Pelaksanaan Pengambilan Data Informan 3	50
Table 6. Rincian Proses Pelaksanaan Pengambilan Data Significant Others 1.....	51
Table 7. Rincian Proses Pelaksanaan Pengambilan Data Significant Others 2.....	51



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Guide Wawancara Informan.....	121
Lampiran 2. Informed Consent Informan 1	122
Lampiran 3. Informed Consent Informan 2	123
Lampiran 4. Informed Consent Informan 3	124
Lampiran 5. Informed Consent Significant Others 1.....	125
Lampiran 6. Informed Consent Significant Others 2.....	126
Lampiran 7. Transkrip Verbatim Informan 1	127
Lampiran 8. Transkrip Verbatim Informan 2.....	141
Lampiran 9. Transkrip Verbatim Informan 3.....	156
Lampiran 10. Transkrip Verbatim Significant Others 1	174
Lampiran 11. Transkrip Verbatim Significant Others 2	183
Lampiran 12. Hasil Interpretasi Data Keseluruhan Informan 1	189
Lampiran 13. Hasil Interpretasi Data Keseluruhan Informan 2	197
Lampiran 14. Hasil Interpretasi Data Keseluruhan Informan 3	203
Lampiran 15. Bahan Referensi.....	212

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hadirnya virus Covid-19 di dunia tentu menjadi salah satu ancaman kesehatan secara global yang membuat semua lapisan masyarakat berupaya untuk terhindar dari virus tersebut. Kasus Covid-19 di Indonesia pertama kali ditemukan pada tanggal 2 Maret 2020 lalu di Kota Depok, Provinsi Jawa Barat, yang diumumkan secara langsung oleh Presiden RI Joko Widodo. Walaupun sejak kasus pertama diumumkan telah dilakukan banyak upaya pencegahan, akan tetapi seberapapun mereka menghindar, virus tersebut dapat dengan mudah menyebar dan akan menularkannya kepada orang lain. Sistem penularan virus dari manusia ke manusia lain yang begitu cepat dan tinggi menyebabkan penularan yang luas sehingga di klasifikasikan sebagai pandemi global (menyeluruh) oleh Organisasi Kesehatan Dunia atau dikenal juga dengan WHO terhitung sejak tanggal 11 Maret 2020 lalu (WHO, 2020).

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) pandemi merupakan suatu wabah yang menular dan berjangkit secara bersamaan, bukan hanya di suatu daerah atau benua, akan tetapi menyeluruh, meliputi wilayah geografis yang luas (Setiawan, 2012). Sedangkan *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) adalah penyakit jenis baru yang disebabkan oleh sebuah virus yang memiliki nama *Severe acute respiratory syndrome coronavirus-2* atau Sars-CoV-2 (WHO, 2020). Dilansir dari laman (<https://covid19.go.id/peta-sebaran>) terhitung hingga Rabu, 05 Juli 2023 jumlah angka total kasus Covid-19 terkonfirmasi di Indonesia sebanyak 6,81 juta jiwa dengan kasus sembuh sekitar 6,64 juta jiwa dan kasus meninggal dunia lebih dari 161 ribu jiwa.

Dilansir dari peta sebaran Covid-19, Indonesia melaporkan sebanyak 47.6% kasus positif Covid-19 terjadi pada laki-laki dan sebanyak 52.4% terjadi pada perempuan. Dengan kasus kematian tertinggi terjadi pada laki-laki yaitu sebanyak 52.5% dan 47.5% pada perempuan. Kasus positif Covid-

19 paling banyak ditemukan pada kelompok usia rentang 31-45 tahun (28.8%) dan paling sedikit pada rentang usia 0-5 tahun (3.1%). Sedangkan angka kematian tertinggi ditemukan pada pasien dengan rentang usia ≥ 60 tahun (47.6%) dan tertinggi kedua ditemukan pada pasien dengan rentang usia 46-59 tahun (35.4%) (Kementerian Kesehatan, 2022). Pasien dengan usia lanjut dan atau memiliki penyakit penyerta atau *comorbid* diketahui memiliki resiko lebih besar untuk mengalami gejala yang lebih berat dan memiliki hubungan dengan tingkat kematian (Kementerian Kesehatan, 2020).

Dari berbagai hasil pada penelitian-penelitian sebelumnya ditemukan bahwa adanya komorbiditas merupakan salah satu faktor risiko keparahan dan mortalitas pada pasien yang terpapar virus Covid-19 (Karya et al., 2021). Beberapa penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa pada rentang usia 40-65 tahun keatas dan memiliki penyakit bawaan atau *comorbid* menjadi salah satu faktor risiko yang membuat bertambah beratnya derajat penyakit dan kematian akibat Covid-19 (Wang et al., 2020; Zhang, Yu, et al., 2020; Zhou et al., 2020). Hal tersebut dikarenakan masa perkembangan pada dewasa madya (usia 40-65 tahun) hingga akhir (usia 65 tahun keatas) ditentukan dimana periode perkembangan ini memiliki tantangan hidup yang akan terus ada ketika kondisi fisik dan kognitif menurun serta memiliki kerentanan dalam lingkungan termasuk perawatan kesehatan dan munculnya multimorbiditas terkait penyakit kronis (Iswati, 2019; Niman et al., 2021; Quinones et al., 2019). Menurut Sucirahayu (2022), hal tersebut disebabkan karena pada kelompok usia tersebut, mereka sedang menghadapi proses degeneratif anatomi dan fisiologi pada tubuh, penurunan imunitas, ditambah memiliki riwayat adanya penyakit penyerta sehingga menyebabkan kelompok ini rentan akan penyakit Covid-19 ini.

Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya, peningkatan persentase pada morbiditas dan mortalitas Covid-19 akan terus meningkat pada pasien yang memiliki penyakit bawaan/komorbid. Penyakit *comorbid* adalah penyakit bawaan atau penyakit lain selain penyakit utamanya atau sering

disebut juga dengan penyakit penyerta (Sanyaolu et al., 2020). Pasien dengan komorbid merupakan salah satu kelompok yang beresiko mengalami gejala serius jika terpapar virus Covid-19 dan memiliki hasil yang lebih buruk dibandingkan dengan pasien tanpa penyakit penyerta (Sanyaolu et al., 2020). Di Indonesia sendiri, dari 7.727 data tersedia, tiga penyakit penyerta paling banyak ditemukan adalah hipertensi (48.9%), diabetes mellitus (35.4%) dan penyakit jantung (17.1%) (Kementerian Kesehatan, 2022). Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit (CDC) di Amerika Serikat menggunakan COVID-NET di 14 negara terpilih untuk memantau demografi pada pasien Covid-19 yang dirawat di rumah sakit. Dimulai dari tanggal 1-30 Maret 2020 dan mendapatkan total 180 pasien, yang mana 89,3% pasien memiliki penyakit penyerta yang mendasarinya. Penyakit penyerta yang paling banyak ditemukan adalah obesitas, hipertensi, dan diabetes mellitus. Dan dari 180 pasien, 94,4% berusia 65 tahun keatas memiliki komorbiditas. (Garg et al., 2020).

Berdasarkan kondisi kesehatannya, terdapat dua golongan masyarakat yang dikelompokkan sesuai dengan kondisi kesehatan mereka selama masa pandemi ini berlangsung. Dua golongan masyarakat tersebut ialah mereka yang belum/tidak terjangkit dan mereka yang sedang/telah terjangkit. Hal ini tentu berdampak pada perbedaan yang cukup signifikan mengenai kondisi emosional dan pola pikir antara individu yang belum pernah terjangkit dan yang sudah pernah terjangkit (Kementerian Kesehatan, 2020). Dari sini kelompok pasien atau mereka yang pernah melewati perawatan masa Covid-19 disebut sebagai penyintas Covid-19 (Kurniawan & Susilo, 2021).

Jika dilihat dari situasi saat ini, penyebaran Covid-19 telah menjangkau hampir ke berbagai aspek kehidupan manusia. Hal ini tentu saja sangat berdampak pada aspek kehidupan sehari-hari seperti aspek sosial, budaya, ekonomi, politik, pertahanan dan keamanan, serta berdampak juga dengan kesejahteraan psikologis masyarakat (Kementerian Kesehatan, 2020). Kematian, pemutusan hak kerja, pengangguran dan *self-isolation* telah

menimbulkan trauma, kebosanan, ketakutan, serta rasa cemas yang dapat mengancam kesejahteraan fisik dan psikologis masyarakat itu sendiri. Menurut Abdullah (2020) jenis trauma psikologis yang timbul di masa pandemi ini diantaranya *social withdrawal*, kekerasan individu, kekerasan kolektif serta histeria. Diantara kemunculan masalah kesejahteraan dan kesehatan mental yang dialami oleh seluruh lapisan masyarakat selama masa pandemi ini, salah satu kelompok yang paling rentan memiliki resiko permasalahan psikologis yang tinggi ialah para penyintas Covid-19 (Zhang, Yang, et al., 2020). Gejala fisik yang dirasakan, tuntutan menjalani isolasi mandiri, perolehan informasi tentang keluhan fisik yang serius pasca sembuh, serta stigmatisasi dari masyarakat terbukti menimbulkan permasalahan psikologis yang membuat mereka merasa tertekan dan stress bahkan hingga depresi (Permatasari & Hendriani, 2022).

Seperti pada penelitian Pratiwi, et al., (2021) dimana ditemukan beberapa fenomena mantan pasien Covid-19 yang mengeluh dan merasa tak berdaya secara psikologis akibat pernah reaktif virus Covid-19. Jika hal tersebut terus didiamkan, maka akan memunculkan pikiran-pikiran negatif yang tentunya dapat menimbulkan dampak yang tidak baik untuk psikis mereka. Sebagian dari para penyintas Covid-19 yang memiliki intensitas cukup tinggi pada fenomena diatas akan memunculkan emosi negatif pada diri mereka seperti merasakan perasaan terabaikan dan terpojokan oleh lingkungan sekitarnya dan akhirnya akan membuat mereka lemah dan kesepian.

