

## Eksplorasi Pengalaman *Coping* Religius pada Penyintas Covid-19 Di Banjarmasin

Risnawati, Yulia Hairina, Imadduddin

Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin

### Abstract

*The emergence of Covid-19 pandemic all across the world including Indonesia, specifically in Banjarmasin City, is inseparable from psychological effect, that is the stress, to those who has been afflicted. Overcoming stress is different for some people, one way to do it is by religious coping. This research is a field research, in which information related to religious coping experience of Covid-19 survivors in Banjarmasin was conducted on 3 subjects using qualitative descriptive technique with phenomenological approach. The non-probability sampling technique was used based on purposive sampling from population criteria determined prior to this research. Based on the data acquired, it's been found that religious coping aspects which can be divided into two groups, namely positive and negative religious coping, was used by all three subjects. The factors that affecting a Covid-19 survivor in doing religious coping are education, experience, and verbal thought processes (intellectuality). It is obtained that those factors are also applied to the three subjects.*

*Keywords: religious coping; covid-19 survivor*

### Abstrak

Munculnya pandemi Covid-19 yang melanda seluruh dunia termasuk Indonesia, khususnya Kota Banjarmasin, tidak lepas dari efek psikologis yang timbul selama penderita terjangkit, yaitu stress. Cara seseorang mengurangi tingkat stress yaitu dengan cara *Coping* religius. Penelitian ini ialah jenis penelitian *field research*, di mana informasi yang berkenaan dengan pengalaman *coping* religius pada penyintas Covid-19 di Banjarmasin yang merupakan tujuan dari penelitian ini, diambil dari 3 orang subjek dengan menggunakan teknik deskriptif kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik *nonprobability sampling* diambil berdasarkan *purposive sampling* dari kriteria populasi yang ditentukan oleh peneliti. Berdasarkan data yang diperoleh, ketiga subjek memiliki aspek *coping* religius, yang dapat dibagi ke dalam dua kelompok, yaitu *coping religius positif* dan *coping religius negatif*. Faktor yang mempengaruhi seseorang, dalam hal ini ketiga subjek penelitian, dalam melakukan *coping* religius ketika menjadi penyintas Covid-19 adalah pendidikan, pengalaman, dan proses pemikiran verbal (faktor intelektual).

*Kata Kunci: Coping religius; penyintas covid-19*

Dunia diguncang dengan munculnya suatu wabah penyakit baru yang menyebar luas keseluruh dunia. Penyakit tersebut awalnya timbul di Wuhan salah satu kota di China, dan terdiagnosis tanggal 17 November 2019. WHO memberi nama Penyakit ini yaitu *Coronavirus Disases 2019 (Covid-19)* (Susilo, Dkk, 2019). Di Indonesia, *Coronavirus disease-19 (Covid-19)* mulai muncul pada tanggal 2 Maret 2020 dan Indonesia tercatat sebagai penyumbang jumlah penderita tertinggi di Asia Tenggara, nomor 4 se-Asia, dan berada pada posisi 19 se-dunia. Salah satu provinsi dengan kasus Covid-19 paling tinggi yaitu Kalimantan Selatan, di mana berada pada posisi ke 5 tertinggi di Indonesia dengan jumlah kasus sebanyak 29.024 kasus, dengan jumlah kesembuhan sebanyak 25.118, dan meninggal sebanyak 851 jiwa. Kota Banjarmasin berada di posisi pertama dengan kasus terbanyak se-Kalimantan Selatan yaitu sekitar 7.678 kasus per 5 April 2021, dengan jumlah kesembuhan 6.473, dirawat sebanyak 1.011, dan meninggal sebanyak 194 jiwa. Wabah Covid-19 memberikan banyak transformasi kepada orang-orang di banyak negara, akibat dari pandemi ini dengan transmisi penyebaran yang banyak dan tingkat kematian yang tinggi menambah masalah baru, yaitu gangguan kesehatan mental, yang disebabkan pembatasan sosial yang diwajibkan kepada masyarakat. Ada 4 aspek risiko utama depresi yang umumnya ditemukan muncul akibat wabah Covid-19, ialah pengasigan dan *social distancing*, kemelaratan ekonomi, stres serta depresi pada tenaga kesehatan serta stigma serta diskriminasi. Menjadi orang yang terkonfirmasi Covid-19 bukanlah hal yang mudah karena memerlukan kesiapan mental yang baik, karena dampak dari Covid-19 membuat keadaan semakin memburuk baik fisik maupun Psikologisnya. Tetapi situasi pandemi ini senantiasa wajib dijalani serta disikapi dengan positif, supaya stres itu tidak benar-benar berdampak negatif (*distress*) serta menjadi patologis, alhasil dibutuhkan usaha-usaha peningkatan ketahanan hidup yakni melalui *coping*.

