
Islam dan Resiliensi: Studi Kasus Anak Korban Pandemi Covid-19 di Kota Samarinda

Novia Rosaliana

Universitas Islam Negeri Sultan Aji Muhammad Idris, Samarinda

e-mail: rosaliananov@gmail.com

Shinta Ath-Thariq Apriari

Universitas Islam Negeri Sultan Aji Muhammad Idris, Samarinda

e-mail: o704036@gmail.com

Abstract: *For more than two years, the world community, especially in Indonesia, has been living side by side with Covid-19. It is not easy to adapt to all changes in life, such as the family situation after the father left. For the victim's child, the father, the head of the family, plays an essential role in supporting the family. A father's loss leaves a deep mark on the victim's child. Therefore, it is necessary to have resilience as a form of self-resistance in the face of the Covid-19 pandemic disaster, such as being abandoned by loved ones. The method used in this research is descriptive qualitative with a case study approach. The case study took research because it wanted to explore and then describe the possibility of a form of the resilience of the victim's child in dealing with the father's death during the Covid-19 pandemic. This study found that the conditions of the strength of the three informants were different, but all three had in common, leading to a change for the better. According to Kubler Ross, resilience is formed after going through the stages of grief. The results of this study are expected to be a preference in developing a resilient personality.*

Keywords. *Victim's child; father; covid-19 pandemic; resilience; Islam*

Abstrak: *Sudah lebih 2 tahun masyarakat dunia terutama di Indonesia hidup berdampingan dengan Covid-19. Bukan hal yang mudah beradaptasi dengan segala perubahan dalam tatanan kehidupan seperti keadaan keluarga setelah ditinggalkan Sang ayah. Bagi anak korban, Sang ayah yang merupakan kepala keluarga memegang peranan penting dalam menghidupi keluarga. Ketika kehilangan ayah tentu meninggalkan bekas mendalam bagi anak korban. Oleh karena itu penting memiliki resiliensi sebagai bentuk ketahanan diri dalam menghadapi musibah pandemi Covid-19 seperti ditinggalkan oleh orang yang disayang. Metode yang digunakan pada penelitian ini ialah kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Studi kasus (case study) diambil karena ingin mendalami lalu mendeskripsikan tentang kemungkinan adanya bentuk resiliensi anak korban dalam menghadapi kematian ayah selama pandemi Covid-19. Penelitian ini menemukan bahwa adanya bentuk resiliensi dari ketiga informan yang berbeda namun ketiganya memiliki kesamaan mengarah ke perubahan yang lebih baik. Resiliensi terbentuk setelah melewati tahapan kedukaan menurut Kubler Ross. Hasil daripada penelitian ini diharapkan dapat menjadi preferensi dalam membentuk pribadi yang resilien*

Kata Kunci. *Anak korban; Ayah; Pandemi Covid-19; Resiliensi; Islam*

Pendahuluan

Wabah Covid-19 bukanlah sesuatu hal yang baru bagi masyarakat global pasalnya, hampir 2 tahun belakangan ini hidup berdampingan. Berkaca pada pandemi Covid-19 2 tahun yang lalu kasus kematian mencapai angka 14,9 juta jiwa (WHO 2022). Meskipun keberadaan Covid-19 belum berakhir, kini muncul sub varian covid-19 baru yaitu Omicron BA.4 dan BA.5 diketahui berawal dari Afrika Selatan (Amalia 2021). Adapun kasus yang menyebar di Indonesia diantaranya dibawa oleh penduduk asal

Mauritius, Amerika Serikat dan Brazil (Wulandari 2022).

Pada awal kemunculan virus Covid-19 yang dimulai dari bulan Maret hingga bulan Oktober 2020 kasus kematian tercatat sebanyak 13.869 jiwa. (Ellysa 2020) Keganasan Covid-19 ini terus meningkat sebelum pemberlakuan program vaksinasi dosis pertama dilaksanakan. Awal tahun 2021 lonjakan kasus berangsur-angsur melandai persentase berkurangnya angka kematian sebanyak 11% (Sagita 2022). Berbeda dengan kasus kematian Covid-19 sebelumnya, Omicron sub varian baru sejauh ini belum ditemukan kasus kematian (Wulandari 2022).