Namun, studi menunjukkan bahwa tidak semua orang memiliki sudut pandang yang sensitif dan negatif terhadap dampak dari pandemi saat ini (Vos et al., 2021). Pandemi ini memang dikategorikan sebagai *trauma event*, yang mana dapat menjadi salah satu stresor, tetapi literatur menunjukkan orang yang terpapar virus ini pun dapat menunjukkan respon yang positif dan bahkan mereka menjadikan pandemi ini sebagai bahan pertimbangan kembali

atas nilai-nilai pribadi untuk lebih menghargai hidup walau dalam situasi yang darurat (Benfante et al., 2020).

Pada masa-masa krisis seperti masa pandemi Covid-19 ini, hadirnya perspektif dan rasa syukur memiliki peran yang sangat penting untuk diri individu terutama bagi para *survivor* Covid-19. Karena hal tersebut dapat memberikan kekuatan dan dapat mempertahankan sikap positif mereka agar diri senantiasa dipenuhi oleh rasa optimism dan harapan yang lebih baik. Peterson dan Seligman (2004) menyatakan bahwa di tengah rasa ketidakberdayaannya, manusia selalu memiliki cara untuk mendapat kesempatan agar dapat melihat sisi kehidupan dari sudut pandang yang positif. Kemudian dijelaskan juga bahwa manusia diberikan suatu keutamaan atau *virtues* yang dimiliki setiap diri individu untuk dapat memandang hidup dengan cara lebih positif dan terbuka, salah satunya melalui bersyukur. Dan dengan bersyukur pula manusia dapat meningkatkan kesejahteraannya, baik untuk dirinya sendiri maupun orang lain disekitar kita.

Dalam Tugade & Frederickson, dkk, kecenderungan bersyukur atau *gratitude* memiliki peran sebagai faktor protektif yang dapat membuat seseorang menjadi pribadi yang tangguh bahkan mampu melampaui kondisi yang penuh tekanan sekalipun (Andriani & Sumargi, 2020). Rasa kebersyukuran hadir sebagai suatu respon atas suatu hal yang didapatkan, baik itu berupa benda, momen menyenangkan, kemampuan dalam menangani suatu kesulitan, maupun atas keterbatasan yang dimiliki. Menurut Emmons dan Mishra (2012) konsep syukur pada implementasinya akan menuntun pada keadaan dan kondisi yang positif bagi diri individu salah satunya berkaitan dengan proses menikmati hidup. Dari konteks syukur diatas, seseorang akan mampu menikmati hidupnya yang merupakan hasil dari kemampuannya sendiri untuk terus memandang pada hal-hal positif dari proses kehidupan yang sedang dijalaninya.

Bersyukur merupakan suatu emosi atau perasaan positif yang terdapat dalam diri seseorang sebagai bentuk respon terhadap pemberian, sehingga

dapat mengubah sudut pandang dan cara berpikir seseorang kearah yang benar dan memotivasi seseorang untuk berperilaku (Fitri, 2020). Seperti yang dikemukakan oleh Dewanto dan Retnowati (2015) bahwa ditemukan emosi-emosi positif yang tumbuh karena hadirnya rasa bersyukur diantaranya seperti suasana hati yang baik, kemurahan hati, dan perasaan optimis dalam menjalani hidup. Menurut Emmons (2007), kebersyukuran merupakan konstruksi kognitif, emosi, dan perilaku. Yang pertama yaitu kebersyukuran sebagai konstruksi kognitif, yaitu dengan mengakui kemurahan dan kebaikan hati atas segala berkah dan karunia yang diterima dan fokus pada hal-hal positif yang terdapat dalam dirinya. Yang kedua yaitu kebersyukuran sebagai konstruksi emosi. Yang mana ditunjukkan dengan kemampuan seseorang dalam mengubah respon emosi terhadap suatu fenomena yang terjadi sehingga menjadi lebih bermakna. Dan yang ketiga yaitu kebersyukuran sebagai konstruksi perilaku. Yang mana ditandai dengan memberikan balasan (timbal balik) yang baik kepada seseorang atas manfaat dan anugerah yang telah kita dapatkan.

Dalam Emmons & Stern (2013), Emmons dan McCullough menjelaskan bahwa arti syukur mempunyai dua makna yang berbeda, yang pertama yaitu makna secara duniawi dan yang kedua yaitu makna transendental. Menurut makna duniawi, syukur adalah suatu perasaan yang muncul ketika seorang individu mengakui bahwa ia mendapat manfaat yang berharga dari orang lain. Yang dalam hal ini, fungsi dari syukur sendiri yaitu untuk mendukung individu dalam menciptakan hubungan dan interaksi yang kuat dan baik kepada orang lain. Sedangkan menurut makna transendennya, syukur dianggap sebagai rasa syukur yang ditunjukkan dalam pemaknaan spiritual, antara kita dan sang Maha Pencipta dalam bentuk ritual seperti berdoa atas segala anugerah dan nikmat yang telah diberikan kepada kita.

