

**STRATEGI *COPING* PENYINTAS COVID-19 DALAM  
MENGEMBANGKAN KONSEP DIRI  
(Studi Kasus pada Mahasiswa  
UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)**



**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto  
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

**SILFIA PUTRI WIDIYA SARI**

**NIM 1817101040**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT  
FAKULTAS DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI  
PURWOKERTO  
2022**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Silfia Putri Widiya Sari  
NIM : 1817101040  
Jenjang : S-1  
Fakultas : Dakwah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Judul Skripsi : Strategi *Coping* Penyintas Covid-19 dalam Mengembangkan Konsep diri (Studi Kasus pada Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)

Menyatakan bahwa Naskah Skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya sendiri kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Purwokerto, 13 Juli 2022

Saya yang menyatakan,



**Silfia Putri Widiya Sari**

**NIM. 1817101040**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
FAKULTAS DAKWAH

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Puwokerto 53126  
Telepon (0281)635624 Faksimili (0281)636553  
Website: <http://lib.uinsaizu.ac.id> Email: [lib@uinsaizu.ac.id](mailto:lib@uinsaizu.ac.id)

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

STRATEGI *COPING* PENYINTAS COVID-19 DALAM  
MENGEMBANGKAN KONSEP DIRI  
(Studi Kasus pada Mahasiswa  
UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)

Yang disusun oleh Saudara **Silfia Putri Widiya Sari** NIM 1817101040, Program Studi **Bimbingan dan Konseling Islam**, Fakultas **Dakwah**, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, telah diujikam pada tanggal **15 Juli 2022** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial (S.Sos)** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Dr. Muskinul Fuad, M.Ag.  
NIP. 19741226 200003 1 001

Sekretaris Sidang/Penguji II

Dr. Hente Kurniawati, M.A., Psikolog  
NIP. 19790530 200701 2 019

Penguji Utama

Kholil Lur Rochman, M.Si  
NIP. 19791005200001013

Mengetahui/Mengesahkan  
Purwokerto, 1-8-2022

Dekan,



Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag.  
NIP. 196912191998031001

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto  
Di Purwokerto

Assalamu'alaikum Wr.Wb


Setelah melakukan bimbingan, arahan dan perbaikan seperlunya terhadap penulisan skripsi dengan:

Nama : Silfia Putri Widiya Sari  
Nim : 1817101040  
Jenjang : S1  
Jurusan : Dakwah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Judul : "STRATEGI *COPING* PENYINTAS COVID-19 DALAM  
MENGEMBANGKAN KONSEP DIRI (Studi Kasus Pada  
Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)"

Dengan naskah skripsi ini, dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diujikan dalam sidang munaqosyah.  
Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Purwokerto, 13 Juli 2022

Pembimbing



**Dr. Muskinul Fuad, M.Ag**  
NIP. 19741226 200003 1 001

## MOTTO

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

*“sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”*

(Q.S Al-Insyirah:6)



## PERSEMBAHAN

**Skripsi ini saya persembahkan untuk orang-orang yang saya sayangi dan saya cintai:**

*Bapak Ayat, Ibu Saliyah dan Adik saya Sinta Risqi Nur Fahilda*



**STRATEGI COPING PENYINTAS COVID-19 DALAM  
MENGEMBANGKAN KONSEP DIRI PADA MAHASIWA  
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**

**Silfia Putri Widiya Sari  
NIM. 1817101040**

**ABSTRAK**

Ketidak seimbangan psikologis memunculkan stigma dalam bentuk perilaku sosial salah satunya yaitu pasien yang sudah pulih dari Covid-19 dikucilkan sebab masyarakat khawatir masih bisa menularkan virus. Stigma buruk tersebut pastinya akan tetap melekat pada penyintas karena ketakutan masyarakat yang berlebihan. Dampak dari ketakutan yang berlebih dari masyarakat akan menghambat aktivitas para penyintas Covid-19, terutama pada mahasiswa, karena mahasiswa merupakan komunitas yang selalu beraktifitas dan berinteraksi satu dengan yang lain. Mahasiswa digolongkan sebagai remaja akhir atau masa dewasa awal, masa dimana puncak perkembangan, dan masa dewasa awal merupakan masa perubahan dari masa remaja. Pada masa ini seseorang akan menghadapi banyak masalah dalam hidup, dan masalah tersebut perlu ditangani dengan baik. Sehingga mahasiswa penyintas Covid-19 perlu memiliki konsep diri yang positif, konsep diri yang positif dapat terbentuk apabila strategi *coping* yang dilakukan mampu mengarah pada hal yang positif begitu pula sebaliknya. Metode yang digunakan dalam Penelitian ini yaitu metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil dalam penelitian ini yaitu faktor yang mempengaruhi strategi *coping* dalam mengembangkan konsep diri penyintas Covid-19 dipengaruhi oleh adanya dukungan dari orang sekitar yaitu keluarga, teman sebaya dan masyarakat. dari adanya dukungan sosial memunculkan dampak positif dari perilaku *coping* yang dilakukan oleh ketujuh subjek yaitu subjek mampu menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19, lebih berfikir positif, lebih mencintai diri sendiri, lebih menghargai diri sendiri dan mampu menguatkan diri sendiri. Komponen konsep diri berupa gambaran diri, ideal diri, harga diri, peran diri, dan identitas diri dapat membentuk konsep diri yang positif. Penerimaan yang positif dari orang tua, teman sebaya dan masyarakat mampu membuat ketujuh subjek dalam penelitian ini mengembangkan konsep diri yang positif.

**Kata Kunci:** *Strategi Coping, Konsep Diri, Penyintas Covid-19*

**STRATEGI COPING PENYINTAS COVID-19 DALAM  
MENGEMBANGKAN KONSEP DIRI PADA MAHASIWA  
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**

**Silfia Putri Widiya Sari  
NIM. 1817101040**

**ABSTRACT**

*Psychological imbalance raises stigma in the form of social behavior, one of which is that patients who have recovered from Covid-19 are ostracized because people are worried that they can still transmit the virus. The bad stigma will certainly remain attached to the survivors because of excessive public fear. The impact of excessive fear from the community will hamper the activities of Covid-19 survivors, especially students, because students are a community that always has activities and interacts with one another. Students are classified as late adolescence or early adulthood, a period where the peak of development, and early adulthood is a period of change from adolescence. At this time a person will face many problems in life, and these problems need to be handled properly. So that student survivors of Covid-19 need to have a positive self-concept, a positive self-concept can be formed if the coping used are able to lead to positive things and vice versa. The method used in this study is a qualitative method with a case study approach. The results in this study are that the factors that influence coping in developing the self-concept of Covid-19 survivors are influenced by the support from people around them, namely family, peers and the community. From the existence of social support, there is a positive impact of coping carried out by the seven subjects, namely: the subject is able to accept himself as a survivor of Covid-19, more think positively, love yourself more, respect yourself more and be able to strengthen yourself. Components of self-concept in the form of self-image, self-ideal, self-esteem, self-role, and self-identity can form a positive self-concept. Positive acceptance from parents, peers and society was able to make the seven subjects in this study develop a positive self-concept.*

**Keywords:** Coping Strategies, Self-Concept, Survivors of Covid-19



## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Puji syukur senantiasa saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan segala rahmat, barokah, dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat diberikan kemudahan dan kelancaran dalam menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Strategi Coping Penyintas Covid-19 dalam Mengembangkan Konsep Diri (Studi Kasus pada Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)”.

Shalawat dan salam peneliti haturkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW beserta Keluarganya, sahabatnya, dan keturunannya yang selalu dimuliakan oleh Allah SWT. Semoga dengan membaca sholawat kita termasuk kedalam golongan orang-orang yang diberi syafa'at oleh beliau.

Skripsi ini dibuat untuk memenuhi tugas akhir dan persyaratan guna memperoleh gelar sarjana dalam Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang dibuat oleh peneliti dengan keringat dan tetesan air mata. Dengan selesainya skripsi ini, penulis mengucapkan Jazakumullah Khairon Katsir kepada:

1. Orang tua tercinta, Bapak Ayat dan Ibu Saliyah yang tak pernah mengenal kata lelah dan menyerah berjuang untuk saya. Terima kasih banyak atas segala pengorbanan, kasih sayang, doa'a, nasihat dan dukungan baik dukungan moril maupun materil selama ini, khususnya selama proses pendidikan. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang indah.
2. Prof. Dr. KH. Moh. Roqib, M.Ag. Selaku Rektor UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag. Selaku Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag. Selaku Wakil Dekan I Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto sekaligus Dosen Pembimbing Skripsi yang memberikan saran dan motivasi kepada peneliti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

5. Dr. Hj. Khusnul Khatimah, M.Ag. Selaku Wakil Dekan II Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
6. Dr. Musta'in, M.Si. Selaku Wakil Dekan III Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
7. Nur Azizah, M.Si. Selaku Ketua Jurusan Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
8. Dr. Henie Kurniawati, S.Psi., M.A., Psikolog, Eka Widiyari, M.Si., Psikolog, dan Zahratika Zalafi, M.Si., terimakasih ibu, karena telah memberikan banyak ilmu dan pengalaman selama bergabung dengan UPT Pengembangan Karir .
9. Segenap dosen dan staff administrasi Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang telah membantu semasa perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
10. Sinta Rizqi Nur Fahilda Selaku adik penulis beserta seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan, doa dan kasih sayang.
11. Kepada Teman-teman BKI A angkatan 2018 terima kasih atas hari-hari yang selalu membahagiakan dengan kalian selama proses kuliah.
12. Kepada sahabat-sahabatku, Za'imatus Sholihah, Muhammad Bachroni Hidayat, Adhitya Ridwan Budi P.N, dan Shofyan Tsauri. Terima kasih atas semangat dan dukungannya yang membuat bahagia selama proses kuliah.
13. Kepada Teman-teman Peer Counselor Teman sehati, Matlaul luluil Fatimah, Annisa Barokah, Syafina Alvi Damayanti, Aulia Rahmawati Fajeri, Kiky Dwi ratnasari. Terima kasih atas hari-hari yang selalu membahagiakan dengan kalian selama proses pengabdian di UPTP Karir UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
14. Serta semua pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.
15. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for harving no days off, I wanna thank me for never quitting, for just being me at all times.*

Tidak ada kata yang dapat penulis ucapkan sebagai ungkapan terima kasih, kecuali doa kepada Allah SWT agar diberikan kesehatan, diberikan jalan rezeki, dan keberkahan dunia dan akhirat. Penulis berharap semoga skripsi ini memberikan kebermanfaatan bagi keilmuan dan kehidupan masyarakat. Aamiin.

Purwokerto, 13 Juli 2021

Penulis,



**Silfia Putri Widiya Sari**

**NIM 1817101040**



## DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN .....	i
PENGESAHAN .....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING .....	iii
MOTTO.....	iv
PERSEMBAHAN .....	v
ABSTRAK .....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Penegasan Istilah.....	5
C. Batasan dan Rumusan Masalah .....	7
D. Tujuan Penelitian.....	8
E. Manfaat Penelitian .....	8
F. Kajian Pustaka.....	8
G. Sistematika Pembahasan.....	11
<b>BAB II KAJIAN TEORI.....</b>	<b>13</b>
A. Strategi <i>Coping</i> .....	13
B. Penyintas Covid-19 .....	19
C. Konsep Diri.....	20
D. Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian .....	28
B. Subjek dan Objek Penelitian.....	29
C. Waktu dan Tempat Penelitian.....	35
D. Sumber Data Penelitian .....	35
E. Metode Pengumpulan Data .....	36
F. Teknik Analisis Data .....	37
G. Uji Keabsahan Data .....	38
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>40</b>
A. Gambaran Umum UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto .....	40
B. Strategi Coping Dalam Mengembangkan Konsep Diri Penyintas .....	41
C. Gambaran Konsep Diri Penyintas Covid-19 .....	65
D. Faktor Pembentukan Konsep Diri Penyintas .....	103
E. Analisis.....	116
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>123</b>
A. Kesimpulan .....	123
B. Saran.....	123
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>125</b>

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Masalah

WHO (World Health Organization) mengungkapkan Covid-19 sebagai wabah pada bulan Maret 2020 dan saat ini digolongkan sebagai pandemi berdasarkan jumlah kasus yang terjadi di seluruh dunia.<sup>1</sup> Tingginya jumlah kasus Covid-19 memberikan dampak negatif bagi negara diseluruh dunia seperti ekonomi, sosial, pendidikan, dan juga kesehatan mental masyarakat. Dampak tersebut juga dirasakan oleh masyarakat di Indonesia khususnya kesehatan mental serta sosial.