Kasus kematian Covid-19 bagi keluarga yang pernah ditinggalkan tentu menyisakan duka mendalam. Selain itu, di sisi lain dampak dari kemunculan nya memicu gangguan psikis lantaran Sang ayah memegang peranan penting dalam menyetir kemudi kehidupan berkeluarga. Fenomena melonjaknya kematian kepala keluarga menurut (Chairani 2020) disebabkan memiliki lebih banyak beban kerja di luar ruangan sehingga cenderung rentan terpapar virus Covid-19.

Kematian Sang ayah sebagai kepala keluarga menimbulkan dampak psikis bagi keluarga yang ditinggalkan seperti gangguan stres pasca trauma khususnya anak korban. Musibah pandemi Covid-19 memberi kerugian yang menjadikan anak sebagai korban kematian ayah (Gregory 2022). Kondisi kehilangan kepala keluarga, surutnya penghasilan dan masih tingginya stigma patriarki negatif masyarakat terhadap janda (Soeryo 2020) membuat anak korban tertekan. Sejalan dengan definisi resiliensi menurut (Utami 2020) berfokus pada ketahanan individu dalam menghadapi stres dan keadaan sulit.

Berdasarkan penelitian yang cukup relevan (Rahmasari 2021) dengan penelitian yang penulis ingin lakukan bahwa terdapat empat tahapan yakni memburuk, penyesuaian, pemulihan dan berkembang. Selaras dengan penjelasan dr. Elisabeth Kubler Ross dalam karyanya yang bertajuk "*On The Death and Dying*" yang menjelaskan lima tahap kesedihan. Lebih lanjut ketika individu mengalami masa traumatis apabila ia tidak mampu melewatinya maka ia dikatakan tidak sehat mental dan sebaliknya apabila individu mampu melewati masa traumatis tersebut maka ia akan menjadi lebih baik dan terbiasa untuk menghadapi masa krisis lainnya.

Sejumlah penelitian yang berkaitan dengan resiliensi mengungkapkan adanya hubungan antara spiritualitas dan resiliensi. Adapun hubungannya yakni sebagai penguat dalam proses penyembuhan dan membentuk kematangan emosi. Selain itu, spiritualitas memiliki peran dalam aspek kehidupan termasuk kesejahteraan psikologis pasca pandemi (Roberto et al. 2020, 2–3).

Menilik fenomena yang terjadi, peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana anak korban yang ditinggalkan oleh Sang ayah dalam membentuk resiliensi. Sebagaimana kemampuan resiliensi setiap individu memiliki perbedaan dalam menyikapi permasalahan yang sama, yaitu ditinggalkan. Adapun manfaat yang peneliti tawarkan pada penelitian ini dapat menjadi preferensi dalam membentuk pribadi yang resilien.

Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif yang dilaksanakan di Samarinda. Adapun metode penelitian pada penelitian ini

menggunakan studi kasus (*case study*). Studi kasus (*case study*) diambil karena ingin mendalami lalu mendeskripsikan tentang kemungkinan adanya bentuk resiliensi anak korban dalam menghadapi kematian ayah selama pandemi Covid-19.

Teknik pengumpulan data dengan melakukan observasi dan wawancara secara tatap muka. Data didapatkan melalui informan sebanyak 3 orang yang memenuhi kriteria penelitian yaitu, informan berdomisili di Samarinda dan ditinggalkan karena terinfeksi Covid-19 pada rentang tahun 2020-2021. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis Miles & Huberman dengan tahapan analisis yaitu, reduksi data; Penyajian data dan Penarikan kesimpulan atau verifikasi. (Sugiyono 2015)

Pembahasan

Setelah mengolah data yang didapatkan berdasarkan hasil wawancara, selanjutnya akan dipaparkan berkaitan dengan latar belakang dan kronologis kematian kepala keluarga serta bagaimana bentuk ketahanan keluarga yang ditinggalkan.

Kasus I

AD merupakan seorang mahasiswi di salah satu Universitas di Samarinda yang berusia 22 tahun yang saat ini menjadi anak yatim sejak Februari 2021. Ayahnya meninggal disebabkan karena penyakit bawaan yang kemudian juga terpapar Covid-19. AD adalah anak bungsu dari 7 bersaudara, ayahnya bekerja sebagai penjaga sekolah dan bekerja sambil sebagai perantara jual beli tanah di daerahnya sedangkan ibunya hanya sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT). AD dan ibunya sementara saat itu hanya mengandalkan uang pensiunan ayahnya.