Menurut konsep Islam, rasa syukur secara khusus ditujukan langsung kepada Allah SWT dan dibuktikan melalui tindakan yang dapat mengambil manfaat dan berkah dari nikmat yang telah Allah SWT berikan untuk

melakukan hal-hal kebajikan. Seperti disebutkan dalam Qur'an Surah Ibrahim ayat 7 yang memiliki arti:

“Dan (Ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, 'Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmatKu), maka pasti azab-Ku sangat berat.’”

Kemudian pada riwayat lainnya, makna syukur dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Abu Daud nomor 4811 yang memiliki arti:

“Belum bersyukur kepada Allah orang yang belum bersyukur kepada manusia.” (HR Abu Daud)

Melalui pengertian hadits tersebut, rasa bersyukur dapat menjadi sebuah pedoman dalam bertindak dan bersikap terhadap orang lain, yang kemudian menjadi jalan penghubung dalam bersyukur pada Allah SWT

Affandi, dkk (2021) mengemukakan bahwa terdapat tiga bentuk syukur, yaitu syukur secara lisan, syukur secara hati, dan yang terakhir syukur secara perbuatan. Syukur dengan hati merupakan rasa syukur yang berbentuk pengakuan dan kesadaran dari hati bahwasanya setiap kenikmatan yang telah diperoleh dan dinikmati manusia, semuanya berasal dari karunia dan kehendak Tuhan Yang Maha Esa. Sedangkan syukur secara lisan diungkapkan dengan ucapan syukur dan terima kasih seperti sanjungan atau pujian. Bentuk ucapan dari syukur melalui lisan biasa dikenal sebagai berdzikir. Dan yang terakhir syukur dengan anggota badan yang dapat diimplementasikan, seperti sujud syukur ataupun berupa ibadah seperti sembahyang 5 waktu dan kegiatan yang berlaku positif. Dalam penelitian yang dilakukan Krause ditemukan bahwa pribadi yang penuh rasa bersyukur kepada Tuhan cenderung lebih tangguh dalam menghadapi tekanan hidup yang ia terima (Putra, 2020).

Penyakit penyerta/komorbid merupakan salah satu diantara beberapa faktor risiko yang berkaitan dengan virus Covid-19 dan membutuhkan perhatian dan perawatan yang lebih. Kontribusi rasa bersyukur bagi para penyintasnya dalam proses adaptasi dan coping terhadap krisis yang dialami tentu menjadi satu hal yang mampu menolong mereka agar lebih positif dalam memaknai setiap pengalaman-pengalaman yang telah dilalui. Dari hal tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih jauh mengenai Gambaran Kebersyukuran Pada Penyintas (*Survivor*) Covid-19 Dengan Penyakit Bawaan (Komorbid) melalui Perspektif Psikologi Islam

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimana gambaran kebersyukuran pada penyintas Covid-19 yang disertai dengan penyakit bawaan (komorbid) dalam perspektif psikologi islam.

C. Tujuan Penelitian

Dan adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui dan mendeskripsikan gambaran kebersyukuran pada penyintas Covid-19 yang disertai dengan penyakit bawaan (komorbid) dalam perspektif psikologi islam.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih keilmuan psikologi dan menambah kekayaan teoritis, khususnya dalam bidang psikologi positif dan juga psikologi islam.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Survivor Covid-19 dengan Komorbid

Penelitian ini diharapkan dapat menjelaskan dan memberikan gambaran mengenai kebersyukuran pada penyintas Covid-19 dengan komorbid melalui perspektif psikologi islam sehingga dapat meningkatkan rasa kebersyukuran bagi *survivor* Covid-19.

b. Bagi Masyarakat Umum

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai gambaran kebersyukuran pada penyintas Covid-19 dengan penyakit bawaan melalui perspektif psikologi islam.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan juga mampu menjadi data dasar maupun referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti hal-hal yang berkaitan dengan kebersyukuran perspektif psikologi islam maupun mengenai penyintas Covid-19 yang disertai dengan penyakit bawaan lainnya.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah melalui proses analisis yang dilakukan oleh peneliti, dapat ditarik kesimpulan bahwasannya dari ketiga informan utama memiliki perspektif yang hampir sama dalam memaknai kebersyukuran selama menjadi seorang *survivor* Covid-19, yakni menjadikan rasa syukur sebagai sebuah bentuk tanda terima kasih atas karunia yang Allah SWT berikan kepada mereka untuk dapat *survive* dari pandemi Covid-19. Bersyukur juga merupakan salah satu bukti penerimaan atas segala bentuk nikmat dan karunia yang harus disyukuri keadaannya meski hal yang kurang menyenangkan sekalipun. Ketiga informan menyadari bahwa menjadi *survivor* Covid-19 adalah sebuah takdir yang harus diterima dan disyukuri keadaannya. Meski para *survivor* Covid-19 harus mengalami hal-hal yang membuat mereka mengalami tekanan secara mental, namun hadirnya pola pikir positif dengan bersyukur menjadikan diri lebih ikhlas dan lapang dada dalam menerima sakit Covid-19 yang pernah diderita. Pengaplikasian rasa syukur dalam kehidupan sehari-hari seperti beribadah, berdo'a dan berbuat baik menjadikan para informan selalu mengingat Dzat Allah SWT. Selain itu dengan bersyukur membuat mereka menjadi diri yang lebih tenang dan mendatangkan kebahagiaan dalam menjalani hidup.