Pada pemetaan gambaran resiko psikologis di Indonesia ada empat faktor utama yang menjadi penyebab penderitaan, yakni keterbatasan sosial, kesulitan kebutuhan pokok, resiko terjangkit dan adaptasi perilaku. Situasi ini cenderung menciptakan ketidak seimbangan psikologis bagi masyarakat baik di tingkat mikro maupun makro.<sup>2</sup>

Dari beberapa ketidak seimbangan psikologis memunculkan stigma dalam bentuk perilaku sosial, seperti orang yang berpindah dari satu tempat ketempat yang lain menuai penentangan warga bahkan dikucilkan, mengasingkan orang dengan etnik tertentu sebab dianggap membawa virus, menolak dan mengasingkan tenaga medis sebab mereka dianggap membawa virus dari tempat mereka bekerja, menolak jenazah yang hendak dimakamkan di daerahnya karena khawatir masih ada virus yang bisa menularkan pada orang lain, bahkan pasien yang sudah pulih dari Covid-19 juga dikucilkan sebab mereka khawatir masih bisa menularkan virus. Reaksi-reaksi masyarakat tersebut terus berulang, baik dari lingkungan ataupun berita di media sosial.

---

<sup>1</sup> Iman Pasu Marganda Hadiarto Purba, "Implementasi Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018 Tentang Keekarantinaan Kesehatan Di Jawa Timur Menghadapi Pandemi COVID-19," *Journal of Chemical Information and Modeling* 4 (2021): 1–11.

<sup>2</sup> Yudi Kurniawan and Markus Nanang Irawan Budi Susilo, "Bangkit Pascainfeksi: Dinamika Resiliensi Pada Penyintas Covid-19," *PHILANTHROPY: Journal of Psychology* 5, no. 1 (2021): 131, <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v5i1.3326>.

Keadaan ini sangat mungkin menjadi sumber stres dan kecemasan bagi mereka yang pernah terpapar virus Covid-19.<sup>3</sup>

Adanya stigma buruk masyarakat terhadap individu yang sudah dinyatakan positif Covid-19 akan meningkatkan kecenderungan stress pada individu yang mana bisa menghambat proses kesembuhannya, individu tentu merasa khawatir untuk meminta bantuan dan dirawat di rumah sakit karena mengkhawatirkan adanya stigma buruk dari lingkungannya. Stigma buruk tersebut pastinya akan tetap melekat pada penyintas karena ketakutan masyarakat yang berlebihan.<sup>4</sup>

Dampak ketakutan yang berlebih dari masyarakat akan menghambat aktivitas para penyintas Covid-19, terutama pada mahasiswa, karena mahasiswa merupakan komunitas yang selalu beraktifitas dan berinteraksi satu dengan yang lain. Mahasiswa digolongkan sebagai remaja akhir atau masa dewasa awal dan dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya antara 18 tahun sampai 25 tahun.<sup>5</sup> Masa dewasa awal merupakan masa mencari kemandirian serta masa reproduksi, yaitu masa yang dipenuhi dengan problem dan ketegangan emosional, masa isolasi sosial, masa komitmen dan ketergantungan, serta masa dimana nilai, kreativitas, dan adaptasi berubah terhadap gaya hidup baru.<sup>6</sup> Pada tahapan ini, seseorang mulai mendapat serta memikul tanggung jawab yang lebih berat. Masa dewasa awal adalah masa puncak dimana seseorang berkembang, dan masa dewasa awal merupakan masa perubahan dari masa remaja. Pada masa ini seseorang akan menghadapi banyak masalah dalam hidup, dan masalah tersebut perlu ditangani dengan baik.<sup>7</sup> Masalah yang dihadapi individu akan dipengaruhi oleh faktor intern dan ekstern, seperti faktor lingkungan, masyarakat, teman sebaya, dan lain sebagainya. Sehingga

---

<sup>3</sup> Counseling Volume et al., "Proceeding the 1" 01, no. 01 (2021): 61–70.

<sup>4</sup> Aryo Atha Rizaldi and Diana Rahmasari, "Resiliensi Pada Lansia Penyintas Covid-19 Dengan Penyakit Bawaan," *Jurnal Penelitian Psikologi* 8, no. 5 (2021): 1–15.

<sup>5</sup> Deasy. Al Hakim, Ibrahim. Yunika Khairun, "Profil Tugas Perkembangan Mahasiswa Prodi Pendidikan Kimia Universitas Sultan Ageng Tirtayasa," *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling* 1, no. 1 (2016): 105–11.

<sup>6</sup> Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2011).

<sup>7</sup> Alifia Fernanda Putri, "Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya," *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling* 3, no. 2 (2018): 35, <https://doi.org/10.23916/08430011>.

mahasiswa penyintas Covid-19 perlu memiliki konsep diri yang positif, konsep diri merupakan *self evaluation* individu mengenai diri sendiri. Burn mendefinisikan konsep diri secara keseluruhan, dimana hal tersebut mencakup tentang opini akan dirinya sendiri, opini mengenai pandangan orang lain terhadap dirinya dan opini terkait sesuatu yang dia dapat.<sup>8</sup>

Dalam Al-Qur'an sendiri disebutkan dalam surat Adz-Dzariyat ayat 20-21 yang berbunyi:

وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِلْمُوقِنِينَ (20) وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ (21)

Artinya : “Dan di bumi terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi orang-orang yang yakin. Dan juga pada dirimu sendiri. Maka apakah kamu tidak memperhatikan?” (Q.S. Adz-Dzariyat: 20-21).

Ibnu Katsir menafsirkan bahwa yang dimaksud ayat ini adalah bahwa di dunia ini telah terdapat tanda-tanda yang semuanya itu menunjukkan keagungan Sang Maha Pencipta dan kekuasaannya yang sangat luas, seperti bermacam-macam tumbuh-tumbuhan, hewan-hewan, padangpadang, gunung-gunung, gurun-gurun, dan sungai-sungai, dan perbedaan bahasa dan ras atau warna kulit pada manusia dan apa-apa yang terdapat dalam diri manusia yaitu akal, pemahaman, harkat, dan kebahagiaan.<sup>9</sup>

Jadi dengan adanya perbedaan yang terletak pada diri setiap orang seharusnya menjadikan setiap orang memperhatikan dirinya baik secara fisik, seperti halnya paras wajah, jenis kelamin serta kejiwaan yang meliputi kecenderungan dan kekuatan jiwa yang berkaitan dengan intelektual seperti halnya akal, pemahaman, harkat, dan kesenangan atas berbagai persoalan.<sup>10</sup>

Perbedaan yang ada dalam diri seseorang sangat penting, agar nantinya memiliki konsep diri yang jelas, baik itu berkaitan dengan fisik, kejiwaan, dan

<sup>8</sup> Juli Maini Sitepu and Mawaddah Nasution, “Pengaruh Konsep Diri Terhadap Coping Stress Pada Mahasiswa FAI UMSU,” *Intiqad: Jurnal Agama Dan Pendidikan Islam* 9 (1) (2017): 73–74.

<sup>9</sup> Ahmad Mustofa and Yusuf Arisandi, “Konsep Percaya Diri Perspektif Al- Qur ’ an,” *Al-Jadwa: Jurnal Studi Islam* 1, no. 1 (2021): 19–41, <http://ejournal.iaidalwa.ac.id/index.php/al-jadwa/article/view/470>.

<sup>10</sup> Mustofa and Arisandi.

juga kadar intelektual yang seseorang miliki. Dengan mengetahui konsep diri yang jelas maka setiap individu akan mengetahui secara terfokus apa yang dapat mereka kontribusikan, untuk bisa lebih mengoptimalkan potensi setiap orang yang sudah Allah karuniakan untuk menggapai kesuksesan dunia dan akhirat.<sup>11</sup> Konsep diri memegang peranan penting dalam menentukan tingkah laku individu dalam memandang dirinya, manfaat mengetahui konsep diri adalah agar individu dapat bersikap optimis, percaya diri, senantiasa berfikir dan bersikap serta berperilaku positif.

Konsep diri Individu dipengaruhi oleh aspek pengalaman, pikiran, emosi, persepsi, dan tingkah laku seseorang. Konsep diri yang positif dapat terbentuk apabila strategi *coping* yang dilakukan mampu mengarah pada hal yang positif begitu pula sebaliknya. Strategi *coping* merupakan pendekatan untuk mengatasi situasi stres saat menghadapi tekanan yang dilakukan dengan cara mengubah perilaku untuk menciptakan rasa aman dan nyaman.<sup>12</sup> Tujuan dari strategi *coping* yaitu guna mengatasi adanya tuntutan yang dialami individu ketika mendapatkan desakan, stres dan adanya sumber daya yang tidak individu pahami sebelumnya.<sup>13</sup> Strategi coping membantu individu merasa lebih baik secara fisik dan mental. Perasaan yang terkendali dengan strategi coping akan memengaruhi performa individu di masa depan secara positif.

Dari hasil pengamatan peneliti, Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto merupakan mahasiswa yang terdampak Covid-19, penyebaran virus ini tak pandang bulu, tidak hanya masyarakat umum, tenaga medis, pekerja kantoran, para mahasiswa pun terdampak virus Covid-19. Fenomena yang terjadi di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto para mahasiswa yang pernah terpapar virus Covid-19 sempat mengalami stigma dari masyarakat, masih banyak yang mengira bahwa orang yang sudah dinyatakan negatif dari virus tersebut masih bisa menular, dengan adanya anggapan seperti itu

---

<sup>11</sup> Mustofa and Arisandi.

<sup>12</sup> Dylan Trotsek, "BAB II Strategi Coping, Single Mother, Kenakalan Anak," *Journal of Chemical Information and Modeling* 110, no. 9 (2017): 1689–99.

<sup>13</sup> Siti Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya," *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa* 1, no. 2 (2017): 101, <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>.



menjadikan para mahasiswa penyintas menutup dirinya, malu untuk mengakui diri sebagai penyintas, dan menganggap bahwa menjadi penyintas Covid-19 merupakan sebuah aib. Sebagian mahasiswa penyintas Covid-19 menjadi bahan umpatan masyarakat serta mengalami penolakan oleh masyarakat bahkan orang terdekat mereka walaupun sudah dinyatakan negatif dari virus Covid-19, hal tersebut ikut menambah beban penyintas yang sudah menghadapi hambatan secara fisik lalu ditambah lagi dengan permasalahan emosi yang dialami serta kesehatan mental dampak dari tekanan sosial.

Dengan adanya stigma-stigma yang muncul menjadikan penyintas mengalami hambatan-hambatan dalam bersosialisasi, mengalami perubahan peran baik dalam keluarga maupun masyarakat, mengalami perubahan baik secara fisik maupun psikis, dan mengalami perubahan karakter selama menjadi penyintas Covid-19.

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Strategi Coping Penyintas Covid-19 Dalam Mengembangkan Konsep Diri Pada Mahasiswa di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Oleh karena itu, peneliti mengkaji permasalahan tersebut melalui penelitian kualitatif yang berjudul **“STRATEGI COPING PENYINTAS COVID-19 DALAM MENGEMBANGKAN KONSEP DIRI (Studi Kasus Pada Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)”**.

## **B. Penegasan Istilah**

### **1. Strategi *Coping***

Strategi *Coping* merupakan suatu pendekatan untuk menanggulangi stres dalam menghadapi tekanan masalah yang dilakukan dengan cara mengubah perilaku agar terwujudnya rasa aman dan nyaman.<sup>14</sup> Menurut Sarafino, *Coping* merupakan upaya untuk menetralkan atau mengurangi stres yang terjadi. Menurut Haber dan Runyon, *Coping* merupakan segala

---

<sup>14</sup> Dylan Trotsek, “BAB II Strategi Coping, Single Mother, Kenakalan Anak.”

bentuk tingkahlaku dan pikiran (negatif atau positif) yang bisa mengurangi keadaan stress pada seseorang supaya tidak menyebabkan stress.<sup>15</sup> Jadi strategi *coping* ialah suatu teknik yang digunakan individu untuk menanggulangi stress.

Strategi *Coping* yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu merupakan suatu bentuk upaya yang dilakukan mahasiswa penyintas Covid-19 dalam menghadapi tekanan.

## 2. Penyintas

Menurut KBBI penyintas bermula dari kata sintas yang bermakna orang yang terus bertahan hidup dan bisa mempertahankan eksistensinya. Sedangkan Penyintas Covid-19 adalah orang yang pernah terinfeksi corona atau pasien yang divonis positif Covid-19 yang sudah sembuh dari penyakitnya.<sup>16</sup>

Penyintas yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu mahasiswa di UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto yang pernah terpapar virus corona atau pernah divonis positif Covid-19 yang sudah berhasil sembuh dari penyakitnya.

## 3. Konsep Diri

Konsep diri merupakan citra diri terkait aspek fisik maupun psikis yang berpengaruh pada tingkah laku seseorang dalam menyesuaikan diri dengan orang lain.<sup>17</sup> Secara umum konsep diri merupakan cara pandang, penilaian, atau keyakinan seseorang terhadap dirinya.<sup>18</sup> Jadi dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan suatu pandangan, penilaian atau keyakinan individu terkait dirinya yang mencakup aspek fisik maupun psikis.

---

<sup>15</sup> Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya."

<sup>16</sup> Vina Apriani and Wahyu Utamidewi, "KONSTRUKSI REALITAS SOSIAL DAN MAKNA DIRI PENYINTAS COVID-19 DI JAKARTA," *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi* 20, no. 1 (2021): 81–96.