Menurut Pestonjee mengutip dari jurnal penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati, *coping* mempunyai 3 dampak, ialah kejiwaan, sosial serta fisik. Adapun cara kejiwaan, *coping* memberikan dampak pada daya kejiwaan (perasaan mengenai konsep diri serta kehidupan), reaksi emosi, tingkat depresi atau kecemasan, ataupun penyeimbang antara perasaan yang positif atau negatif. sebaliknya dengan cara sosial *coping* memberikan pengaruh pada fungsi seperti keberadaan di dalam lingkungan dan sosial serta ikatan

interpersonal, dan secara fisik dampak *coping* tidak sangat besar ialah sekitar perkembangan serta kemajuan suatu penyakit (Rahmawati, 2018).

*Coping* dipakai dikala seorang mengalami suasana serta situasi negatif terhadap dirinya. Suasana serta kondisi negatif tersebut berawal dari lingkungan seseorang baik sosial, keluarga atau alam (eksternal). Sebaliknya dorongan internal berawal dari kognitif serta cara pandang seseorang akan suatu kejadian atau peristiwa. Wujud dari *coping* sendiri beragam serta dapat dikembangkan dengan berbagai aspek dalam kehidupan seorang manusia (Rahmawati, 2018).

*Coping* yang bisa di coba dalam mengatasi berbagai permasalahan selama wabah Covid-19 ini tidak secara langsung timbul secara seketika, *coping* tercipta melewati suatu cara, ialah melalui usaha, serta mempunyai strategi yang berbeda-beda dalam menghadapi tiap sumber stres. *Coping* yang dilakukan seorang individu bermaksud untuk mencegah diri dari situasi yang menekan, alhasil diharapkan orang sanggup menyesuaikan diri dengan situasi pandemi, misalnya: menyesuaikan diri agar menjalankan aturan kesehatan (mencuci tangan, memakai masker tiap keluar rumah, jaga jarak disaat berada di tempat umum, rutin beraktifitas fisik agar memiliki imun yang kuat dan pikiran positif) dan tetap merasa senang walaupun hanya berada di rumah saja (Daulay, 2020).

Di Indonesia sendiri yang merupakan negara dengan mayoritas masyarakat beragama islam, salah satunya Provinsi Kalimantan Selatan yang mana masyarakat di Provinsi ini dikenal sebagai muslim yang taat (Sadewa et al., 2015). Adapun yang biasa dilakukan oleh masyarakat beragama muslim yang dimana ada sesuatu perilaku umum yang dilakukan dikala masalah terjadi, ialah melaksanakan ibadah saat menghadapi bermacam masalah serta kondisi yang tidak mengenakkan. Dalam perilaku itu, ibadah yang dikerjakan tidak hanya sholat, ada juga bersedekah, berdzikir, ataupun mendatangi pengajian serta khotbah agama dikala ketidaktenangan jiwa menyerang sebab permasalahan yang dirasakan. Bahkan, beberapa ibadah seperti puasa dan do'a, dilakukan untuk mendapatkan suatu kebutuhan yang sangat diinginkan dalam hidup, dan juga mencari petunjuk agar keluar dari permasalahan yang ada. Apabila ditinjau kembali menggunakan perspektif psikologi, perilaku mengatasi masalah memakai pendekatan keagamaan itu merupakan

salah satu strategi *coping*, yakni *coping* religius. Artinya, *coping* yang dilakukan menggunakan pendekatan keagamaan (Angganantyo, 2014).