B. Saran

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini yang berjudul Gambaran Kebersyukuran Pada Penyintas (Survivor) Covid-19 Dengan Penyakit Bawaan Bawaan (Comorbid) Perspektif Psikologi Islam tentu memiliki banyak sekali kekurangan dan jauh dari kalimat penelitian yang sempurna. Maka dari itu, peneliti akan menyampaikan beberapa masukan dan saran untuk penelitian

selanjutnya yang masih berkaitan dengan kebersyukuran pada penyintas Covid-19 dengan penyakit bawaan, yakni sebagai berikut.

1. Kepada peneliti selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk bisa mengkaji kebermaknaan hidup atau proses bersyukur pada para *survivor* covid-19 yang juga mengalami *long Covid-19*, terutama bagi para *survivor* Covid-19 dengan rentang usia lanjut yang juga memiliki penyakit bawaan (*comorbid*) yang lebih spesifik. Peneliti dapat menggali lebih dalam bagaimana cara mereka memandang hidupnya selama proses pemulihan berlangsung. Selain itu, untuk penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan metode penelitian seperti kuantitatif untuk dapat mengukur tingkat kebersyukuran pada para *survivor* Covid-19 di Indonesia.

2. Kepada informan penelitian

Untuk ketiga informan utama dalam penelitian ini yang telah berjuang dari masa-masa terinfeksi Covid-19, sebaiknya dapat memahami betapa pentingnya rasa kebersyukuran pasca *survive* sebagai bentuk kekuatannya untuk menjalani kehidupan *new normal*. Peneliti berharap para informan tidak lagi merasakan tertekan akan bayang-bayang negatif dari virus Covid-19. Dan terus mempertahankan pikiran-pikiran yang positif dan optimis menuju diri yang lebih sehat lagi.

3. Kepada masyarakat umum

Untuk masyarakat umum, khususnya yang tidak pernah merasakan terpapar virus Covid-19, peneliti berharap untuk tidak mengucilkan para *survivor* yang telah berjuang melawan virus Covid-19. Akan lebih baik jika masyarakat umum ikut membantu dalam memberikan support secara emosi agar para *survivor* dapat lebih optimis dalam menjalani masa-masa pemulihannya.

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/https://doi.org/10.1037/tra0000878>
- Affandi, N. K., Subandi, & Ilyas, H. H. (2021). *Psikologi Kebersyukuran Perspektif Psikologi Positif dan Relevansinya dengan Pendidikan Islam*. (S. A. Pranajaya, Ed.) (Edisi 1, C). Depok: Rajawali Pers.
- Al-Ghazali. (1998). *Mensucikan Jiwa, Konsep Tazkiyatun-Nafs Terpadu, Intisari Ihya' Ulumuddin*. Jakarta: Robbani Press.
- Al-Jauziyyah, I. Q. (1999). *Madarijus Salikin (Pendakian Menuju Allah), Terjemahan Katur Suhardi*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- Al-Munajjid, M. B. S. (2006). *Silsilah amalan hati. ikhlas, tawakkal, optimis, takut, bersyukur, ridha, sabar, instropeksi diri, tafakur, mahabbah, taqwa, wara*. Bandung: Irsyad Baitus Salam.
- Andriani, R., & Sumargi, A. M. (2020). Hubungan Antara Kebersyukuran (Gratitude) Dengan Stres Pada Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Gangguan Spektrum Autisme. *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(2), 26–32.
- Anwar, R. (2010). *Akhlaq Tasawuf*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Arief, M. F., & Habibah, N. (2015). Pengaruh Strategi Aktivitas (Bersyukur dan Oprimis) Terhadap Peningkatan Kebahagiaan Pada Mahasiswa S1 Pendidikan Guru Sekolah Dasar. In *Seminar Psikologi dan Kemanusiaan UMM*.
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Bahasa, P. P. dan P. (1999). *Kamus Besar Bahasa Indonesia/Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Benfante, A., Di Tella, M., Romeo, A., & Castelli, L. (2020). Traumatic stress in healthcare workers during COVID-19 pandemic: A review of the immediate impact. *Frontiers in Psychology*, 11, 1–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.569935>
- Butler, G., & Mathews, A. M. (1983). Cognitive Processes in Anxiety. *Advances in Behaviour Research and Therapy*, 5(1), 51–62.
- Chan, J., Yuan, S., Kok, K., To, K., Chu, H., Yang, J., & Al, E. (2020). A familial cluster of pneumonia associated with the 2019 novel coronavirus indicating