<sup>17</sup> Mutia Andriani and Ni'matuzahroh, "Konsep Diri Dengan Konfrontasi Pada Komunitas Hijabers," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 1 (1) (2013): 114.

<sup>18</sup> Siti Nur Fatimah, "Dinamika Konsep Diri Pada Orang Dewasa Korban Child Abused," *Empathy* 1, no. 1 (2010): 131–43.

Dalam penelitian ini yang di maksud dengan konsep diri yaitu suatu gambaran diri dari mahasiswa penyintas Covid-19 di UIN Prof.KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

#### 4. Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia No. 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi, Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang Pendidikan Tinggi.<sup>19</sup> Mahasiswa sebenarnya berasal dari dua kata, yaitu Maha yang berartikan tinggi dan Siswa yang berarti mata pelajaran. Oleh karena itu, dari segi bahasa, mahasiswa ditafsirkan sebagai orang lanjut usia atau orang yang menuntut ilmu di universitas. Dalam ilmu administrasi, apabila seseorang sudah terdaftar sebagai mahasiswa di universitas dapat secara otomatis ditetapkan sebagai mahasiswa.<sup>20</sup> Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto merupakan mahasiswa yang secara administrasi terdaftar sebagai mahasiswa di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Dalam penelitian ini Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang di maksud yaitu mahasiswa penyintas Covid-19 atau mahasiswa yang pernah terpapar virus corona dan telah dinyatakan sembuh dari penyakitnya.

### C. Batasan dan Rumusan Masalah

Batasan dalam penelitian ini yaitu hanya berfokus pada Strategi *Coping* Mahasiswa Penyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto Dalam Mengembangkan Konsep Diri.

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu Bagaimana Strategi *Coping* Penyintas Covid-19 Dalam Mengembangkan Konsep Diri Pada Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto?

<sup>19</sup> Republik Indonesia, "UU No. 12 Nomor 2012," *Undang Undang*, 2012.

<sup>20</sup> Muhammad Ardi, "Hubungan Antara Persepsi Terhadap Organisasi Dengan Minat Berorganisasi," *Jurnal Psikologi UIN SUSKA Riau*, 2010, 2.

#### D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui Strategi *Coping* Penyintas Covid-19 Dalam Mengembangkan Konsep Diri Pada Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

#### E. Manfaat Penelitian

##### 1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan dedikasi bagi ilmu pengetahuan bidang Bimbingan dan Konseling yang berkaitan dengan Strategi *Coping* dan Konsep diri
- b. Sebagai acuan bagi orang lain yang ingin melaksanakan penelitian sejenis.
- c. Hasil penelitian ini hendaknya menjadi pengetahuan baru bagi Mahasiswa dan masyarakat tentang Strategi *Coping* Penyintas Covid-19 dalam mengembangkan Konsep diri.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi Peneliti

Diharapkan bisa menambah wawasan, ilmu pengetahuan dan pengalaman yang berkaitan dengan strategi *coping* dan konsep diri.

###### b. Bagi Mahasiswa

Menggambarkan Bentuk Strategi *Coping* Pada Mahasiswa Penyintas Covid-19 dalam Mengembangkan Konsep diri.

###### c. Bagi Perguruan Tinggi

Hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai tambahan referensi di perpustakaan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

#### F. Kajian Pustaka

Ada beberapa penelitian dalam skripsi dan jurnal berdasarkan tinjauan dari penelitian sebelumnya. Selain menjadi kajian yang mendetail dari hasil penelitian yang dilakukan, juga dapat dijadikan sebagai acuan untuk menemukan cela yang belum diteliti oleh peneliti sebelumnya.

Pertama, penelitian dari Sumi Lestari, yang berjudul *Coping Stress Pada Penyintas Gempa Bumi Lombok*. Tujuan penelitian tersebut adalah untuk memotret *Coping* stres para penyintas gempa di Lombok. Hasil penelitian ini menggambarkan berbagai situasi yang dihadapi oleh para penyintas gempa Lombok, antara lain subjek memilih untuk tinggal di pengungsian, tidak berani mengikuti kegiatan sehari-hari, bahkan ketika pulang ke rumah mereka tidak berani, dan kondisi fisik korban gempa Lombok mengalami penurunan, akibat fasilitas pengolahan air bersih yang kurang optimal, meskipun beberapa relawan di Indonesia telah menyediakan tenda kesehatan, namun ketersediaan obat-obatan sangat terbatas. Yang dialami para penyintas bencana secara psikologis adalah rasa takut, khawatir dan takut akan terjadi bencana besar, bahkan tidak sedikit orang yang trauma dengan kejadian tersebut. Bentuk manajemen stres yang biasa digunakan oleh para penyintas gempa Lombok adalah *emotional focus coping*, yang menggunakan pendekatan spiritualitas.<sup>21</sup> Titik persamaan penelitian yang ditulis oleh Sumi Lestari dengan penelitian ini yaitu, sama-sama membahas terkait *coping* dan sama-sama menggunakan metode kualitatif, sedangkan perbedaannya yaitu terletak pada fokus penelitian, penelitian yang ditulis oleh Sumi Lestari lebih berfokus pada *coping* stress penyintas gempa bumi sedangkan penelitian ini berfokus pada strategi *coping* penyintas Covid-19 dalam mengembangkan konsep diri pada mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Kedua, penelitian dari Rahma Ayuningtyas Fachrunisa, yang berjudul strategi *coping* pada penyintas Covid-19 Yang Mengalami Stigma: Sebuah Studi Fenomenologi. Tujuan penelitian tersebut adalah untuk meneliti pengalaman psikis dan strategi *Coping* untuk para penyintas Covid-19 yang terstigma. Hasil kajian mengangkat 3 tema utama, yakni: (1) apa saja tantangan menjadi penyintas Covid-19, (2) stigmatisasi penyintas Covid-19 (3) strategi *coping* bagi penyintas Covid-19. Peneliti memberikan keterlibatan strategi *coping* adaptif serta pedoman yang tepat untuk meningkatkan efektifitas

---

<sup>21</sup> Nur Aziz Afandi, *Prosiding Seminar Nasional & Workshop Psikologi Klinis UM 2019*, 2019.

pengobatan Covid-19 di Indonesia dengan meninjau kondisi mental pasien. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa adanya perubahan strategi *coping* pada penyintas Covid-19 menjadi lebih adaptif membutuhkan proses yang tidak instan dan seringkali membutuhkan pihak lain untuk berperan membantu pasien dalam mengatasi efek psikologis dari fenomena Covid-19.<sup>22</sup> Titik persamaan penelitian yang ditulis oleh Rahma Ayuningtyas Fachrunisa dengan penelitian ini yaitu sama-sama membahas terkait strategi Coping terhadap penyintas Covid-19. Namun terdapat perbedaan pada fokus penelitian, penelitian yang ditulis oleh Rahma Ayuningtyas Fachrunisa lebih berfokus kepada pengalaman psikis sebagai penyintas Covid-19. Sedangkan penelitian ini berfokus kepada strategi *coping* penyintas Covid-19 dalam mengembangkan konsep diri pada mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Ketiga, penelitian dari Dini Yuliarti dkk, yang berjudul Strategi Coping Perawat di Masa Pandemi dengan Covid-19: *Literature Review*. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana gambaran penggunaan strategi coping dengan cara menganalisis keefektifan dalam penggunaan strategi coping perawat di rumah sakit selama pandemi Covid-19. Hasil penelitian ini yaitu berdasarkan 11 Jurnal yang telah di review bahwa ada 7 yang kategorikan menggunakan strategi coping yang berfokus pada emosi yaitu seperti menjaga jarak dan bertanggung jawab saat menangani kasus Covid-19 dan 4 jurnal menggunakan strategi coping yang lebih berfokus pada masalah yaitu dengan cara mencari dukungan baik berupa informasi maupun dukungan dari lembaga. Untuk mengatasi stress di masa pandemi Covid-19. Penggunaan coping fokus emosi lebih efektif karena perawat memberikan penilai positif serta bertanggung jawab dalam penanganan Covid-19.<sup>23</sup> Titik persamaan antara penelitian yang ditulis oleh Dini Yuliarti dkk dengan penelitian ini yaitu sama-sama membahas terkait strategi *coping*. Akan tetapi terdapat perbedaan antara

---

<sup>22</sup> Rahma Ayuningtyas Fachrunisa, "Strategi Coping Pada Penyintas Covid-19 Yang Mengalami Stigma: Sebuah Studi Fenomenologi," *Psychopolytan : Jurnal Psikologi* 5, no. 1 (2021): 26–38, <https://doi.org/10.36341/psi.v5i1.1688>.

<sup>23</sup> Dini Yuliarti and Yudi Abdul Majid, "Strategi Coping Perawat Di Masa Pandemi Dengan Covid-19 : Literature Review" 10, no. 2 (2021): 291–306.

penelitian yang ditulis oleh Dini Yuliarti dkk dengan penelitian ini yaitu penelitian yang ditulis oleh Dini Yuliarti dkk merupakan penelitian literatur sedangkan penelitian ini merupakan penelitian lapangan. Kemudian penelitian yang ditulis oleh Dini Yuliarti dkk lebih berfokus kepada gambaran penggunaan strategi coping dengan cara menganalisis keefektifan dalam penggunaan strategi coping perawat di rumah sakit selama pandemi Covid-19. Sedangkan penelitian ini lebih berfokus kepada strategi *coping* penyintas Covid-19 dalam mengembangkan konsep diri pada mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

#### **G. Sistematika Pembahasan**

Untuk memudahkan pemahaman serta mengetahui apa saja yang terdapat dalam penelitian ini, maka peneliti menyusun pembahasan secara sistematis mengenai pokok-pokok bahasan yang terbagi menjadi lima bab sebagai berikut:

**BAB I. Pendahuluan,** Terdiri dari Latar Belakang Masalah, Penegasan Istilah, Batasan dan Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Kajian Pustaka, Kerangka Teori, dan Sistematika Pembahasan.

**BAB II. Kajian Teori,** Pada Bab ini dibagi menjadi 4 bahasan, yang pertama akan dijelaskan mengenai pokok bahasan strategi *coping* yang mencakup: pengertian strategi *coping*, tujuan strategi *coping*, jenis-jenis strategi *coping*, aspek-aspek strategi *coping*, dan faktor-faktor strategi *coping*, kemudian pembahasan yang kedua tentang penyintas Covid-19 yang mencakup: pengertian penyintas Covid-19, Covid-19, kemudian pembahasan yang ketiga tentang konsep diri yang mencakup: pengertian konsep diri, jenis konsep diri, aspek-aspek konsep diri, komponen konsep diri dan faktor pembentukan konsep diri, kemudian pembahasan yang keempat tentang mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang mencakup: pengertian mahasiswa, mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

**BAB III. Metode Penelitian,** Terdiri dari Jenis dan Pendekatan Penelitian, Waktu Penelitian, Data dan Sumber Data, Metode Pengumpulan Data, Metode Analisis Data dan Uji Keabsahan Data.

**BAB IV. Penyajian Data dan Analisis Data,** Terdiri dari Gambaran Umum lokasi, Penyajian Data, Analisis Data.

**BAB V. Penutup,** Terdiri dari Kesimpulan, dan Saran-saran.





## BAB II KAJIAN TEORI

### A. Strategi *Coping*

#### 1. Pengertian Strategi *Coping*

Strategi *coping* yaitu tingkahlaku individu yang terlihat maupun tersembunyi yang dilakukan seseorang untuk mengurangi atau meredakan ketegangan mental disaat situasi stres. Menurut Sarafino, Strategi *coping* merupakan upaya untuk menetralsir atau mengurangi stres yang terjadi. Menurut Haber dan Runyon, Strategi *coping* merupakan segala bentuk tingkahlaku dan pikiran (negatif atau positif) yang bisa mengurangi keadaan stress pada seseorang.<sup>24</sup>

Menurut Lazarus dan Folkman strategi *coping* merupakan upaya individu untuk menghindari stres yang dihadapi.<sup>25</sup> Strategi *coping* juga diartikan sebagai suatu usaha dalam bentuk kognitif dan perilaku individu yang berguna untuk mengatasi suatu tuntutan baik internal maupun eksternal yang dinilai menjadi suatu sumber daya penyesuaian yang dimiliki individu.<sup>26</sup> Jadi dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* merupakan suatu cara yang dilakukan individu guna mengurangi stress yang dialaminya akibat tuntutan baik eksternal maupun internal agar terciptanya rasa aman dan nyaman.

#### 2. Tujuan Strategi *Coping*

Strategi *coping* memiliki tujuan yaitu guna mengatasi adanya tuntutan yang dialami individu ketika mendapatkan desakan, stres dan adanya sumber daya yang tidak individu pahami sebelumnya.<sup>27</sup>

#### 3. Jenis-jenis Strategi *Coping*

---

<sup>24</sup> Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya."

<sup>25</sup> Indrawati Zuhara, Istiqlaliyah Muflikhati, and Diah Krisnatuti, "Stressor, Social Support, Coping Strategy, Stress, and Life Satisfaction of Married Woman Student," *Journal of Family Sciences* 2, no. 1 (2017): 1, <https://doi.org/10.29244/jfs.2.1.1-14>.