Agama memiliki kedudukan berarti dalam mengatur stres, agama bisa memberi seseorang pengarahan atau bimbingan, dukungan serta harapan seperti halnya pada dukungan emosi. Agama mengisi harapan manusia sebagai masa depan dan menciptakan kebahagiaan dalam hidup (Rachamawati & Nahori, 2013). Dalam berdoa, ritual dan keyakinan agama seseorang dapat membantu dalam *coping*, dikala mengalami stres kehidupan akibat adanya pengharapan dan kenyamanan (Respianto & Herdiyanto, 2016)

Mengutip dari jurnal Angganantiyo yaitu Pargament menerangkan bahwa keagamaan atau religius merupakan suatu pendekatan akan arti tuntunan agama yang berhubungan dengan Yang suci. Seluruh agama didunia ini memiliki cara-cara istimewa serta spesial yang berbasis pada konsep ajaran agama guna dijadikan pedoman hidup. Bila seseorang menggunakan pendekatan dari metode *coping*, maka individu tersebut telah melakukan *coping* religius (Angganantyo, 2014).

Adapun penyintas Covid-19, yakni orang-orang yang mampu bertahan hidup atau sembuh dari Covid-19 ini ketika didiagnosa terkonfirmasi positif covid mengalami gangguan kesehatan mental seperti gejala kecemasan maupun depresi. Dari hasil wawancara pendahuluan yang dilakukan, dapat ditarik disimpulkan bahwa *coping* religius ialah salah satu hal yang dapat membantu bagi penderita Covid-19 dalam mengurangi kecemasan, dan meminimalisir stres. Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan, tujuan penelitian ini ialah guna mendeskripsikan pengalaman *coping* religius pada penyintas Covid-19 Banjarmasin, serta untuk mengetahui faktor-faktor *coping* religius pada penyintas Covid-19 di Banjarmasin.

### **Metode**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*), yaitu riset yang langsung dilakukan di lapangan guna mendapatkan data-data yang dibutuhkan bertepatan dengan pengalaman *coping* religius pada penyintas Covid-19 di Banjarmasin. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif, yaitu penggalan data lapangan yang dilakukan secara mendalam, luas dan menyeluruh, menggunakan pendekatan fenomenologi. Subjek

yang di jadikan sampel dalam riset ditentukan dengan *Purposive Sampling* dengan kriteria yang ditentukan oleh peneliti yaitu pernah terpapar Covid-19, beragama Islam, berdominsili di kota Banjarmasin, dan sudah pulih dari Covid-19 dalam jangka waktu 7-14 hari. Dari kriteria tersebut, didapatkan sebanyak 3 orang untuk menjadi subjek dalam penelitian ini. Data yang digunakan merupakan data primer dan sekunder. Sumber data yang diambil berasal dari interviewee dan informan. Data dikumpulkan dengan menggunakan teknik observasi partisipan juga menggunakan teknik wawancara dengan jenis wawancara terpimpin serta dokumentasi (Azwar, 2012). Adapun teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis deskriptif kualitatif yang dengan tujuan utama untuk mencari makna, gambaran dan dampak psikologis *coping* religius dari data-data yang didapatkan, yang telah dimulai sejak saat perumusan masalah hingga saat penulisan hasil analisis data dilakukan.

### H a s i l

Lokasi penelitian berlatar di Kota Banjarmasin atas 3 orang subjek, yaitu AZ, SF, dan NA. Identitas ketiga subjek dapat dilihat dari tabel di bawah ini.

**Tabel 1**  
*Identitas Subjek*

Subjek	Usia	Pekerjaan	Alamat
AZ	28	Ibu Rumah Tangga & Pengelola Bisnis	Jl. Tembus Prumnas Komp. Cemara Jaya Persada No. 24, RT 045
SF	25	Admin Kantor	Gatot Subroto, Jl. Bawang Putih
NA	25	Guru	Jl. Hksn Komp. Amd Permai

Untuk hasil dari penelitian ini dapat dilihat dari tabel 2 dengan mengikuti aspek-aspek *coping* religius yang dikemukakan oleh Pargament sebagai acuan untuk penelitian ini dalam pedoman wawancara.