- person to person transmission: a study of a family cluster. *The Lancet*, 395(10223), 514–523. Diambil dari [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30154-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30154-9)
- Dewanto, W., & Retnowati, S. (2015). Intervensi Kebersyukuran dan Kesejahteraan Penyandang Disabilitas Fisik. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology*, 1(1), 33–47.
- Diyono, & Kristanto, B. (2021). Faktor Comorbid Covid-19 Di Indonesia Scopyng Review. *Kosala: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(1).
- Emmons, R. A., & Stern, R. (2013). Gratitude as a psychotherapeutic intervention. *Journal of clinical psychology*, 69(8), 846-855.
- Emmons, R. A. (2007). *Thank's! How the New Science of Gratitude Can Make You Happier*. Boston New York: Houghton Mifflin Company.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 377–389.
- Emmons, R. A., & Stern, R. (2013). Gratitude As A Psychotherapeutic Intervention. *Journal of Clinical Psychology:In Session*, 69(8), 846–855.
- Enghariano, D. A. (2019). Syukur dalam Perspektif Al-Qur'an. *Jurnal El-Qanuny*, 5(2).
- Fitri, K. (2020). *Hubungan Optimisme Dengan Kebersyukuran Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Ar-Raniry Banda Aceh Di Masa Pandemi Covid-19. Skripsi*. UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
- Froh, J., Fan, J., Emmons, R., Bono, G., Huebner, S., & Watkins, P. (2011). Measuring Gratitude In Youth: Assessing The Psychometric Properties of Adult Gratitude Scales In Childern and Adolescents. *Psychological Assessment*, 23(2), 311–324.
- Garg, S., Kim, L., Whitaker, M., O'Halloran, A., Cummings, C., Holstein, R., ... Kawasaki, B. (2020). Hospitalization Rates and Characteristics of Patients Hospitalized with Laboratory-Confirmed Coronavirus Disease 2019 — COVID-NET, 14 States, March 1–30, 2020. *Morbidity and Mortality Weekly Report, US Department of Health and Human Services/Centers for Disease Control and Prevention*, 69(15), 458–464. Diambil dari <https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/69/wr/mm6915e3.htm>
- Ghony, M. D., & Almanshur, F. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

- Guines, A., Hutapea, A. N., & Kalmaskosu, R. M. (2022). Gambaran Karakteristik Klinis Penderita Covid-19 di Satu Rumah Sakit Rujukan Covid-19 Di Tangerang: Studi Dokumentasi. *Jurnal of Bionursing*, 4(2), 92–103.
- Hadi, S. (2016). Pemeriksaan Keabsahan Data Penelitian Kualitatif Pada Skripsi. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 22(1).
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., ... Istiqamah, R. R. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (Cetakan I). Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu Group.
- Hastuti, A. P. (2019). *Hipertensi*. Klaten, Jawa Tengah: Penerbit Lakeisha.
- Hidayani, W. R. (2020). Faktor-Faktor Resiko Yang Berhubungan Dengan Covid-19: Literature Review. *Jukmas: Jurnal Untuk Masyarakat Sehat*, 4(2).
- Hudayana, D. (2021). *Gambaran Kualitas Hidup Penyintas Covid-19 Di Kota Bandar Lampung Tahun 2021*. Universitas Malahayati Bandar Lampung.
- Husein, D. G., & Nasionalita, K. (2021). Konsep Diri Penyintas Covid-19 (Studi Fenomenologi Pada Penyintas Di Rumah Sakit Khusus Infeksi Covid-19 Pulau Galang). *Widya Komunika*, 11(2).
- Iswati, I. (2019). Karakteristik Ideal Sikap Religiusitas Pada Masa Dewasa. *At-Tajdid: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 2(01), 58–71.
- Jaya, I. M. L. M. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif: Teori, Penerapan dan Riset Nyata*. Yogyakarta: Quadrant.
- Jutterstrom, L. (2013). *Illness Integration, Self-Management and Patient-Centred Support in type 2 Diabetes*. The Dean of The Medical Faculty. Sweden.
- Karimulloh, Grasiawaty, N., & Caninsti, R. (2021). Tiga Tema Konsep Kebersyukuran dalam Perspektif Al-Qur'an: Sebuah Literatur Review. *Jurnal Studi Al-Qur'an Membangun Tradisi Berfikir Qur'ani*, 17(2).
- Karya, K. W. S., Suwidnya, I. M., & Wijaya, B. S. (2021). Hubungan penyakit komorbiditas terhadap derajat klinis COVID-19. *Intisari Sains Medis*, 12(2), 708–717.
- Kementerian Kesehatan. (2020). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/413/2020 tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19). Diambil dari <http://farmalkes.kemkes.go.id/unduh/kepmenkes-hk-01-07-menkes-413-2020-pedoman-pencegahan-dan-pengendalian-coronavirus-disease-2019-covid-19/>
- Kementerian Kesehatan. (2022). Peta Sebaran COVID-19. Diambil 31 Agustus