Menurut pengakuan AD, ia pernah merasa tidak terima akan takdir bahwa ayahnya telah meninggal. Perasaan tidak terima tersebut muncul lantaran ia belum menghabiskan banyak waktu bersama ayahnya. Selama ayahnya hidup, ia mengaku banyak menghabiskan waktu bersama teman-temannya. Saat ia menyadari bahwa kepergian ayahnya adalah penyesalan terbesar, di situlah puncak emosi negatif yang membuatnya larut dalam kesedihan.

Rasa penyesalan yang menggentayangi AD memunculkan perasaan bersalah dan selalu berpikir jika ayahnya masih hidup ia akan lebih banyak menghabiskan waktu bersamanya. Selain itu, ia merasa tidak adil dibandingkan saudara lainnya, misal karena sebelumnya ayah AD selalu menjadi wali nikah sedangkan pada momen sakral AD nanti ayahnya tidak dapat menemani momen tersebut. AD sebagai anak bungsu merasa belum sempat memberikan yang terbaik pada ayahnya. Oleh karena itu, AD kerap kali berpikir bahwa kematian yang menimpa ayahnya karena kurangnya waktu untuk merawat.

Seiring berjalannya waktu, AD kini menyadari bahwa penyesalan yang berlarut-larut tidak akan mengembalikan keadaan semula dan ia mampu bangkit dari keterpurukan. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara AD yang mengungkapkan ia saat ini mampu membiayai pendidikan kuliah dengan meningkatkan prestasi dan ia berkesempatan mendapatkan beasiswa. Beasiswa yang ia dapatkan membentuk AD sebagai pribadi yang lebih produktif sehingga ia mampu menyikapi ujian hidup secara stabil.

Kasus II

Informan yang kedua juga seorang mahasiswi tingkat akhir yang berada di kota Samarinda. Informan yang berinisial NH ini ditinggalkan oleh ayahnya sejak pertengahan 2021 yang terpapar Covid-19 setelah melakukan perjalanan dinas ke luar kota. Tuturnya, setelah ke pulangan ayahnya dari perjalanan tersebut adanya indikasi gejala Covid-19 seperti demam, hilang indera perasa dan penciuman. NH merupakan anak sulung dari 2 bersaudara yang saat ini masih tinggal bersama dengan ibunya.

Setiap anak yang ditinggalkan oleh ayahnya tentu merasa kehilangan karena ayah lah yang menjadi pelindung keluarga meskipun ayah tidak secara langsung merawat anaknya. (Nurbayu 2019) Sebagaimana yang dirasakan oleh NH perasaan kecewa, sedih dan marah tidak dapat dipungkiri yang mana hal ini sesuai dengan pernyataan NH bahwa emosi negatif yang dirasakan adalah perasaan yang alamiah terjadi ketika ditinggalkan orang tersayang.

Berdasarkan riset yang telah dilakukan, kepergian orang tersayang merupakan kenangan pahit yang tidak diinginkan semua orang. (Halakrispen 2019) Oleh sebab itu, emosi negatif yang dirasakan NH membutuhkan waktu untuk bisa menerima keadaan tersebut. Emosi negatif yang timbul dilampiaskan oleh NH dengan merenung sambil memikirkan bahwa kematian yang terjadi dapat dicegah. Menurut NH seharusnya ayahnya tidak perlu menghadiri agenda yang berada di luar kota saat maraknya kasus Covid-19.

NH menganggap bahwa kematian ayahnya dapat dicegah dengan mengikuti agenda secara virtual. Jikalau dapat memutar waktu kembali NH akan berusaha memberi penanganan yang tepat untuk ayahnya. Sebelumnya NH mengira ayahnya hanya demam biasa dan memberi obat seadanya. Hal itu membuat NH selalu berpikir bahwa dirinya tidak dapat merawat ayahnya dengan baik.