**Tabel 2**  
*Aspek – aspek coping religius pada penyintas Covid-19*

No	Aspek	<i>Coping</i> Subjek I (AZ)	Subjek II (SF)	Subjek III
----	-------	-----------------------------	----------------	------------

	Religius Positif		(NA)
1	<i>Benevolent Religious Reappraisal</i>	Dengan berprasangka baik dengan allah membuat hati tenang	Cara Allah menghadirkan kerabat dan keluarga membuat hatinya tenang
2	<i>Collaborative Religious Coping</i>	Musibah yang menimpa merupakan ujian dan bentuk kasih sayang Allah	Ketika musibah datang membuat semakin dekat dengan Allah Merasa hubungan dengan Allah menjadi baik karena penyakit yang datang membuatnya dekat dengan Allah
3	<i>Seeking Spiritual Support</i>	Memperbanyak dzikir untuk mengurangi hati yang tidak tenang	Memperbanyak ibadah wajib dan sunnah membuat dekat dengan Allah
4	<i>Religious Purification</i>	Selalu bersandar kepada allah	Banyak mengikuti pengajian dan ceramah agama agar dekat dengan Allah
5	<i>Seeking Support from Clergy or Members</i>		Keluarga memberi semangat secara religi dengan cara agar selalu ingat Allah mendapatkan dukungan dari keluarga dan kerabat ketika terpapar covid. Dukungan psikologi seperti memberi

					semangat agar selalu sabar dan tetap berikhtiar dalam menjalaninya
6	<i>Religious Helping</i>			Menguatkan sesama pasien Covid-19 agar selalu ingat dengan Allah	
7	<i>Religious Forgiving</i>			Mengontrol emosi dengan cara mencari informasi terkait Covid-19 pada internet	berusaha mengontrol emosi dengan bersabar
Aspek <i>Coping</i> Religius negatif					
1	<i>Punishing Reappraisal</i>	<i>God</i>	Merupakan sebuah hukuman dari Allah karena sudah mendekati akhir zaman	Tidak merasa hukuman melainkan sebuah ujian	merasa bahwa mampu menangani stress karena bantuan dari Allah terlihat dari perilaku yang positif tampak pada diri
2	<i>Demonic Reappraisal</i>				
3	<i>Reappraisal of God's powers</i>		Ketika merasa stress lebih banyak mendekati diri kepada Allah		
4	<i>Self-directing religious coping</i>				menghilangkan stress tanpa harus meminta

					bantuan dengan Allah yaitu dengan cara melakukan hal positif seperti olah raga.
5	<i>Spiritual discontent</i>	Tidak merasa kepada Allah	perah marah	Tidak pernah merasa kepada Allah karena merasa terpapar merupakan sebuah ujian	
6	<i>Interpersonal religious discontent</i>			Mengikuti pendapat yang baik	Mengikuti pendapat dari ustadz yang lebih masuk akal

Pada subjek AZ, didapati *coping* religius positif yaitu *Benevolent Religious Reappraisal, Collaborative Religious Coping, Religious Purification, Seeking Support from Clergy or Members*, serta *Religious Forgiving*. Didapati pula *coping* religius negatif, yaitu *Punishing God Reappraisal, Reappraisal of God's powers*, serta *Spiritual Discontent*. Pada subjek SF, didapati *coping* religius positif yaitu *Benevolent Religious Reappraisal, Collaborative Religious Coping, Seeking Spiritual Support, Spiritual Connection, Support from Clergy or Members, Religious Helping*, serta *Religious Forgiving*. Didapati pula *coping* religius negatif, yaitu *Punishing God Reappraisal, Spiritual Discontent*, serta *Interpersonal Religious Discontent*. Pada subjek NA, didapati *coping* religius positif yaitu *Benevolent Religious Reappraisal, Collaborative Religious Coping, Religious Purification, Spiritual Connection, Seeking Support from Clergy or Members*, serta *Religious Forgiving*. Didapati pula *coping* religius negatif, yaitu *Reappraisal of God's powers, Self-Directing Religious Coping*, serta *Interpersonal Religious Discontent*.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *coping* religius subjek AZ adalah pengalaman, pendidikan serta proses pemikiran verbal (faktor intelektual). Pada subjek SF,

faktor yang mempengaruhi *coping* religius adalah berupa pengalaman dan proses pemikiran verbal (faktor intelektual). Untuk subjek NA, faktor yang mempengaruhi *coping* religius sama seperti subjek SF, yaitu pengalaman dan proses pemikiran (faktor intelektual).