<sup>26</sup> D S Suhendra, "Pengembangan Alat Ukur Coping Stress Untuk Pelajar Sekolah Menengah Atas (SMA)" 1, no. 705050020 (2009).

<sup>27</sup> Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya."

Strategi *coping* memiliki dua jenis mekanisme yaitu *Strategi coping* yang memiliki titik pusat pada aspek masalah (*problem focused coping*) dan emosi (*emotional focused coping*).

- a. *Problem focused coping* merupakan suatu bentuk strategi *coping* yang lebih mengarah kedalam upaya untuk mengurangi suatu tuntutan dari situasi yang penuh dengan tekanan, jadi bisa diartikan bahwa *coping* yang muncul ini berfokus kepada problem individu yang akan mengatasi stress dengan cara mempelajari suatu keterampilan yang baru. Individu cenderung menerapkan strategi ini ketika individu percaya bahwa tuntutan dari situasi yang individu alami dapat diubah.<sup>28</sup>
- b. *Emotional focused coping* merupakan bentuk strategi *coping* yang diarahkan untuk mengatur suatu respon emosional terhadap situasi yang menekan. Individu bisa mengatur respon emosional melalui pendekatan behavioral dan kognitif.<sup>29</sup>

#### 4. Aspek-aspek Strategi *Coping*

Menurut Stuart dan Sundeen, Mekanisme strategi *coping* yang memiliki titik pusat pada masalah dibagi menjadi 3 aspek yaitu:

- a. Konfrontasi, adalah upaya untuk mencoba merubah situasi atau secara aktif memecahkan masalah dengan menjelaskan pada aspek emosi dan manajemen risiko.
- b. Isolasi, merupakan suatu keadaan dimana individu menarik dirinya dari lingkungan sosial tanpa mengetahui persoalan yang sedang dihadapinya.
- c. Berkompromi, merubah situasi dengan hati-hati, mencari bantuan dari kerabat dekat dan kolega.<sup>30</sup>

Menurut Stuart dan Sundeen mekanisme strategi *coping* yang memiliki titik fokus pada emosi dapat dibagi ke dalam 10 aspek yaitu:

---

<sup>28</sup> Asyifa Rizvi Al-Miraza, "Strategi Koping, Stres, Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Universitas Sumatera Utara Dalam Masa New Normal COVID-19," 2021, <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/44375>.

<sup>29</sup> Al-Miraza.

<sup>30</sup> Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya."

- a. Denial, yakni suatu keadaan dimana individu menepis masalah dengan mengatakan sesuatu hal yang sebenarnya hal itu tidak terjadi secara nyata.
- b. Rasionalisasi, yaitu suatu keadaan dimana individu menggunakan alasan yang bisa diterima untuk menalar dan menutupi ketidakmampuannya. Rasionalisasi membuat individu merasa benar dengan apa yang mereka lakukan dan juga bisa membuat individu merasa berhak untuk melakukan apa yang dilakukannya.
- c. Kompensasi, yaitu suatu keadaan dimana individu memperlihatkan sifat-sifat baik untuk menutupi keterbatasan akibat frustrasi di satu bidang. Kompensasi muncul dari perasaan ketidak mampuan.
- d. Represi, yaitu suatu keadaan dimana individu mencoba untuk melupakan saat-saat yang menyedihkan dari ingatan dan hanya mengingat saat-saat dimana individu merasa senang.
- e. Sublimasi, adalah suatu keadaan dimana individu berusaha mengungkapkan/mengekspresikan perasaan yang individu miliki melalui sikap yang positif.
- f. Identifikasi, adalah suatu keadaan dimana individu meniru pola pikir, gagasan, dan perilaku seseorang.
- g. Regresi, adalah suatu keadaan dimana individu kembali ke masa lalu atau bertingkah laku layaknya anak kecil.
- h. Proyeksi, yaitu suatu keadaan dimana individu menyalahkan seseorang atas masalahnya sendiri.
- i. Konversi, yaitu suatu keadaan dimana individu berusaha menyalurkan respon psikologis ke gejala fisiologis.
- j. Displacement, adalah suatu keadaan dimana individu merespon emosi, yang kemudian beralih ke orang lain.<sup>31</sup>

Menurut Lazarus dan Folkman Mekanisme strategi *coping* yang memiliki titik pusat pada masalah dibagi menjadi 3 aspek yaitu:

---

<sup>31</sup> Maryam.

a. Konfrontasi (*Confrontative*)

Suatu cara dimana individu bersikap agresif untuk merubah suatu keadaan membuat dia tertekan dengan tingkat kemarahan yang tinggi, serta pengambilan resiko.

b. Perencanaan Penyelesaian Masalah (*Planful Problem Solving*)

Suatu cara dimana individu berusaha untuk menganalisis situasi guna memperoleh solusi, lalu individu mengambil Tindakan langsung guna menyelesaikan masalah.<sup>32</sup>

c. Seeking social support

Suatu cara dimana individu bersikap dengan mencari dukungan dari pihak luar, dukungan tersebut berupa informasi, bantuan nyata, maupun dukungan emosional.<sup>33</sup>

Menurut Lazarus dan Folkman mekanisme strategi *coping* yang memiliki titik fokus pada emosi dapat dibagi ke dalam 5 aspek yaitu:

a. Kontrol diri (*Self Control*)

Suatu cara dimana individu berusaha untuk mengontrol dirinya agar bisa menyesuaikan diri dengan perasaan maupun tindakan terkait problem yang dihadapi.

b. Menjauh (*Distancing*)

Suatu cara dimana individu berusaha untuk tidak terlibat dalam suatu permasalahan, seakan-akan tidak terjadi apa-apa dengan cara menciptakan pandangan positif yang menganggap bahwa permasalahan adalah lelucon.

c. Penilaian Kembali Secara Positive (*Positive Reappraisal*)

Suatu cara dimana individu berusaha untuk menciptakan arti positif terkait situasi yang dihadapi dengan cara mencoba fokus pada pengembangan diri serta melibatkan diri pada hal-hal yang bersifat religious.

---

<sup>32</sup> Naufal Mafazi, "Pengaruh Strategi Coping Dan Harga Diri Terhadap Pengungkapan Diri Remaja Di Jejaring Sosial Online," 2017, 1–100.

<sup>33</sup> Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya."

d. Penerimaan tanggung jawab (*Accepting Responsibility*)

Suatu cara dimana individu berusaha untuk sadar akan tanggung jawab diri sendiri dalam menghadapi problem dan mencoba untuk menerima supaya semua problem yang dihadapi menjadi lebih baik.

e. Melarikan diri atau menghindar (*Escape And Avoidance*)

Suatu cara dimana individu berusaha untuk mengatasi situasi yang menekan dengan cara menghindari situasi tersebut atau mengalihkan dengan hal-hal lain seperti makan, minum, merokok atau menggunakan obat-obatan.<sup>34</sup>

5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Strategi *Coping*

Terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi suatu bentuk perilaku individu (strategi *coping*). Factor-faktor tersebut adalah sebagai berikut:

a. Kepribadian

Carver dkk, mengkarakteristikan kepribadian individu menjadi dua tipe yaitu **Tipe A** dan **Tipe B**. **Tipe A** dengan ciri-ciri individu yang ambisius, kritis terhadap dirinya sendiri, tidak sabaran, bisa melakukan pekerjaan yang berbeda pada waktu yang bersamaan, gampang marah dan agresif, individu tersebut akan cenderung menggunakan strategi *coping* yang berorientasi emosi (*emotion focused coping*). Sedangkan **Tipe B** dengan ciri-ciri yaitu individu yang rileks, tidak suka terburu-buru, tidak mudah terpancing emosi, berbicara dan bersikap dengan tenang, serta lebih suka untuk memperluas pengalaman hidup, cenderung menggunakan strategi *coping* yang berorientasi pada masalah (*problem focused coping*).<sup>35</sup>

b. Jenis kelamin

Berdasarkan penelitian Lazarus dan Folkman, bahwa laki-laki dan perempuan sama-sama menggunakan kedua bentuk coping yaitu *emotion focused coping* dan *problem focused coping*. Sedangkan

---

<sup>34</sup> Mafazi, "Pengaruh Strategi Coping Dan Harga Diri Terhadap Pengungkapan Diri Remaja Di Jejaring Sosial Online."

<sup>35</sup> Al-Miraza, "Strategi Coping, Stres, Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Universitas Sumatera Utara Dalam Masa New Normal COVID-19."

menurut pendapat Billings dan Moos, bahwasanya perempuan itu lebih cenderung berorientasi pada emosi dalam mengatasi problem, sedangkan laki-laki lebih berorientasi pada tugas. Maka dari itu, perempuan diprediksi akan lebih sering menggunakan *emotion focused coping*.<sup>36</sup>

c. Tingkat Pendidikan

Berdasarkan penelitian Lazarus dan Folkman, mereka menyimpulkan bahwa subjek yang lebih berpendidikan cenderung menggunakan *problem-focused coping* untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi. Sementara itu menurut Menaghan, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi juga kompleksitas kognitifnya, begitu pula sebaliknya. Hal ini sangat mempengaruhi sikap individu, cara berpikir dan persepsi perilaku, yang pada gilirannya sangat mempengaruhi strategi koping mereka.<sup>37</sup>

d. Konteks lingkungan dan individual

Menurut Lazarus and Folkman, sumber individu yaitu pengalaman, persepsi, kecerdasan, kesehatan, karakter, pendidikan dan situasi sangat menentukan proses menerima rangsangan/stimulus, yang kemudian dapat dirasakan sebagai tekanan atau ancaman.<sup>38</sup>

e. Status social ekonomi

Menurut Westbrook individu dengan status sosial ekonomi rendah akan menunjukkan respons yang kurang agresif, kurang realistis, dan lebih menunjukkan respons penolakan dibandingkan dengan individu yang status ekonominya lebih tinggi.<sup>39</sup>

f. Dukungan sosial

Dukungan sosial merupakan salah satu factor pengubah stres. Menurut Pramadi dan Lasmono dukungan sosial meliputi informasi atau saran baik verbal maupun nonverbal, bantuan nyata atau tindakan yang

---

<sup>36</sup> Al-Miraza.

<sup>37</sup> Al-Miraza.

<sup>38</sup> Al-Miraza.

<sup>39</sup> Al-Miraza.

diberikan oleh keakraban sosial atau mereka dapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi individu. Pramadi dan Lasmono juga mengatakan jenis dukungan ini meliputi yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dan dukungan informatif.

Manusia sebagai makhluk social tidak bisa lepas dari orang-orang yang berada di sekitarnya. Dukungan sosial yang tinggi akan memunculkan strategi coping dan apabila dukungan sosial yang diterima rendah maka tidak akan memunculkan strategi coping bagi individu.<sup>40</sup>

## **B. Penyintas Covid-19**

### **1. Pengertian Peyintas Covid-19**

Menurut KBBI penyintas bermula dari kata sintas yang bermakna orang yang terus bertahan hidup dan bisa mempertahankan eksistensinya. Sedangkan Penyintas Covid-19 adalah orang yang pernah terinfeksi corona atau pasien yang divonis positif Covid-19 yang sudah sembuh dari penyakitnya.<sup>41</sup> Dapat disimpulkan bahwa penyintas Covid-19 merupakan pasien Covid-19 yang sudah dinyatakan negative atau sudah dinyatakan sembuh dari penyakitnya.

### **2. Covid-19**

Covid-19 merupakan virus yang menyebabkan infeksi pernapasan ringan hingga akut, seperti influenza, atau infeksi pernapasan dan paru-paru, seperti pneumonia disertai dengan nyeri otot dan diare. Pada pasien Covid-19 yang parah bisa menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, Gagal ginjal bahkan kematian.<sup>42</sup>

---

<sup>40</sup> Al-Miraza.

<sup>41</sup> Apriani and Utamidewi, "KONSTRUKSI REALITAS SOSIAL DAN MAKNA DIRI PENYINTAS COVID-19 DI JAKARTA."

<sup>42</sup> Thasya Nabila, *Literature Review : Hipertensi Sebagai Komorbid Pada Pasien Covid-19*, 2021.