Setelah melewati masa keduakaan yang panjang, NH mulai bisa menerima keadaan yang dialami meskipun kerap merasa sepi tanpa kehadiran sosok ayah. Kesadaran NH ditunjukkan dengan adanya dukungan dalam dirinya untuk bangkit dan mengambil hikmah pada setiap kejadian. Berbeda dengan kasus pertama, sepeninggal ayahnya ia tidak memiliki asuransi atau dana pensiun. Oleh karena itu NH dan ibunya membangun usaha toko baju untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari di keluarganya. Musibah yang dialami NH membuat ia saat ini mampu mengambil hikmah dari setiap kejadian dan selalu mencoba berpikir positif.

Kasus III

Selanjutnya informan ketiga yang berinisial JA merupakan seorang mahasiswi perantauan yang dihidupi oleh seorang ayah yang bekerja sebagai karyawan di sebuah perusahaan tambang. JA memiliki 1 saudara perempuan yang masih duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP). Ibu JA sebagai IRT yang memiliki pekerjaan sampingan menjadi ketua RT di wilayahnya. Tiba-tiba JA mendapat kabar bahwa ayahnya dirawat di rumah sakit yang kemudian didiagnosis mengalami gejala Covid-19.

Selama proses wawancara berlangsung JA menyampaikan bahwa kejadian tersebut sangat membekas dalam ingatan nya, terlebih lagi JA dan ayahnya jarang sekali bertemu dikarenakan kontrak pekerjaan. Sama halnya dengan kasus sebelumnya, kepergian orang tersayang tentu meninggalkan luka yang cukup dalam. JA menanyakan pada diri sendiri mengapa ayahnya harus meninggal karena Covid-19. Emosi negatif

yang diutarakan JA berupa banyak menyendiri dan merenung yang cukup lama.

Saat berduka JA sempat berpikir bahwa seandainya ayah JA tidak bekerja di luar kota mungkin JA akan lebih memilih untuk menghabiskan waktu bersamanya. JA dirundung kesedihan karena tidak bisa menghabiskan waktu berkualitas bersama keluarga terutama dengan sang ayah lebih banyak. Di sisi lain, JA berpikir bahwa penyesalan ini tidak akan mengubah situasi menjadi lebih baik. Dengan demikian JA mencoba untuk membuat kehidupannya kembali normal yang ditandai dengan menjadi pribadi yang menjaga pola hidup sehat. Selain itu juga berani mencoba hal-hal baru dalam hidupnya agar ia dapat membiasakan diri dalam menghadapi tantangan baru.

Sejalan dengan latar belakang ketiga informan di atas bentuk resiliensi dalam menghadapi kematian sang ayah memiliki perbedaan. Walaupun bentuk resiliensi ketiga kasus tersebut berbeda namun ketiganya sama-sama melewati proses dari lima tahapan kedukaan. Tahapan kedukaan diperkenalkan oleh dr. Elisabeth Kübler-Ross yang mana merupakan hasil riset pada tahun 1969. Tujuan dilakukannya penelitian ini untuk mengamati respons yang ditunjukkan individu dalam menyikapi keadaan yang pahit, khususnya saat didiagnosa memiliki penyakit berat atau mengalami perubahan yang sangat besar dalam hidupnya

Tahap pertama kedukaan adalah penolakan (*denial*) merupakan bentuk pertahanan diri seseorang (*self defense mechanism*) dalam menghadapi situasi yang terjadi secara tiba-tiba dan tidak diinginkan. (Widyarini 2015) Selaras dengan teori ini hasil wawancara dari ketiga informan menunjukkan adanya penolakan takdir atas kematian sang ayah berupa “tidak terima, merasa tidak adil dan mengapa sang ayah meninggal hanya karena gejala demam”.

Dilanjutkan dengan tahapan kedukaan kedua adalah amarah (*anger*) yang didefinisikan sebagai proses alamiah dalam mengekspresikan emosi negatif setelah mengalami kehilangan orang yang dicinta. Emosi negatif yang biasa dirasakan seperti kesedihan, kekecewaan bahkan merasa kebingungan yang ditandai dengan menangis, marah, merenung. (Ayuni 2021)

Tahapan ketiga dari tahapan kedukaan yakni tawar-menawar (*bargaining*) yang mana seseorang berharap diberikan kesempatan lebih banyak untuk mengurangi rasa penyesalan setelah ditinggalkan sang ayah (Wiandri 2022, 6). Tahapan ini pada umumnya berbentuk ucapan yang mengandung pengandaian seperti “seandainya, jika saja, bagaimana jika ...”. Pada tahapan ini adanya penyesalan yang membekas sehingga individu tenggelam dalam perasaan bersalah.