### Pembahasan

Aspek-aspek dari strategi *coping* religius berdasar dari pendapat Pargament mengutip dari jurnal penelitian Utami yang menerangkan bahwa coping religius menurut Pargament, dibagi menjadi 2 yaitu coping religius positif dan coping religius negatif. *Coping* religius positif menurut Pargament, yaitu: *Benevolent Religious Reappraisal*, *Collaborative Religious Coping*, *Seeking Spiritual Support*, *Religious Purification*, *Spiritual Connection*, *Seeking Support from Clergy or Members*, *Religious Helping*, *Religious Forgiving* (Utami, 2012). Berdasarkan data yang diperoleh, ketiga subjek memiliki aspek coping religius *Benevolent Religious Reappraisal*. Aspek *Benevolent Religious Reappraisal* seseorang menggambarkan kembali stresor lewat agama dengan cara baik serta bermanfaat, contohnya seperti berbaik sangka terhadap Allah. Dan kemudian dapat disimpulkan bahwa ketiga subjek tersebut menunjukkan perilaku husnuzon atau perasangka baik saat terpapar Covid-19. Aspek berikutnya *Collaborative Religious Coping* yaitu seseorang mencari kontrol melalui hubungan kerjasama dengan Allah dalam mencari jalan keluar dari masalah. Aspek *Seeking Spiritual Support* ialah mencari keamanan serta kenyamanan melalui cinta dan kasih sayang Allah. Aspek *Religious Purification* ialah mencari penjernih kerohanian melalui ibadah religius. Aspek *Spiritual Connection* adalah mencari rasa keterhubungan dengan kekuatan transenden. contohnya meyakini jika segala sesuatu memang telah ditetapkan dari Allah. Aspek *Seeking Support from Clergy or Members* ialah mencari keamanan dan kenyamanan melalui cinta serta kasih sayang saudara seiman dan alim ulama. Aspek *Religious Helping* merupakan usaha agar meningkatkan dukungan spiritual serta kenyamanan pada sesama. contohnya mendoakan kerabat ataupun sahabat yang tertimpa musibah. Aspek *Religious Forgiving* ialah mencari pertolongan agama dengan cara membiarkan pergi tiap amarah, rasa sakit serta kekhawatiran yang berkaitan dengan sakit hati (Rahmawati, 2018).

Uraian hasil penelitian, dikaitkan dengan hasil penelitian-penelitian sebelumnya, dianalisis dengan cara kritis serta dikaitkan dengan literatur terkini yang relevan. Paparan bagian diskusi berisi pemberian arti secara substansial terhadap hasil analisis dan

perbandingan dengan temuan-temuan sebelumnya berdasarkan hasil kajian pustaka yang relevan, mutakhir dan primer. Perbandingan tersebut sebaiknya mengarah pada adanya perbedaan antara temuan penelitian sebelumnya sehingga berpotensi menyatakan adanya kontribusi bagi kemajuan ilmu.