## C. Konsep Diri

### 1. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri merupakan citra diri terkait aspek fisik maupun psikis yang berpengaruh pada tingkah laku seseorang dalam menyesuaikan diri dengan orang lain.<sup>43</sup> Secara umum konsep diri didefinisikan sebagai suatu pandangan, keyakinan, atau penilaian seseorang terhadap dirinya.<sup>44</sup> Menurut Grubb dan Grathwohl konsep diri merupakan suatu nilai bagi seseorang sehingga perilaku seseorang ditujukan guna melindungi serta meningkatkan konsep diri.<sup>45</sup> Menurut Hurlock konsep diri individu dibagi berdasarkan dengan perkembangannya yaitu ada konsep diri primer dan konsep diri sekunder. Konsep diri primer ini terbentuk oleh pengalaman di rumah, yang berhubungan dengan anggota keluarga seperti halnya orangtua dan saudara. Sedangkan Konsep diri sekunder terbentuk oleh lingkungan luar rumah seperti halnya teman sebaya atau relasi sosial lainnya.<sup>46</sup> Menurut Fitts konsep diri merupakan aspek penting dari individu Karena konsep diri individu adalah kerangka acuan Berinteraksi dengan lingkungan.<sup>47</sup> Burn mendefinisikan konsep diri secara keseluruhan, dimana hal tersebut mencakup tentang opini akan dirinya sendiri, opini mengenai pandangan orang lain terhadap dirinya dan opini terkait sesuatu yang dia dapat. Semua

---

<sup>43</sup> Mutia Andriani and Ni'matuzahroh, "KONSEP DIRI DENGAN KONFORMITAS PADA KOMUNITAS HIJABERS," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 01, no. 01 (2013): 110–26.

<sup>44</sup> D Fitriawati, "Konsep Diri Cosplayer 'Studi Fenomenologis Mengenai Konsep Diri Aeon Cosplay Team Bandung,'" *Jurnal Ilmu Komunikasi (J-IKA)* III, no. 1 (2016): 47–58, [https://www.academia.edu/download/50975945/JIKA\\_005\\_04\\_16\\_diny.pdf](https://www.academia.edu/download/50975945/JIKA_005_04_16_diny.pdf).

<sup>45</sup> Eva Suminar and Tatik Meiyuntari, "Konsep Diri, Konformitas Dan Perilaku Konsumtif Pada Remaja," *Jurnal Psikologi Indonesia* 4, no. 02 (2015).

<sup>46</sup> Hasna Sarikusuma, Nur Hasanah, and Ika Herani, "Konsep Diri Orang Dengan HIV Dan AIDS (ODHA) Yang Menerima Label Negatif Dan Diskriminasi Dari Lingkungan Sosial," *Psikologia: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 7, no. 1 (2012): 29–40, <https://doi.org/10.32734/psikologia.v7i1.2533>.

<sup>47</sup> Shofiyanti Nur Zuama, "Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Strategi Coping Pada Mahasiswa Angkatan 2009 Program Studi PG PAUD FKIP Universitas Tadulako," *Kreatif* 16, no. 3 (2013): 41–51, <https://media.neliti.com/media/publications/123594-ID-hubungan-antara-konsep-diri-dengan-strat.pdf>.



aspek pengalaman, pikiran, emosi, persepsi, dan perilaku seseorang mempengaruhi konsep diri individu.<sup>48</sup>

Dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan suatu pandangan individu terkait dirinya sendiri, pandangan orang lain terhadap dirinya, baik secara fisik maupun psikis yang di pengaruhi oleh aspek pengalaman, pikiran, emosi, persepsi, dan perilaku.

## 2. Jenis Konsep Diri

Ada 2 jenis konsep diri pada individu yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Berikut pemaparan dari kedua jenis konsep diri:

### a. Konsep diri positif

Merupakan kognisi atau penerimaan diri dari berbagai fakta yang berkaitan dengan diri sendiri. Individu yang punya konsep diri positif akan mempertimbangkan tujuan berdasarkan kenyataan, yaitu tujuan-tujuan yang mungkin untuk dicapai, bisa atau mampu menghadapi kehidupan dimasa depan, dan percaya bahwa hidup merupakan sebuah proses penemuan.<sup>49</sup>

### b. Konsep diri negatif

Konsep diri negatif merupakan suatu keadaan dimana seseorang tidak tahu kekuatan, titik lemah, serta segala bentuk kegiatan yang dapat dievaluasi dalam kehidupannya. Mereka yang memiliki konsep diri negatif mempunyai suatu pandangan diri yang terlalu terorganisir dan tidak mudah untuk membiarkan adanya penyimpangan dari banyak hukum yang mereka yakini sebagai cara hidup yang benar. Seseorang yang mempunyai konsep diri negatif lebih sensitif dan sulit untuk menerima masukan/kritikan, responsif dan haus akan pujian, cenderung hiperkritis, mereka juga merasa bahwa orang lain tidak senang terhadap mereka, serta sangat pesimis dalam persaingan.<sup>50</sup>

---

<sup>48</sup> Sitepu and Mawaddah Nasution, "Pengaruh Konsep Diri Terhadap Coping Stress Pada Mahasiswa FAI UMSU."

<sup>49</sup> Sarikusuma, Nur Hasanah, and Ika Herani, "Konsep Diri Orang Dengan HIV Dan AIDS (ODHA) Yang Menerima Label Negatif Dan Diskriminasi Dari Lingkungan Sosial."

<sup>50</sup> Sarikusuma, Nur Hasanah, and Ika Herani.

### 3. Aspek-aspek Konsep Diri

Berzonsky menyebutkan terdapat empat aspek dalam konsep diri, yakni *physical self*, *social self*, *moral self*, *psychological self*. Berikut pemaparan dari keempat aspek konsep diri menurut Berzonsky:

#### a. *Physical self*

Aspek fisik atau material melingkupi keseluruhan benda-benda nyata yang dimiliki seseorang seperti halnya tubuh, pakaian, benda-benda materi, dan lain-lain.

#### b. *Social self*

Aspek sosial merupakan individual peran yang dimainkan individu dan penilaian terkait seberapa baik atau buruk mereka memerankannya.

#### c. *Moral self*

Aspek moral melingkupi nilai dan prinsip yang mendefinisikan dan mengarahkan kehidupan seseorang.

#### d. *Psychological self*

Aspek psikologis adalah gabungan dari pikiran, emosi, dan sikap yang dimiliki seseorang terkait dirinya (proses ego). Perubahan dalam psikologis ini bisa terjadi pada remaja sebagai hasil dari perkembangan kognitif.<sup>51</sup>

### 4. Komponen Konsep Diri

Ada lima komponen dalam konsep diri yaitu, Gambaran Diri (*body image*), Ideal Diri (*self ideal*), Harga Diri (*self esteem*), Peran Diri (*self role*), Identitas Diri (*self identity*). Berikut pemaparan dari kelima komponen tersebut:

#### a. Gambaran Diri (*body image*)

*Body image* merupakan suatu sikap seseorang terhadap tubuhnya, baik itu secara sadar maupun tidak sadar seperti halnya, penampilan, fungsi tubuh, potensi, persepsi dan perasaan terkait ukuran dan bentuk tubuh. Hal-hal yang penting terkait *body image* yaitu:

---

<sup>51</sup> Sitepu and Mawaddah Nasution, "Pengaruh Konsep Diri Terhadap Coping Stress Pada Mahasiswa FAI UMSU."

- 1) Fokus terhadap fisik yang menonjol.
- 2) Bentuk tubuh, tinggi badan dan berat badan.
- 3) Cara pandang individu terhadap diri berpengaruh kepada aspek psikologis.
- 4) Menyukai dan menerima bentuk tubuh akan memberikan rasa aman dan nyaman, menghindari kecemasan dan dapat meningkatkan harga diri.
- 5) Seseorang yang stabil, realistic serta konsisten terhadap dirinya dapat mendorong untuk sukses dalam kehidupan.<sup>52</sup>

b. Ideal Diri (*self ideal*)

*Self ideal* merupakan suatu pandangan individu terkait perilakunya, yang disesuaikan dengan standar pribadi, yang berkaitan dengan cita-cita, harapan, keinginan, tipe orang yang diidam-idamkan dan nilai yang ingin dicapai. Hal yang berkaitan dengan *self ideal* adalah sebagai berikut:

- 1) Awal perkembangan pada masa kanak-kanak
- 2) Masa remaja terbentuk melalui proses identifikasi orang tua, guru dan teman.
- 3) Pengaruh orang-orang yang dipandang penting dalam hal memberi tuntutan dan harapan
- 4) Mewujudkan cita-cita serta harapan pribadi berdasarkan norma keluarga dan social.<sup>53</sup>

c. Harga Diri (*self esteem*)

*Self esteem* merupakan suatu penilaian seseorang terhadap hasil yang telah dicapai dengan cara menganalisis seberapa jauh perilaku seseorang sesuai dengan ideal diri. Aspek utama harga diri adalah dengan cara di sayangi, di kasihi, dan di cintai oleh orang lain, serta mendapat penghargaan dari orang lain. Seseorang akan merasa

---

<sup>52</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*, ed. Monica Ester (Jakarta: Penerbit buku Kedokteran EGC, 2004).

<sup>53</sup> Sunaryo.

hidupnya bermakna apabila diterima dan diakui oleh orang lain atau merasa mampu mengontrol dirinya dan mampu menghadapi kehidupannya. Seseorang yang mampu atau berhasil dalam mencapai cita-citanya akan menumbuhkan harga diri yang tinggi atau sebaliknya.<sup>54</sup>

d. Peran Diri (*self role*)

*Self role* merupakan pola perilaku, sikap, nilai dan aspirasi yang diharapkan seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat. Setiap orang akan disibukkan oleh berbagai macam peran yang berkaitan dengan posisinya pada setiap saat selama ia masih hidup, misalnya peran sebagai orang tua, suami, istri, anak, mahasiswa, perawat, dokter, dosen dan lain sebagainya. Hal-hal penting terkait peran yaitu:

- 1) Peran dibutuhkan seseorang untuk mengatualisasikan diri
- 2) Peran yang memenuhi kebutuhan atau sesuai dengan ideal diri akan menghasilkan harga diri yang tinggi atau sebaliknya.
- 3) Posisi seseorang di masyarakat akan menjadi stressor terhadap peran
- 4) Stress timbul karena adanya peran struktur social yang menimbulkan kesukaran atau tuntutan posisi yang tidak memungkinkan
- 5) Stress peran terdiri dari konflik peran, peran yang tidak jelas, peran yang tidak sesuai dan juga peran yang terlalu banyak.<sup>55</sup>

e. Identitas Diri (*self identity*)

*Self identity* merupakan suatu kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari pengamatan dan penilaian, sebagai paduan semua aspek konsep diri yang menjadikan satu kesatuan utuh. Hal-hal penting terkait self identity yaitu:

- 1) Berkembang sedari masa kanak-kanak, bersamaan dengan berkembangnya konsep diri.

---

<sup>54</sup> Sunaryo.

<sup>55</sup> Sunaryo.

- 2) Seseorang yang mempunyai identitas yang kuat akan memandang dirinya tidak sama dengan orang lain, unik serta tidak ada duanya.
- 3) Identitas jenis kelamin berkembang secara bertahap dari bayi
- 4) Identitas jenis kelamin dimulai dengan konsep laki-laki dan perempuan serta banyak dipengaruhi oleh pandangan maupun perlakuan dari masyarakat
- 5) Kemandirian timbul dari perasaan berharga, menghargai diri sendiri, kemampuan serta penguasaan diri
- 6) Individu yang mandiri dapat mengatur dan menerima dirinya.<sup>56</sup>

#### 5. Faktor Pembentukan Konsep Diri

Menurut Calhoun dan Acocella sumber informasi yang penting dalam pembentukan konsep diri yaitu:

- a. Orangtua, karena orangtua merupakan kontak sosial yang paling awal dan paling kuat yang dialami oleh individu.
- b. Teman sebaya, karena selain membutuhkan cinta dari orangtua individu juga membutuhkan penerimaan dari teman sebaya dan apa yang diungkapkan pada dirinya akan menjadi sebuah penilaian terhadap diri individu.
- c. Masyarakat, karena didalam masyarakat terdapat norma-norma yang akan membentuk konsep diri pada individu, seperti halnya pemberian perlakuan yang berbeda pada laki-laki dan perempuan akan membuat laki-laki dan perempuan berbeda dalam berperilaku.<sup>57</sup>

### D. Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

#### 1. Pengertian Mahasiswa

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia No. 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi, Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang Pendidikan Tinggi.<sup>58</sup> Mahasiswa sebenarnya berasal dari dua kata, yaitu

<sup>56</sup> Sunaryo.

<sup>57</sup> M. Nur Ghufroon and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI* (Jogjakarta: AR-RUZZ MEDIA, 2020).

<sup>58</sup> Republik Indonesia, "UU No. 12 Nomor 2012."

Maha yang berartikan tinggi dan Siswa yang berarti mata pelajaran. Oleh karena itu, dari segi bahasa, mahasiswa ditafsirkan sebagai orang lanjut usia atau orang yang menuntut ilmu di universitas. Dalam ilmu administrasi, apabila seseorang sudah terdaftar sebagai mahasiswa di universitas dapat secara otomatis ditetapkan sebagai mahasiswa.<sup>59</sup> Menurut sarwono mahasiswa merupakan individu yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di universitas atau perguruan tinggi dengan batas usia antara 18-30 tahun. Menurut Knopfmacher mahasiswa merupakan individu calon sarjana yang dalam keterlibatan dengan perguruan tinggi, yang didik, dan diharapkan menjadi calon intelektual.<sup>60</sup>

Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa merupakan status yang disandang oleh individu karena hubungannya dengan perguruan tinggi yang diharapkan nantinya bisa menjadi calon intelektual.

2. Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto merupakan mahasiswa yang terdaftar di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto secara administratif. Dalam penelitian ini Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang dimaksud yaitu Mahasiswa yang pernah terpapar virus Covid-19 yang sudah dinyatakan sembuh dari penyakitnya. Di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto sendiri mahasiswa yang pernah terkonfirmasi virus Covid-19 berdasarkan yang mengisi survey terdapat Mahasiswa yang terdampak Covid-19 berjumlah 51 orang.

3. UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto merupakan sebuah Universitas Islam Negeri (UIN) yang berada di Jalan Ahmad Yani No. 40A, Purwokerto, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia. UIN Prof.

---

<sup>59</sup> Ardi, "Hubungan Antara Persepsi Terhadap Organisasi Dengan Minat Berorganisasi."

<sup>60</sup> Harun Gafur, *Mahasiswa Dan Dinamika Dunia Kampus* (Bandung: CV. Rasi Terbit, 2015).

K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto berada dibawah naungan Kementrian Agama RI.<sup>61</sup>

Visi UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yaitu:

“Menjadi Universitas Islam yang unggul, progresif, dan integratif dalam pengembangan ilmu, teknologi dan seni di ASEAN Tahun 2040”

Misi UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yaitu:

- 1) Mengembangkan pendidikan akademik, vokasi, dan profesi yang berkualitas dalam pengembangan ilmu, teknologi dan seni
- 2) Menyelenggarakan penelitian yang inovatif dan integratif berbasis nilai keislaman, lokalitas dan keindonesiaan
- 3) Melakukan transformasi masyarakat sesuai dengan nilai keislaman, lokalitas, keindonesiaan dan perkembangan global
- 4) Membangun kerja sama yang produktif dan kolaboratif dalam pengembangan ilmu, teknologi dan seni
- 5) Mewujudkan tata kelola kelembagaan secara profesional berstandar nasional dan internasional.

Tujuan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yaitu:

- 1) Menghasilkan lulusan yang unggul, profesional, dan berakhlak mulia yang mengembangkan dan menerapkan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni
- 2) Menghasilkan penelitian yang inovatif dan integratif untuk kemajuan ilmu pengetahuan dan peradaban
- 3) Terlaksananya pengabdian dan pemberdayaan masyarakat secara transformatif berbasis nilai keislaman, lokalitas dan keindonesiaan
- 4) Terlaksananya kerja sama yang produktif dan kolaboratif
- 5) Terwujudnya tata kelola kelembagaan secara profesional berstandar nasional dan internasional.<sup>62</sup>

---

<sup>61</sup> “PROFIL UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO,” Pusat Teknologi Informasi dan Pangkalan Data UIN Saizu., 2021, <https://uinsaizu.ac.id/>.

<sup>62</sup> “PROFIL UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO.”

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

##### **1. Jenis Penelitian**

Pada penelitian ini jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang berusaha menemukan keunikan pada objek penelitian secara mendalam, menyeluruh, dan ilmiah serta bisa dipertanggung jawabkan.<sup>63</sup> Penelitian kualitatif bertujuan untuk menginvestigasi serta memahami sebuah fenomena apa yang terjadi, mengapa terjadi, dan bagaimana terjadinya.<sup>64</sup>

Menurut David Williams penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar alamiah dengan menggunakan metode yang alamiah dan juga dilakukan oleh peneliti yang tertarik secara alamiah. Menurut Denzim dan Lincoln penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menggunakan konteks alamiah untuk menjelaskan apa yang sedang terjadi dan dilakukan dengan melibatkan metode-metode yang ada. Menurut Jane Richie, penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang bertujuan untuk mempresentasikan dunia sosial dan persepsi terhadapnya, dimulai dari segi konsep, perilaku, persepsi, serta persoalan dari individu yang diteliti.<sup>65</sup>

Dalam penelitian ini peneliti berupaya untuk mendeskripsikan mengenai gambaran keadaan berdasarkan fakta yang sebenarnya terjadi mengenai strategi *coping* penyintas Covid-19 dalam mengembangkan konsep diri pada mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri purwokerto.

##### **2. Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian studi kasus. Pendekatan studi kasus merupakan salah satu jenis penelitian yang dapat

---

<sup>63</sup> Sandu Siyoto and M. Ali Sodik, *Dasar Metode Penelitian* (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015).

<sup>64</sup> Muh. Fitrah and Luthfiyah, *Metodologi Penelitian; Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*, ed. Ruslan and Moch. Mahfud Effendi (Sukabumi: CV Jejak, 2017).

<sup>65</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Edisi Revi (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017).



menjawab beberapa issue atau objek akan suatu fenomena, penelitian studi kasus digunakan sebagai disain penelitian kualitatif untuk mengevaluasi kejadian atau situasi dalam dunia nyata (*real situation*). Studi kasus merupakan salah satu metode penelitian kualitatif yang berbasis pada pemahaman dan perilaku manusia berdasarkan perbedaan nilai, kepercayaan dan *scientific theory*. Yin juga mendefinisikan studi kasus sebagai suatu metode dalam melakukan suatu penelitian akan fenomena yang terjadi dengan fokus pada pengalaman hidup seseorang (*real life context*).<sup>66</sup>

## B. Subjek dan Objek Penelitian

### 1. Subjek Penelitian

Seseorang yang dimintai keterangan terkait masalah penelitian disebut sebagai subjek penelitian.<sup>67</sup> Subyek dalam penelitian ini yaitu Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *Purposive sampling*.

*Purposive sampling* merupakan suatu teknik pengambilan sampel dengan menggunakan beberapa pertimbangan.<sup>68</sup> Dalam hal ini peneliti mengambil sampel berlandaskan kriteria tertentu yang sudah peneliti tentukan. Kriteria subjek dalam penelitian ini yaitu:

- 1) Pernah dinyatakan positif Covid-19 secara medis.
- 2) Pernah menjalani perawatan Covid-19 baik secara rawat inap maupun rawat jalan.
- 3) Selama menjadi penyintas Covid-19 pernah mendapat diskriminasi dari orang lain.
- 4) Bersedia mengisi lembar informed consent

---

<sup>66</sup> Sri Yuna, "Metodologi Penyusunan Studi Kasus," *Jurnal Keperawatan Indonesia* 10, no. 2 (2006): 76–80.

<sup>67</sup> Muh Fitrah and Lutfiya, *Metode Penelitian (Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus)* (Sukabumi: Jejak, 2017).

<sup>68</sup> Indhira Asih Vivi Yandari and Maya Kuswaty, "Penggunaan Media Monopoli Terhadap Peningkatan Kemampuan Pemahaman Konsep Matematis Peserta Didik Kelas V Sekolah Dasar," *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar* 3, no. 1 (2017): 10, <https://doi.org/10.30870/jpsd.v3i1.1037>.

Menurut hasil survei yang telah peneliti lakukan Di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07-12 Januari 2021, berdasarkan yang mengisi survey terdapat Mahasiswa yang terdampak Covid-19 berjumlah 51 orang, mahasiswa penyintas Covid-19 yang di vonis secara medis berjumlah 29 orang, yang pernah menjalani perawatan Covid-19 baik secara rawat inap maupun rawat jalan berjumlah 29 orang, dan yang pernah mengalami stigma dari orang lain berjumlah 17 orang mahasiswa.

Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti memutuskan bahwa yang hendak dijadikan subjek penelitian yaitu 7 orang Mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang berinisial MLF, ARF, ZF, HSA, NNR, HJT, dan AB. Ketujuh subjek tersebut merupakan mahasiswa yang memenuhi kriteri yang telah peneliti tentukan.

Identitas subjek yang diteliti adalah sebagai berikut:

a. Subjek 1

Nama : MLF (Inisial)  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Tempat/Tanggal Lahir : Banyumas , 07 Februari 1998  
 Usia : 24  
 Pendidikan : S1 (dalam proses)  
 Agama : Islam  
 Jumlah sodara kandung : 3  
 Anak Ke- : 4  
 Suku : Jawa  
 Alamat : Singasari, Karanglewas, Banyumas

Nama ayah : Mudjamil  
 Pekerjaan ayah : Pensiun PNS  
 Pendidikan ayah : S1  
 Usia : 70

Nama ibu : Zuryatun Fadilah

Pekerjaan ibu : IRT  
 Pendidikan ibu : SD  
 Usia : 60

b. Subjek 2

Nama : ARF (Inisial)  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Tempat/Tanggal Lahir : Purwokerto, 21 Maret 2000  
 Usia : 22  
 Pendidikan : S1 (dalam Proses)  
 Agama : Islam  
 Jumlah saudara kandung : 3  
 Anak Ke- : 3  
 Suku : Jawa  
 Alamat : Jl. Kol. Sugiri No 93C, Kranji, Purwokerto Timur  
 Nama ayah : Sutarno  
 Pekerjaan ayah : Wirausaha  
 Pendidikan ayah : SMA  
 Usia : 58  
 Nama ibu : Mei Iriyanti  
 Pekerjaan ibu : Wirausaha  
 Pendidikan ibu : SMA  
 Usia : 52

c. Subjek 3

Nama : ZF (Inisial)  
 Jenis Kelamin : Laki-laki  
 Tempat/Tanggal Lahir : Cilacap, 20 Agustus 2001  
 Usia : 20 thn  
 Pendidikan : S1 (dalam proses)

Agama : Islam  
 Jumlah saudara kandung : 4  
 Anak Ke- : 3  
 Suku : Jawa  
 Alamat : Karangsalam Kidul, Kedungbanteng  
 Banyumas

Nama ayah : Ragiel Ahmad Hadi  
 Pekerjaan ayah : Petani  
 Pendidikan ayah : SMA  
 Usia : 55

Nama ibu : Fadilatul Hijriyah  
 Pekerjaan ibu : Pedagang  
 Pendidikan ibu : SMA  
 Usia : 50

d. Subjek 4

Nama : HSA (Inisial)  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Tempat/Tanggal Lahir : Brebes, 02 Agustus 2002  
 Usia : 19  
 Pendidikan : S1 (dalam proses)

Agama : Islam  
 Jumlah saudara kandung : 3  
 Anak Ke- : 4  
 Suku : Jawa  
 Alamat : Kalinusu, Bumiayu, Brebes

Nama ayah : Taslam  
 Pekerjaan ayah : Sopir  
 Pendidikan ayah : SD

Usia : -

Nama ibu : Wahyuni

Pekerjaan ibu : Pedagang

Pendidikan ibu : SD

Usia : -

e. Subjek 5

Nama : NNR (Inisial)

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat/Tanggal Lahir : Brebes, 17 Desember 2000

Usia : 21 thn

Pendidikan : S1 (dalam proses)

Agama : Islam

Jumlah saudara kandung : 2

Anak Ke- : 2

Suku : Jawa

Alamat : Tegal Munding, Pruwatan, Bumiayu  
Brebes

Nama ayah : Sumadi

Pekerjaan ayah : Pensiun

Pendidikan ayah : SMA

Usia : 63

Nama ibu : Sri Rokhayati

Pekerjaan ibu : Ibu Rumah Tangga

Pendidikan ibu : SMP

Usia : 51

f. Subjek 6

Nama : HJT (Inisial)

Jenis Kelamin : Laki-laki

Tempat/Tanggal Lahir : Purbalingga, 11 Desember 2002

Usia : 19  
 Pendidikan : S1 (dalam proses)  
 Agama : Islam  
 Jumlah sodara kandung : 3  
 Anak Ke- : 3  
 Suku : Jawa  
 Alamat : Bojongsari, Purbalingga

Nama ayah : Dimas Sriyono Madya  
 Pekerjaan ayah : -  
 Pendidikan ayah : SMA  
 Usia : 52

Nama ibu : Tanti Rianti  
 Pekerjaan ibu : Pedagang  
 Pendidikan ibu : SMP  
 Usia : 51

g. Subjek 7

Nama : AB (Inisial)  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Tempat/Tanggal Lahir : Cilacap, 05 Maret 2000  
 Usia : 22 tahun  
 Pendidikan : S1 (dalam proses)  
 Agama : Islam  
 Jumlah sodara kandung : 2  
 Anak Ke- : 1  
 Suku : Jawa  
 Alamat : Jl. Pertanian, Binangun, Cilacap

Nama ayah : Purwanto  
 Pekerjaan ayah : Penjahit

Pendidikan ayah : SMA/SLTA

Usia : 50 tahun

Nama ibu : Rokhimah

Pekerjaan ibu : IRT

Pendidikan ibu : SMP/SLTP

Usia :-

## 2. Objek Penelitian

Objek penelitian yaitu topik permasalahan yang ditelaah dalam penelitian.<sup>69</sup> Pada penelitian ini Objek penelitiannya yaitu strategi *coping* penyintas Covid-19 untuk mengembangkan konsep diri.