Tahapan kedukaan keempat yakni depresi (*depression*) yang mana pada tahapan ini menjadi titik terendah individu dalam menghadapi kedukaan. Depresi yang muncul tidak berorientasi pada sakit mental melainkan perasaan hampa dan putus asa. (Axelrod 2021) Ketika individu berada di tahapan kedukaan ini sangat membutuhkan dukungan sosial sebab jika individu tidak dapat melewati tahapan ini kemungkinan terburuk yang akan terjadi ia akan memilih mengakhiri hidupnya.

Setelah melalui tahapan depresi selanjutnya tahapan terakhir adalah penerimaan (*acceptance*) yakni individu mulai menerima kenyataan dari keadaan yang telah berubah. Proses menerima pada tahapan ini diungkapkan dengan memulai kehidupan yang normal tanpa mengingkari kematian orang yang disayang akan kembali. (Stanaway 2020) Individu yang telah melewati lima tahapan kedukaan tersebut kemudian mampu

bangkit dari situasi terburuk sekalipun.

Berdasarkan dari kasus di atas, ketiga informan telah melewati tahapan tersebut sehingga mampu bangkit dari musibah yang dialami. Menilik individu yang telah melewati tahapan tersebut memiliki keterkaitan dengan 7 aspek resiliensi. Menurut Reivich dan Shatte individu yang memiliki pengendalian diri yang baik tentu dapat menerima dan bangkit dari keterpurukan. (Astuti 2021)

Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bangkit dari masa krisis dan mampu mengembangkan diri dalam melanjutkan kehidupan yang normal. (Missasi 2019) Terdapat 7 aspek resiliensi, yakni regulasi emosi, kontrol diri, empati, keyakinan diri, mampu menganalisa suatu penyebab masalah, percaya diri (optimis) dan memiliki tekad yang kuat dalam menggapai hal yang dicita-citakan nya. (Riadi 2021)

Lebih lanjut, agama berperan dalam setiap aspek kehidupan manusia pada konteks ini agama Islam. Islam menawarkan solusi dalam menghadapi masa krisis pasca pandemi dengan resiliensi (Ahmd, Hashim, and Yaacob 2020). Resiliensi yang didukung oleh spiritualitas mampu mengarahkan individu untuk bangkit dari keterpurukan pasca pandemi. (Al Eid et al. 2020).

Islam mengajarkan bahwa setiap individu harus tunduk kepada kehendak Allah dan mengikuti ajaran-ajaran yang terdapat dalam Alquran, yaitu kitab suci umat Islam. Ajaran-ajaran ini mencakup prinsip-prinsip keimanan, ibadah, dan tata krama sosial yang ditentukan oleh Allah. Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk mengatasi masalah atau tantangan dalam hidupnya dengan cara yang sehat dan produktif. Resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk tetap berpikiran positif dan terus maju meskipun menghadapi situasi yang sulit atau tidak diinginkan.

Islam mengajarkan bahwa setiap muslim harus memiliki sifat resiliensi dalam menghadapi tantangan hidup. Islam mengajarkan bahwa setiap individu harus sabar dan ikhlas dalam menghadapi masalah yang dihadapinya, serta terus berusaha untuk menyelesaikan masalah tersebut dengan cara yang terbaik. Islam juga mengajarkan bahwa setiap muslim harus memiliki keyakinan yang kuat terhadap Allah dan terus bersandar kepada-Nya dalam setiap situasi. Allah dalam Alquran telah menjamin bahwa setiap muslim yang sabar dan berserah diri kepada-Nya akan diberikan kemudahan dalam menghadapi masalah yang dihadapinya.

Oleh karena itu, resiliensi merupakan sifat yang sangat penting bagi setiap muslim. Dengan memiliki sifat resiliensi, muslim dapat mengatasi masalah dengan cara yang sehat dan produktif, serta terus berusaha untuk menjadi pribadi yang lebih baik di mata Allah.