Adapun aspek-aspek coping religius negatif menurut Pargament, yaitu: *Punishing God Reappraisal*, *Demonic Reappraisal*, *Reappraisal of God's powers*, *Self-directing religious coping*, *Spiritual discontent*, *Interpersonal religious discontent*. Aspek *Punishing God Reappraisal* pada subjek Az yaitu Menurut subjek menjadi penyintas Covid-19 merupakan sebuah hukuman dari Allah karena ada pendapat ulama yang mengatakan bahwa semakin mendekati akhir zaman banyak bermacam bencana turun. Kemudian pada subjek SF berbeda pendapat Subjek tidak merasa bahwa menjadi penyintas covid adalah sebuah hukuman dari Allah. Dan terakhir pada subjek NA Subjek NA kurang setuju kalau menjadi penyintas covid adalah sebuah hukuman dari Allah. Menurut Rahmawati pada bagian ini seseorang mencerminkan kembali stressor selaku suatu ganjaran dari Allah atas kesalahan- kesalahan yang sudah diperbuat oleh manusia Aspek *Demonic Reappraisal* pada subjek AZ bahwa pernah ada yang bilang ada campur tangan jin dalam musibah pandemi Covid-19 ini. Kemudian subjek SF menegaskan bahwa dia tidak percaya bahwa ada unsur jin atau setan terkait virus ini. Subjek menekankan bahwa media banyak yang memberi informasi yang masuk akal terkait covid ini. Dan terakhir subjek NA Subjek lebih menerangkan bahwa Covid-19 ini bukan dari perbuatan jin atau setan. Menurut Rahmawati pada bagian ini seseorang ialah mendeskripsikan kembali stressor sebagai sebuah perbuatan yang dilakukan oleh kekuatan jin / setan. Contohnya ialah terserang santet ataupun pelet. Aspek *Reappraisal of God's powers* pada subjek AZ ialah ketika dihadapkan stress saat selama terjangkit covid, subjek banyak menerapkan perilaku yang lebih mendekatkan diri kepada Allah. Kemudian dari subjek SF Subjek selalu berprasangka baik kepada Allah. Dan terakhir pada subjek NA, yang menurut subjek tersebut, ketika dia merasa bahwa mampu menangani stress karena bantuan dari Allah terlihat dari perilaku yang positif tampak pada diri subjek. Menurut Rahmawati pada bagian ini seseorang mencerminkan kekuatan Allah guna memberi pengaruh terhadap situasi stres. Contoh seseorang lagi berharap kepada Allah agar membalas kesalahan orang lain. Aspek *Self-directing religious coping* pada subjek Az ialah subjek mengatakan bahwa tidak mungkin tanpa bantuan Allah dia bisa sembuh

dari stress. Kemudian dari subjek SF Subjek juga tanpa harus meminta bantuan dari Allah meredakan stress dengan bermain bersama keponakan. Terakhir subjek NA Subjek juga bisa menghilangkan stress tanpa harus meminta bantuan dengan Allah yaitu dengan cara melakukan hal positif seperti olah raga. Menurut Rahmawati pada bagian ini seseorang mencari control lewat inisiatif orang dibandingkan meminta pada Tuhan. Aspek *Spiritual discontent* pada subjek AZ ialah subjek tidak pernah ada rasa marah maupun kecewa kepada Allah, karena apapun segalanya dia bersandar kepada Allah semata. Kemudian dari subjek SF subjek tidak pernah sedikitpun merasa marah kepada Allah karena subjek merasa bahwa segala ketentuan adalah sudah diatur oleh Allah. Dan terakhir subjek NA Subjek NA pernah sempat ada rasa marah kepada Allah karena tiba-tiba terpapar. Menurut Rahmawati pada bagian ini seseorang dengan ekspresi kecemasan serta ketidakpuasan kepada Tuhan. Aspek *Interpersonal religious discontent* subjek AZ ialah menurut penuturannya, bahwa jika ustadz tersebut memberikan sarat yang mengarah ke negatif atau menyimpang maka dia tidak akan mengikuti, tapi selama saran itu bagus maka akan diikuti. Kemudian pada subjek SF sendiri, subjek berpendapat kalau ustadz yang memberi saran pada kebaikan dia akan mengikuti, tapi kalau sebaliknya subjek tidak akan mengikuti. Sedangkan subjek NA berpendapat bahwa kalau masukan-masukan atau saran dari ustadz itu masuk akal maka dia akan setuju. Menurut Rahmawati pada bagian ini seseorang ialah ekspresi kecemasan dan ketidakpuasan terhadap alim ulama atau saudara seiman.

Selain itu adapun faktor yang mempengaruhi daripada *coping* religius ialah yang pertama pengalaman, pendidikan dan yang terakhir faktor intelektual (Jalaluddin, 2012). Dari ketiga subjek dalam penelitian ini menceritakan bahwa dari faktor-faktor tersebut sangat berpengaruh terhadap cara mereka melakukan *coping* religius.