## C. Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu penelitian merupakan berapa lama waktu untuk melaksanakan penelitian. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2022 sampai dengan Maret 2022. Tempat penelitian ini yaitu dilaksanakan di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

## D. Sumber Data Penelitian

### 1. Sumber Data Primer

Sumber Data Primer yaitu data yang berasal dari subjek penelitian, dalam hal ini sebuah penelitian mendapat data secara langsung melalui instrumen-instrumen yang sudah ditetapkan.<sup>70</sup>

Sumber Data Primer dalam penelitian ini adalah mahasiswa penyintas Covid-19 di UIN Prof. KH Saifuddin Zuhri Purwokerto, yang berjumlah 7 orang dengan inisial MLF, ARF, ZF, HAS, NNR, HJT, dan AB.

<sup>69</sup> Mukhtazar, *Prosedur Penelitian Pendidikan* (Yogyakarta: Absolute Media, 2020).

<sup>70</sup> Puhantara and Wahyu, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Bisnis* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010).

## 2. Sumber Data Sekunder

Sumber Data Sekunder merupakan data yang di peroleh atau dikumpulkan oleh orang yang melaksanakan penelitian dari sumber yang sudah ada.<sup>71</sup>

Sumber Data Sekunder dalam penelitian ini yaitu keluarga, saudara maupun teman subjek.

## E. Metode Pengumpulan Data

### 1. Observasi

Secara umum observasi artinya mengamati. Observasi juga dapat diartikan sebagai suatu proses mengamati data yang berupa gambaran terkait sikap, tindakan atau perilaku, dan keseluruhan interaksi antar manusia.<sup>72</sup> Dalam penelitian ini observasi dilakukan kepada Mahasiswa penyintas COVID-19 di UIN. Prof.K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

### 2. Wawancara

Denzim mendefinisikan Wawancara sebagai percakapan face to face (tatap muka), yang dimana salah satu pihak menggali informasi dari lawan bicaranya wawancara juga dapat diartikan sebagai kegiatan *interviewer* menanyakan beberapa pertanyaan kepada *interviewee* untuk memperoleh informasi. Menurut Phares bahwa bagi psikolog klinis, wawancara merupakan teknik mendasar dan berguna karena hasilnya dapat membantu psikolog dalam memahami masalah klien, membuat prediksi dan mengambil keputusan.<sup>73</sup> Dalam penelitian ini wawancara dilakukan secara mendalam dan semi terstruktur kepada Mahasiswa Penyintas COVID-19 di UIN. Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

### 3. Dokumentasi

Menurut Satori dan Komariah definisi dokumen adalah catatan peristiwa masa lalu dalam bentuk lisan, tulisan dan bentuk karya.

---

<sup>71</sup> Hasan and M. Iqbal, *Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian Dan Aplikasinya* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2002).

<sup>72</sup> J.R Raco, *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakter Dan Keunggulan* (Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia, 2010).

<sup>73</sup> Fadhallah, *Wawancara* (Jakarta: UNJ Press, 2020).



Dokumentasi dapat juga diartikan sebagai suatu kumpulan jenis bahan seperti foto, video, film, catatan, surat, jurnal, catatan kasus, dan kenang-kenangan yang dapat dipakai sebagai data tambahan sebagai bagian dari studi kasus di mana sumber data utama adalah observasi dan wawancara partisipan.<sup>74</sup> Dokumentasi dalam penelitian ini berupa foto, audio dan catatan kasus.

## F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yaitu usaha mencari serta mengorganisasikan secara terstruktur rangkaian pengamatan, wawancara, serta data lain agar bisa meningkatkan pemahaman terhadap peneliti terkait dengan problem yang diteliti dan menyajikannya sebagai suatu temuan/penelitian bagi orang lain.<sup>75</sup> Proses analisa yang dipakai pada penelitian ini melalui proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Adapun penjabaran analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik sebagai berikut:

### 1. Reduksi Data

Reduksi data dilakukan dengan cara meringkas, memilih, menekankan hal yang pokok serta penting, mencari tema dan juga pola, serta membuang data yang dianggap tidak diperlukan, dengan begitu data akan memberikan suatu gambaran yang lebih jelas terkait permasalahan yang diteliti, dan memberikan kemudahan bagi peneliti ketika melaksanakan akumulasi data pada tahap selanjutnya serta dapat mencarinya apabila diperlukan.<sup>76</sup> Pada penelitian ini, peneliti mereduksi data dari informan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Kemudian mengambil data-data pokok serta mengkategorikan data-data mengenai strategi coping penyintas dalam mengembangkan konsep diri dan membuang data yang tidak terpakai.

---

<sup>74</sup> Albi Anggito and Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Sukabumi: CV Jejak (Jejak Publisher), 2018).

<sup>75</sup> Ahmad Rijali, "Analisis Data Kualitatif Ahmad Rijali UIN Antasari Banjarmasin" 17, no. 33 (2018): 81–95.

<sup>76</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D)* (Bandung: Alfabet, 2015).

## 2. Penyajian data

Dalam penelitian kualitatif, Penyajian data disajikan dalam bentuk deskripsi singkat, diagram, hubungan antar kategori, dan flowchart. Menurut Miles dan Huberman, penyajian data lebih sering menyajikan atau menggambarkan suatu peristiwa dalam bentuk teks naratif. Peneliti akan lebih mudah untuk memahami apa yang terjadi dan mempersiapkan pekerjaan selanjutnya dengan lebih mudah melalui penyajian data.<sup>77</sup> Pada penelitian ini, peneliti menyajikan data menggunakan teknik analisis tematik dimana peneliti menganalisis dan melaporkan tema-tema yang terdapat didalam data.

## 3. Penarikan Kesimpulan

Upaya untuk memahami atau menemukan makna, penjelasan, jalur sebab akibat, keselarasan, pola, atau proposisi disebut penarikan kesimpulan. Peneliti menarik kesimpulan dan mengkonfirmasi dengan cara mencari makna dari setiap gejala yang dialaminya, memperhatikan kemungkinan pengaturan dan konfigurasi, serta kausalitas dan proporsi fenomena. Pada tahapan ini, peneliti menarik kesimpulan melalui data yang diperoleh sebelumnya, lalu menyamakan/mencocokkan dengan catatan dan pengamatan yang peneliti lakukan selama penelitian.<sup>78</sup>

## G. Uji Keabsahan Data

Uji keabsahan data dalam penelitian kualitatif bertujuan untuk mengetahui kredibilitas data atau kepercayaan terhadap data dari hasil penelitian.<sup>79</sup> Dalam penelitian ini, untuk menguji keabsahan data peneliti menggunakan teknik triangulasi data. Teknik triangulasi dalam menguji kredibilitas data penelitian kualitatif diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber melalui berbagai cara dan waktu.<sup>80</sup>

---

<sup>77</sup> Sugiyono.

<sup>78</sup> Rijali, "Analisis Data Kualitatif Ahmad Rijali UIN Antasari Banjarmasin."

<sup>79</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D)*.

<sup>80</sup> Sugiyono.

1. Triangulasi Sumber

Triangulasi sumber merupakan uji kredibilitas data yang dilakukan dengan mengecek data yang sudah didapat dari beberapa sumber.<sup>81</sup>

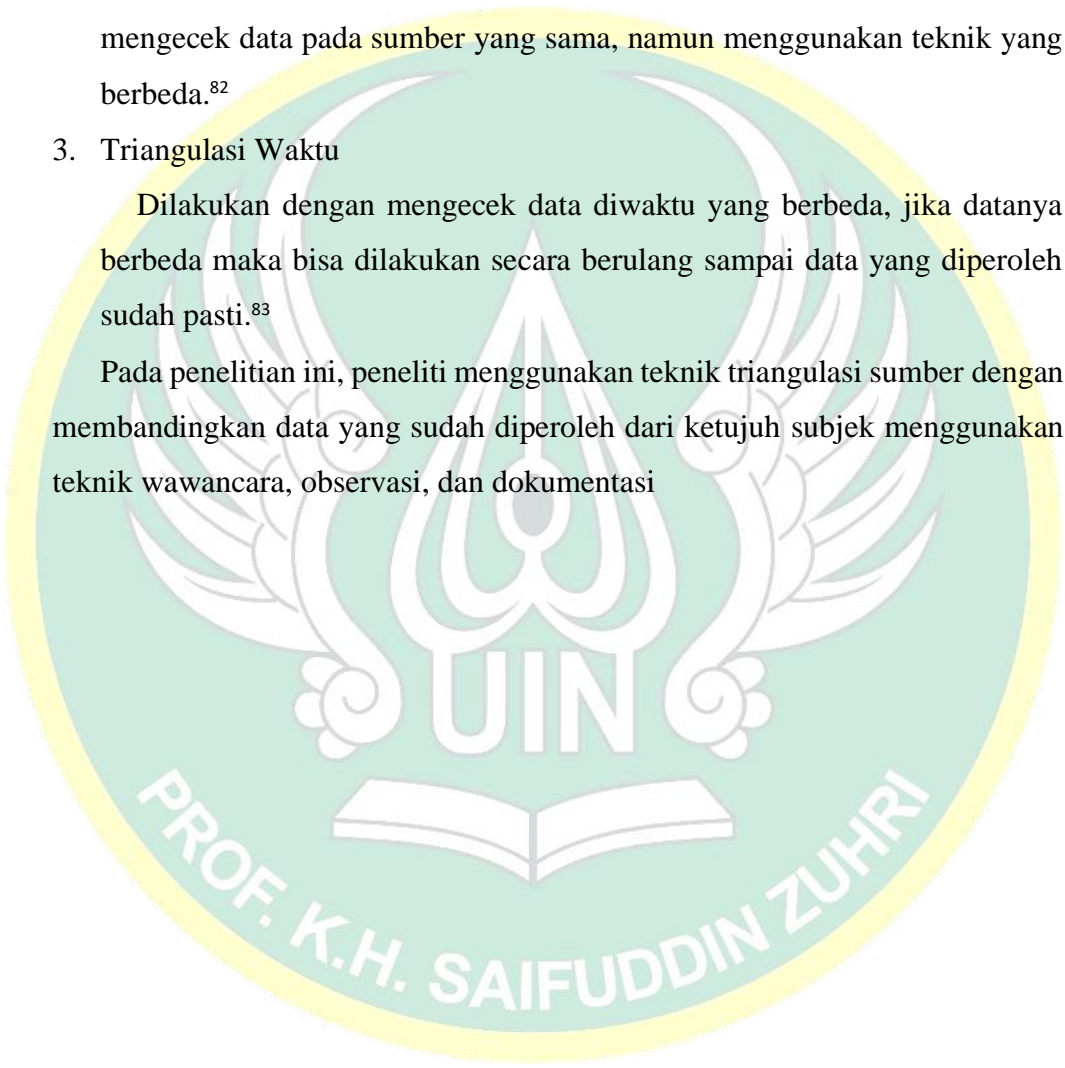
2. Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan mengecek data pada sumber yang sama, namun menggunakan teknik yang berbeda.<sup>82</sup>

3. Triangulasi Waktu

Dilakukan dengan mengecek data di waktu yang berbeda, jika datanya berbeda maka bisa dilakukan secara berulang sampai data yang diperoleh sudah pasti.<sup>83</sup>

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik triangulasi sumber dengan membandingkan data yang sudah diperoleh dari ketujuh subjek menggunakan teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi



---

<sup>81</sup> Sugiyono.

<sup>82</sup> Sugiyono.

<sup>83</sup> Sugiyono.

## **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Gambaran Umum UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto**

#### 1. Letak Geografis UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto merupakan sebuah universitas islam negeri (UIN) yang berada di Jalan Ahmad Yani No. 40A, Purwokerto, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia. UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto sendiri berada dibawah naungan Kementrian Agama RI.<sup>84</sup>

#### 2. Profil UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Nama Universitas : UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto  
Motto : Excellent, Islamic, Civilized  
Lembaga Induk : Kementerian Agama Republik Indonesia  
Alamat : Jl. A.Yani Nomor 40-A, Karanganjing, Kelurahan Purwanegara, Kecamatan Purwokerto Utara, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia  
Tahun Berdiri : 1997  
Rektor : Prof. Dr. H. Mohammad Roqib, M.Ag.  
Situs Web : <https://uinsaizu.ac.id/>

#### 3. Visi, Misi dan Tujuan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Visi UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yaitu:

“Menjadi Universitas Islam yang unggul, progresif, dan integratif dalam pengembangan ilmu, teknologi dan seni di ASEAN Tahun 2040”

Misi UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yaitu:

- 1) Mengembangkan pendidikan akademik, vokasi, dan profesi yang berkualitas dalam pengembangan ilmu, teknologi dan seni
- 2) Menyelenggarakan penelitian yang inovatif dan integratif berbasis nilai keislaman, lokalitas dan keindonesiaan

---

<sup>84</sup> “PROFIL UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO.”

- 3) Melakukan transformasi masyarakat sesuai dengan nilai keislaman, lokalitas, keindonesiaan dan perkembangan global
- 4) Membangun kerja sama yang produktif dan kolaboratif dalam pengembangan ilmu, teknologi dan seni
- 5) Mewujudkan tata kelola kelembagaan secara profesional berstandar nasional dan internasional.