Bentuk resiliensi dari ketiga informan sama-sama melakukan hal positif setelah melewati masa berduka. Pada kasus pertama, bentuk resiliensi informan dengan melakukan hal-hal produktif yang mana agar ia dapat mengendalikan diri. Adapun kasus kedua, bentuk resiliensi yang informan miliki berupa mampu berpikiran optimis untuk bangkit bahwa semua kejadian pasti ada hikmahnya. Kasus selanjutnya informan memiliki resiliensi dengan menjaga pola hidup sehat sebagai langkah preventif.

Simpulan

Kematian Sang ayah karena virus Covid-19 menimbulkan duka yang mendalam khususnya bagi anak korban. Dalam menghadapi kematian ayah, anak korban melewati

tahapan kedukaan menurut teori Kubler Ross. Adapun tahapan kedukaan tersebut dimulai dari penolakan (*denial*), amarah (*anger*), tawar-menawar (*bargaining*), depresi (*depression*), dan penerimaan (*acceptance*). Kelima tahapan yang telah disebutkan memiliki keterkaitan dengan aspek resiliensi yang dimiliki ketiga informan. Definisi resiliensi sendiri ialah kemampuan individu untuk bangkit dari masa krisis dan mampu mengembangkan diri dalam melanjutkan kehidupan yang normal. Terdapat 7 aspek resiliensi yang dimaksud yaitu, regulasi emosi, kontrol diri, empati, keyakinan diri, mampu menganalisa suatu penyebab masalah, percaya diri (optimis) dan memiliki tekad yang kuat dalam menggapai hal yang dicita-citakan nya. Adapun bentuk resiliensi dari ketiga informan, pertama dengan melakukan hal-hal produktif agar ia dapat mengendalikan diri, kedua dengan berpikir optimis untuk bangkit bahwa semua kejadian pasti ada hikmahnya dan yang ketiga dengan menjaga pola hidup sehat sebagai langkah preventif.

Daftar Pustaka

- Ahmd, Manal Ali, Sahabuddin Hashim, and Nik Rosila Nik Yaacob. 2020. "Islamic Spirituality, Resilience and Achievement Motivation of Yemeni Refugee Students: A Proposed Conceptual Framework." *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research* 19 (4): 322–42. <https://doi.org/10.26803/ijlter.19.4.19>.
- Amalia, Husnun. 2021. "Omicron Penyebab COVID-19 Sebagai Variant of Concern." *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan* 4 (4): 139–41. <https://doi.org/10.1136/bmj.n2943>.
- Astuti, Anisa Sawu Dwi. 2021. "Bangkit Lagi Yuk! Mengenal Resiliensi Dan Cara Meningkatkan." *Kampus Psikologi*. 2021. <https://kampuspsikologi.com/resiliensi/>.
- Axelrod, Julie. 2021. "Mourning and the 5 Stages of Grief." Psychcentral. 2021. <https://psychcentral.com/lib/the-5-stages-of-loss-and-grief#Going-through-the-5-stages-of-grief-How-it-feels>.
- Ayuni, Asmi. 2021. "5 Tahapan Kesedihan Setelah Kehilangan Orang Tercinta." Dfunstation. 2021. <https://www.dfunstation.com/blog/read/pengetahuan-umum/182/5-tahapan-kesedihan-setelah-kehilangan-orang-tercinta>.
- Chairani, Ikfina. 2020. "Dampak Pandemi Covid-19 Dalam Perspektif Gender Di Indonesia (Impact Of Covid-19 Pandemic Using Gender Perspective In Indonesia)." *Jurnal Kependudukan Indonesia*. Badan Pusat Statistik Provinsi Papua.
- Dahlan, Ahmad, and Vallahatullah Missasi. 2019. "Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi." In *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 433–41. Yogyakarta.
- Eid, Nawal A. Al, Mohammed M.J. Alqahtani, Khaldoun Marwa, Boshra A. Arnout, Hajar S. Alswailem, and Al Anoud Al Toaimi. 2020. "Religiosity, Psychological Resilience, and Mental Health Among Breast Cancer Patients in Kingdom of Saudi Arabia." *Breast Cancer: Basic and Clinical Research* 14. <https://doi.org/10.1177/1178223420903054>.
- Ellysa. 2020. "Situasi COVID-19 Di Indonesia." Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