### **Kesimpulan**

Kesimpulan yang peneliti dapatkan dari ketiga subjek selama menjadi penyintas Covid-19 mereka lebih menggunakan *coping* religius dalam mengurangi dampak psikologis yang terjadi selama terpapar virus Covid-19. Ketiga subjek menggunakan *coping* religius baik itu positif maupun negatif yang berdasarkan aspek dari Pargament, *Coping* religius positif menurut Pargament, yaitu: *Benevolent Religious Reappraisal*, *Collaborative Religious*

*Coping, Seeking Spiritual Support, Religious Purification, Spiritual Connection, Seeking Support from Clergy or Members, Religious Helping, Religious Forgiving* dan *coping* religius negatif menurut Pargament, yaitu: *Punishing God Reappraisal, Demonic Reappraisal, Reappraisal of God's powers, Self-directing religious coping, Spiritual discontent, Interpersonal religious discontent*. Meskipun masing-masing dari subjek penelitian memiliki faktor yang berbeda-beda, akan tetapi mereka dapat mengurangi dampak psikologis ketika terpapar virus dengan melakukan *coping* religius.

### *Saran*

Penelitian ini dilandaskan dari fenomena yang terjadi disebabkan oleh sebuah pandemi. Akan tetapi, apabila penelitian semacam ini akan dilakukan di kemudian hari menggunakan perspektif yang sama, metode yang sama, dengan kerangka pemikiran yang sama serta latar tempat yang sama, adanya subjek penelitian yang berjenis kelamin laki-laki dari latar belakang yang diversif diharapkan akan menuangkan perspektif yang berbeda terhadap penelitian selanjutnya. Adapun dari segi pengambilan data untuk peneliti selanjutnya, adanya pedoman wawancara yang telah dipersiapkan dengan matang beserta instrumen lain yang akan mendukung jalannya penelitian diharapkan agar tersedia dan mudah diakses sebelum dilakukan prosesi wawancara, bahkan sebelum dilakukannya prosesi observasi, agar proses dokumentasi yang merupakan metode krusial dari penelitian yang bersifat kualitatif ini dapat berjalan dengan lancar. Bagi penyintas Covid-19, diharapkan agar tetap semangat dan selalu berdoa serta yakin bahwa segala penyakit walaupun datang nya dari Allah tapi yakin lah bahwa aka nada obat yang Allah berikan

### **Referensi**

- Angganantyo, W. (2014). Coping Religius Pada Karyawan Muslim Ditinjau Dari Tipe Kepribadian. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, Volume 2*.
- Azwar, S. (2012). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Daulay, N. (2020). Koping Religius dan Kesehatan Mental Selama Pandemi Covid-19: Studi Literatur. *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi, Volume 2*.
- Jalaluddin. (2012). *Psikologi Agama*. PT. Raja Grafindo Persada.

- Rachamawati, F. A., & Nahori, F. (2013). Koping Religius dan Kebahagiaan Psikologis pada Lanjut Usia. *Psikologika, Volume 18*.
- Rahmawati, F. D. (2018). *Koping Religius Pada Santri Rehabilitasi Pondok Narkoba* [Skripsi]. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Respianto, & Herdiyanto, Y. K. (2016). Religious Coping Pada Individu Yang Melakukan Konversi Agama. *Jurnal Psikologi Udayana, Volume 3*.
- Sadewa, M. M., Arif Budiman, M., & Mairijani. (2015). Hubungan Antara Religiusitas Dan Kesejahteraan Pada Masyarakat Banjar, Kalimantan Selatan. *AT - TARADHI Jurnal Studi Ekonomi, Volume 6*.
- Susilo, Dkk, A. (2019). Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia, Volume 7*(Nomor 1).
- Utami, M. S. (2012). Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif. *Jurnal Psikologi, Volume 39*(Nomor 1).

Submit	Review	Revisi	Diterima	Publish
17 -01-2022	19-01-2022 04-02-2022	21-01-2022 05-02-2022	07-02-2022	09-02-2022

---

**Risnawati, Yulia Hairina, Imadduddin**  
**Program Studi Psikologi Islam**  
**Fakultas Ushuluddin dan Humaniora**  
**Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin**  
 E-mail: innaris1295@gmail.com