- 2022, dari <https://covid19.go.id/peta-sebaran>
- Kholifah, S., & Suyadnya, I. W. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif: Berbagi Pengalaman Di Lapangan*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Kurniawan, Y., & Susilo, M. N. I. B. (2021). Bangkit Pascainfeksi: Dinamika Resiliensi pada Penyintas Covid-19. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5(1), 131. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v5i1.3326>
- Lee, J. Y., Kim, M., Jhon, M., Kim, H., Kang, H. J., Ryu, S., ... Kim, S. W. (2021). The association of gratitude with perceived stress among nurses in Korea during COVID-19 outbreak. *Archives of Psychiatric Nursing*, 35(6), 647–652. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2021.10.002>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1981). *Effective Evaluation*. Fransisco: Jossey.
- Mahfud, C. (2014). The Power Of Syukur : Tafsir Kontekstual Konsep Syukur dalam Al-Qur'an. *Epistime*, 9(2).
- Mazza, M. G., Lorenzo, R. De, Conte, C., Poletti, S., Vai, B., Bollettini, I., ... Benedetti, F. (2020). Anxiety and Depression in Covid-19 Survivors: Role of Inflammatory and Clinical Predictors. *Elsevier Journal, Brain Behavior and Immunity*, 89, 594–600. Diambil dari doi: 10.1016/j.bbi.2020.07.037
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. . (2002). The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112–127.
- McCullough, M. E., Tsang, J. ., & Emmons, R. A. (2004). Gratitude in Intermediate Affective Terrain: Links of Grateful Moods to Individuals Differences and Daily Emotion Experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49(2), 91–99.
- Moleong, L. J. (2001). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Moradi, Y., Mollazadeh, F., Karimi, P., Hosseingholipour, K., & Baghaei, R. (2020). Psychological disturbances of survivors throughout COVID-19 crisis: a qualitative study. *BMC Psychiatry*, 20(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-03009-w>
- Muin, M. I. A. (2017). Syukur Dalam Perspektif Al-Qur'an. *Tafsere*, 5(1).
- Niman, S., Listianingsih, L. T., & Petronila, E. (2021). Depression Among Community Middle Adulthood Age Groups. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(2), 359–364.
- Noeng, M. (1998). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Rake Sarasin.
- Patton, M. Q. (1990). *Qualitative Evaluation Methods*. Beverly Hills: Sage

Publication.

- Permatasari, R., & Hendriani, W. (2022). Pengaruh Kebersyukuran terhadap Resiliensi pada Penyintas COVID-19. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 253–264.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strength and Virtues: A Handbook & Classification*. New York: Oxford University Press.
- Pongtiku, D. dr A., & Kayame, D. R. (2019). *Metode Penelitian: Tradisi Kualitatif*. Bogor: IN MEDIA.
- Priatiwi, W. N., Meiyuntariningsih, T., & Aristawati, A. R. (2021). Gratitude Pada Mantan Pasien Covid19: Bagaimana Peran Percaya Diri? *Sukma : Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 12–19.
- Putra, J. S. (2020). Keterkaitan Rasa Syukur dengan Health-Related Quality of Life pada Masyarakat Ekonomi Rendah di Masa Pandemi Covid-19. *Nathiqiyah*, 3(2), 137–143.
- Qudamah, I. (2009). *Minhajul Qashidin*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- Quinones, A. R., Botosaneanu, A., Markwardt, S., Nagel, C. L., Newsom, J. T., Dorr, D. A., & Allore, H. G. (2019). Racial/ethnic Differences in Multimorbidity Development and Chronic Disease Accumulation For Middle-Age Adults. *PLoS ONE*, 14(6), 1–13.
- Rachmadi, A. G., Safitri, N., & Aini, T. Q. (2019). Kebersyukuran: Studi Komparasi Perspektif Psikologi Barat dan Psikologi Islam. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 115–128. <https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss2.art2>
- Rizaldi, A. A., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi Pada Lansia Penyintas Covid-19 Dengan Penyakit Penyerta. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5).
- Rosyidah, M., & Fijra, R. (2021). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Deepublish Publisher (Grup Penerbitan CV Budi Utama).
- Rusdi, A. (2016). Syukur dalam psikologi Islam dan konstruksi alat ukurnya. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris*, 2(2), 37–54. Diambil dari <https://www.researchgate.net/publication/316824938>
- Rusydi, A. (2012). Husn Al-Zhan : Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental. *Jurnal Proyeksi*, Vol. 7(1), 1–31.
- Sahin, A. R., Erdogan, A., Agaoglu, P. ., Dineri, Y., Cakirci, A. Y., Senel, M. ., ... Tasdogan, A. M. (2020). 2019 Novel Coronavirus (COVID-19) Outbreak: A review of The Current Literature. *EJMO*, 4(1), 1–7.