- Gregory, Christina. 2022. "Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD): Understanding PTSD Symptoms and Causes." *Psycom*. 2022. <https://www.psycom.net/post-traumatic-stress-disorder>.
- Halakrispen, Sunnaholomi. 2019. "Survei: Ada Kerumitan Saat Berduka." *Medcom*. 2019. <https://www.medcom.id/rona/keluarga/yKXGGwak-berduka-adalah-salah-satu-pengalaman-yang-dianggap-rumit>.
- Nurbayu, Ikhda Rizky. 2019. "Penyebab Suami Tidak Aktif Dalam Mengurus Anak." *Orami2*, April 2019. <https://www.orami.co.id/magazine/penyebab-suami-tidak-aktif-dalam-mengurus-anak>.
- Rahmasari, Diana. 2021. "Resiliensi Istri Selepas Kematian Suami Akibat Covid-19." *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 8 (9): 103–18.
- Riadi, Muchlisin. 2021. "Resiliensi (Pengertian, Fungsi, Aspek, Sumber Dan Tahapan)." *Kajian Pustaka*. 2021. <https://www.kajianpustaka.com/2021/01/resiliensi-pengertian-fungsi-aspek.html>.
- Roberto, Anka, Alicia Sellon, Sabrina T. Cherry, Josalin Hunter-Jones, and Heidi Winslow. 2020. "Impact of Spirituality on Resilience and Coping during the COVID-19 Crisis: A Mixed-Method Approach Investigating the Impact on Women." *Health Care for Women International* 41 (11–12): 1313–34. <https://doi.org/10.1080/07399332.2020.1832097>.
- Sagita, Nafilah Sri. 2022. "Kemenkes Ungkap Perbandingan Data Kematian COVID Setelah Vaksin Ke-1, 2, 3." *Detik Health*. 2022. <https://health.detik.com/berita-all/d-5956639/kemenkes-ungkap-perbandingan-data-kematian-covid-setelah-vaksin-ke-1-2-3>.
- Soeryo, Myrna. 2020. "Mematahkan Stigma Kata Janda." *Greatmind*, 2020. <https://greatmind.id/article/mematahkan-stigma-kata-janda>.
- Stanaway, Caitlin. 2020. "The Stages of Grief: Accepting the Unacceptable." University of Washington. 2020. <https://www.washington.edu/counseling/2020/06/08/the-stages-of-grief-accepting-the-unacceptable/#:~:text=Grief is typically conceptualized as,%2C bargaining%2C depression%2C acceptance>.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Utami, Lufiana Harnany. 2020. "Bersyukur Dan Resiliensi Akademik Mahasiswa." *Nathiqiyah : Jurnal Psikologi Islam* 3 (1).
- WHO. 2022. "Global Excess Deaths Associated with COVID-19, January 2020 - December 2021." WHO International. 2022. <https://www.who.int/data/stories/global-excess-deaths-associated-with-covid-19-january-2020-december-2021>.
- Wiandri, Sisca Nusi. 2022. "Penggunaan Sudut Pandang Tokoh Utama Untuk Merepresentasikan Teori 5 Stages Of Grief Kubler Ross Dalam Penulisan Skenario Film 'Senandika Lara.'" *UPT Perpustakaan ISI*, 1–16.
- Widyarini. 2015. "Perjalanan Emosi Untuk Move-On." Balai Diklat Keuangan Malang.

2015. <https://bppk.kemenkeu.go.id/content/berita/balai-diklat-keuangan-malang-perjalanan-emosi-untuk-moveon-2019-11-05-8840925e/>.

Wulandari, Septiana. 2022. "Kemunculan Omicron BA.4 Dan BA.5, Epidemiolog UNAIR: Prokes Masih Jadi Kunci." UNAIR News. 2022. https://www.unair.ac.id/2022/06/24/kemunculan-omicron-ba-4-dan-ba-5-epidemiolog-unair-prokes-masih-jadi-kunci/?utm_source=rss&utm_medium=rss&utm_campaign=kemunculan-omicron-ba-4-dan-ba-5-epidemiolog-unair-prokes-masih-jadi-kunci.