- Sanyaolu, A., Okorie, C., Marinkovic, A., & Patidar, R. (2020). Comorbidity and its Impact on Patients with COVID-19. *SN Comprehensive Clinical Medicine*, 2, 1069–1076.
- Senewe, F. P., Pracoyo, N. E., Marina, R., & Letelay, A. M. (2021). Pengaruh Penyakit Penyerta / Komorbid Dan Karakteristik Individu Dengan Kejadian Covid-19 Di Kota Bogor Tahun 2020. *Jurnal Ekologi Kesehatan*, 20(2), 69–79.
- Setiawan, E. (2012). Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). *Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kemendikbud (Pusat Bahasa)*, 2016.
- Shihab, M. Q. (2011). *Tafsir Al-Misbah, Volume 11*. Jakarta: Lentera.
- Ssentongo, P., Ssentongo, A. E., Heilbrunn, E. S., Ba, D. M., & Chinchili, V. M. (2020). Association of Cardiovascular Disease and 10 Other Pre-Existing Comorbidities With Covid-19 Mortality: A Systematic Review and Meta-Analysis. *PLoS ONE*, 15, 1–16.
- Sucirahayu, C. A. (2022). *Gambaran Situasi dan Analisis Faktor Penyintas Pasien Covid-19 Lansia dan Pralansia (Usia ≥ 50 Tahun) Di Kota Palembang*. Skripsi. Universitas Sriwijaya.
- Sudarman, & Reza, F. A. (2021). *Dukungan Sosial Keluarga Pada Survivor COVID-19 (Studi Fenomenologi Penyintas Di Provinsi Lampung)*. Bandar Lampung: Arjasa Pratama.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tarjo. (2019). *Metode Penelitian*. Sleman: Deepublish Publisher (Grup Penerbitan CV Budi Utama).
- Thevarajan, I., Nguyen, T. H. ., Koutsakos, M., Druce, J., Caly, L., Van de sant, C. E., ... Kedzierska, K. (2020). Breadth of Concomitant Immune Responses Prior To Patient Recovery: A case Report of Non-Severe COVID-19. *Nat Med*, 26(5).
- Valderas, J. M., Starfield, B., Sibbald, B., Salisbury, C., & Roland, M. (2009). Defining Comorbidity: Implications For Understanding Health and Health Services. *Annals of Family Medicine*, 7(4), 357–363.
- Vernon, L., Dillon, J., & A, S. (2009). Proactive Coping, Gratitude, and Posttraumatic Stress Disorder in College Women. *Anxiety, Stress & Coping*, 22(1), 117–127.
- Vos, L. M. W., Habibović, M., Nyklíček, I., Smeets, T., & Mertens, G. (2021).

- Optimism, mindfulness, and resilience as potential protective factors for the mental health consequences of fear of the coronavirus. *Psychiatry Research*, 300, (0–7). <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.113927>
- Wang, D., Yin, Y., Hu, C., Liu, X., Zhang, X., Zhou, S., ... Peng, Z. (2020). Clinical Course and Outcome of 107 Patients Infected with The Novel Coronavirus, SARS-CoV-2, Discharged From Two Hospitals in Wuhan, China. *Critical Care (London, England)*, 24(1), 188. Diambil dari <https://doi.org/10.1186/s13054-020-02895-6>
- Watkins, P., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. (2003). Gratitude and Happiness: Development of A Measure of Gratitude, and Relationship With Subjective Well-Being. *Social Behaviour and Personality*, 31(5), 431–452.
- WHO. (2020). Coronavirus disease (COVID-19) pandemic. Diambil 21 Agustus 2022, dari <https://www.who.int/europe/emergencies/situations/covid-19>
- WHO. (2021). Post COVID-19 Condition (Long COVID). Diambil dari <https://www.who.int/srilanka/news/detail/16-10-2021-post-covid-19-condition>
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). Gratitude predicts psychological well-being above the Big Five facets. *Personality and Individual Differences*, 46(4), 443–447. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.11.012>
- Wowor, R. W., & Rahmasari, D. (2022). Peran Optimisme Dalam Proses Penyembuhan Penyintas Covid-19 Dengan Komorbid Hipertensi. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(5), 89–103.
- Zhang, J., Yang, Z., Wang, X., Li, J., Dong, L., Wang, F., ... Zhang, J. (2020). The relationship between resilience, anxiety and depression among patients with mild symptoms of COVID-19 in China: A cross-sectional study. *Journal of Clinical Nursing*, 29(21–22), 4020–4029. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jocn.15425>
- Zhang, J., Yu, M., Tong, S., Liu, L. ., & Tang, L. . (2020). Predictive factors for disease progression i hospitalized patients with coronavirus disease in Wuhan, China. *Journal of Clinical Virology : the official publication of the Pan American Society for Clinical Virology*, 127, 104392. Diambil dari <https://doi.org/10.1016/j.jcv.2020.104392>
- Zhou, F., Yu, T., Du, R., Fan, G., Liu, Y., Liu, Z., ... Cao, B. (2020). Clinical Course and Risk Factors For Mortality of Adult Inpatients with Covid-19 in Wuhan, China: a Retrospective Cohort Study. *Lancet (London, England)*, 395(10229), 1054–1062. Diambil dari [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30566-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30566-3)