Tujuan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yaitu:

- 1) Menghasilkan lulusan yang unggul, profesional, dan berakhlak mulia yang mengembangkan dan menerapkan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni
- 2) Menghasilkan penelitian yang inovatif dan integratif untuk kemajuan ilmu pengetahuan dan peradaban
- 3) Terlaksananya pengabdian dan pemberdayaan masyarakat secara transformatif berbasis nilai keislaman, lokalitas dan keindonesiaan
- 4) Terlaksananya kerja sama yang produktif dan kolaboratif
- 5) Terwujudnya tata kelola kelembagaan secara profesional berstandar nasional dan internasional.<sup>85</sup>

#### **B. Strategi Coping Dalam Mengembangkan Konsep Diri Penyintas**

Strategi *coping* yaitu tingkahlaku individu yang terlihat maupun tersembunyi yang dilakukan seseorang untuk mengurangi atau meredakan ketegangan mental disaat situasi stres.<sup>86</sup> Menurut Lazarus dan Folkman strategi *coping* merupakan upaya individu untuk menghindari stres yang dihadapi.<sup>87</sup> Strategi coping yang dilakukan oleh penyintas mampu membentuk konsep diri yang positif apabila strategi coping yang dilakukan mengarah pada hal yang positif begitu pula sebaliknya.

Pada bagian ini peneliti akan menjabarkan temuan peneliti terkait strategi coping penyintas dalam mengembangkan konsep diri. Bentuk-bentuk strategi

---

<sup>85</sup> "PROFIL UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO."

<sup>86</sup> Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya."

<sup>87</sup> Indrawati Zuhara, "Stresor , Dukungan Sosial , Strategi Mengatasi , Stres , Dan" 02, no. 1 (2017): 1-14.

coping ada 2 yaitu coping yang berfokus pada masalah dan coping yang berfokus pada emosi.

### 1. Coping Fokus Pada Masalah

Merupakan suatu bentuk strategi *coping* yang lebih mengarah kedalam upaya untuk mengurangi suatu tuntutan dari situasi yang penuh dengan tekanan, jadi bisa diartikan bahwa *coping* yang muncul berfokus kepada problem individu yang akan mengatasi stress dengan cara mempelajari suatu keterampilan yang baru. Individu cenderung menerapkan strategi ini ketika individu percaya bahwa tuntutan dari situasi yang individu alami dapat diubah.<sup>88</sup> Menurut Lazarus dan Folkman Mekanisme strategi *coping* yang memiliki titik pusat pada masalah dibagi menjadi 2 aspek yaitu:

#### a. Konfrontasi

Suatu cara dimana individu bersikap agresif untuk merubah suatu keadaan membuat dia tertekan dengan tingkat kemarahan yang tinggi, serta pengambilan resiko.<sup>89</sup> Untuk melihat mekanismen coping yang digunakan pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang bagaimana subjek bersikap ketika menghadapi tekanan selama menjadi penyintas Covid-19.

Berdasarkan pengakuan dari subjek saat pertama kali dinyatakan positif Covid-19 subjek sempat menolak diri sebagai penyintas Covid-19, menurut subjek tidak ada orang yang mau divonis positif Covid-19, menjadi penyintas Covid-19 menurut subjek merupakan hal yang memalukan. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, ZF menyatakan bahwa:

*“Awalnya sih menolak ... ya pertamanya ya ngga suka, nolak, siapa sih yang mau positif corona” (Zf./lamp11/C2)*

---

<sup>88</sup> Al-Miraza, “Strategi Koping, Stres, Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Universitas Sumatera Utara Dalam Masa New Normal COVID-19.”

<sup>89</sup> Mafazi, “Pengaruh Strategi Coping Dan Harga Diri Terhadap Pengungkapan Diri Remaja Di Jejaring Sosial Online.”

*“Siapa sih orang yang mau jadi penyintas, awalnya sempet ada rasa malu, siapa orang yang mau jadi penyintas”*(Zf./lamp11/C6)<sup>90</sup>

Dari pernyataan diatas menunjukkan bahwa sikap menolak yang subjek tunjukan mengarah pada sikap agresif untuk merubah suatu keadaan yang membuat dia tertekan dengan tingkat kemarahan yang tinggi.

Sama halnya dengan ZF, AB juga bersikap demikian saat pertama kali dinyatakan positif Covid-19 ia menolak, ia merasa bahwa dirinya sehat dan yakin bahwa dirinya tidak terpapar virus Covid-9 tetapi ternyata keluarganya pun ikut terpapar, hal tersebut membuat subjek marah, stress dan merasa bersalah dengan apa yang terjadi pada diri subjek. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, AB menyatakan bahwa:

*“Iya sih takut mati, karenakan kabar-kabarkan ngga bergejala tiba-tiba mati, tiba-tiba parah, apalagi yang awalnya aku udah yakin “aku ngga positif kok, aku sehat” tapi ternyata keluarga ku tiba-tiba jadi positif semua, bapak ibuku bergejala dan dari situ aku ngerasa “ih nanti kalau aku kenapa-napa atau keluargaku kenapa-napa ini karena aku” gitu, ngerasanya kaya gitu sih ngerasa bersalah, ngerasa gitulah”* (Ab./lamp15/A5)

*“Marah sih, stress karena apa ya, isolasi kan berarti dirumah terus bangun tidur ketemu apa tembok, ngga bisa main sama temen-temen, terus ya marah sih, merasa bersalah”* (Ab./lamp15/A7)<sup>91</sup>

Dari pernyataan diatas menunjukkan sikap marah dan stress yang subjek tunjukan mengarah pada sikap agresif untuk merubah suatu keadaan yang membuat dia tertekan dengan tingkat kemarahan yang tinggi.

---

<sup>90</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022

<sup>91</sup> Wawancara dengan AB selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 24 Maret 2022

## b. Perencanaan Penyelesaian Masalah

Suatu cara dimana individu berusaha untuk mengalisis situasi guna memperoleh solusi, lalu individu mengambil tindakan langsung guna menyelesaikan masalah.<sup>92</sup> Untuk melihat mekanismen coping yang digunakan pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang bagaimana subjek bersikap ketika menghadapi tekanan selama menjadi penyintas Covid-19.

Berdasarkan pengakuan dari subjek berita mengenai Covid-19 sangat berdampak negatif terhadap diri subjek, untuk itu subjek berusaha untuk menghindari berita-berita tersebut dengan cara tidak menonton hal-hal yang berkaitan dengan Covid-19. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, MLF menyatakan bahwa:

*“Kalau aku sendiri yang sangat berpengaruh kediriku sih berita ya, jadi aku itu ngga berani ngeliat berita terkait covid 19, seperti apa perkembangannya saat itu... Akhirnya aku ngga pernah ngeliat berita entah itu di TV, maupun dimedia sosial. setiap aku ngeliat berita covid pasti selalu aku skip-skip. Jadi aku Cuma liat youtube tapi hanya nonton hal-hal yang buat aku terhibur aja untuk mengalihkan berita terkait covid...aku juga ngga berani cerita keorang lain bahwa aku ini penyintas covid, aku ngga berani cerita karena aku takut aku bisa membuat trauma ke orang lain” (Mlf./lamp9/B3)<sup>93</sup>*

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek berusaha untuk mengalisis situasi guna memperoleh solusi, lalu subjek mengambil tindakan langsung guna menyelesaikan masalah.

## c. Seeking Social Support

Suatu cara dimana individu bersikap dengan mencari dukungan dari pihak luar, dukungan tersebut berupa informasi, bantuan nyata, maupun dukungan emosional.<sup>94</sup> Untuk melihat mekanismen coping yang

<sup>92</sup> Mafazi, “Pengaruh Strategi Coping Dan Harga Diri Terhadap Pengungkapan Diri Remaja Di Jejaring Sosial Online.”

<sup>93</sup> Wawancara dengan MLF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022

<sup>94</sup> Maryam, “Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya.”



digunakan pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang bagaimana subjek bersikap ketika menghadapi tekanan selama menjadi penyintas Covid-19.

### Subjek 1

Berdasarkan pengakuan dari subjek usaha subjek dalam menghadapi masalah subjek berusaha untuk mendiskusikan masalah tersebut dengan orang tua subjek. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, MLF menyatakan bahwa:

*“Aku lebih ke ngobrol sama ibuku, ini gimana ya buk gitu”*  
(Mlf./lamp9/D4)<sup>95</sup>

Dari ungkapan diatas menyatakan bahwa subjek berusaha menyelesaikan masalah dengan cara mencari bantuan dari orang lain.

### Subjek 2

Selama menjadi penyintas Covid-19 ketika menghadapi masalah subjek berusaha untuk mencari solusi dengan cara berdiskusi bersama keluarga. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Mencari solusi karena semakin lama kita memendam masalah itu bukannya selesai malah makin banyak, jadi dengan cara itu kaya berdiskusi sama keluarga, ketika di telfon ataupun pas udah, posisi udah kumpul gitu itu diskusi ringan itu bisa menyelesaikan masalah”* (Arf./lamp10/D4)<sup>96</sup>

Dari ungkapan diatas menyatakan bahwa subjek berusaha menyelesaikan masalah dengan cara mencari bantuan dari orang lain.

### Subjek 3

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek menyatakan bahwa ketika dihadapkan dengan permasalahan subjek lebih cenderung mencari solusi dengan sharing bersama keluarga, dan sharing bersama

---

<sup>95</sup> Wawancara dengan MLF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022

<sup>96</sup> Wawancara dengan ARF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07 Maret 2022

penyintas-penyintas Covid-19. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Lebih ke mencari solusi sih, membahas masalah itu sih, sharing ke keluarga, ke sesama peyintas juga, sampai sekarang pun aku sama dokter, sama penyintas itu masi kenal dekat” (Zf./lamp11/D4)<sup>97</sup>*

Dari ungkapan diatas menyatakan bahwa subjek berusaha menyelesaikan masalah dengan cara mencari bantuan dari orang lain.

### **Subjek 7**

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek menyatakan bahwa ketika dihadapkan dengan permasalahan awalnya menarik diri, tetapi saat subjek di telpon oleh salah satu ustad bernama ustad tuslim, sejak saat itu subjek berusaha untuk lebih terbuka, berusaha mencari solusi dengan membahas permasalahan yang subjek hadapi, meminta saran dan pendapat dari orang lain. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Mencari solusi dengan membahas permasalahan, ya awalnya pasti menarik diri tapi kan terus ditelfon sama ustad tuslim jadi “oh ya yah” gitu, terus akhirnya mulai detik itu aku membagikan kaya aku udah berani curhat sama orang berani ngobrol, sharing sama orang, aku juga berani show up” (Ab./lamp15/D4)*

*“Banyak cerita, karena kita butuh cerita buat tetap waras, banyak cerita, banyak baca buku, terus minta pendapat, minta saran sama orang yang lebih ngerti” (Ab./lamp15/D2)<sup>98</sup>*

Dari ungkapan diatas menyatakan bahwa subjek berusaha menyelesaikan masalah dengan cara mencari bantuan dari orang lain.

## **2. Coping Fokus Pada Emosi**

Merupakan bentuk strategi coping yang diarahkan untuk mengatur suatu respon emosional terhadap situasi yang menekan. Individu bisa mengatur

---

<sup>97</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022

<sup>98</sup> Wawancara dengan AB selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 24 Maret 2022

respon emosional melalui pendekatan behaviorial dan kognitif.<sup>99</sup> Menurut Lazarus dan Folkman mekanisme strategi *coping* yang memiliki titik fokus pada emosi dapat dibagi ke dalam 5 aspek yaitu:

**a. Kontrol diri**

Suatu cara dimana individu berusaha untuk mengontrol dirinya agar bisa menyesuaikan diri dengan perasaan maupun tindakan terkait problem yang dihadapi.<sup>100</sup> Untuk melihat mekanismen coping yang digunakan pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang bagaimana subjek bersikap ketika menghadapi tekanan selama menjadi penyintas Covid-19.

**Subjek 1**

Selama menjadi penyintas Covid-19 ketika di hadapkan suatu peroblem subjek berusaha untuk mengontrol dirinya. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Yang pertama, kita harus bisa mengontrol diri kita... katanya kan kalau kita bisa mengontrol diri kan kita juga bisa mengontrol orang lain, dalam arti mengontrol orang lain kan memberikan gambaran ke orang lain, nah yang penting itu kita mengontrol diri kita dulu” (Mlf./lamp9/C006)<sup>101</sup>*

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika subjek menghadapi situasi yang menekan subjek berusaha untuk mengontrol dirinya agar bisa menyesuaikan diri dengan perasaan maupun tindakan terkait masalah yang dihadapinya.

**Subjek 2**

Menurut subjek pengaruh orang lain tidak akan berdampak apapun kediri kita kecuali diri kita yang mengolah, dengan kata lain ketika individu mampu mengontrol dirinya maka orang lain tidak akan berpengaruh apapun kediri individu, selain itu dalam menanggapi hal-

---

<sup>99</sup> Al-Miraza, “Strategi Koping, Stres, Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Universitas Sumatera Utara Dalam Masa New Normal COVID-19.”

<sup>100</sup> Mafazi, “Pengaruh Strategi Coping Dan Harga Diri Terhadap Pengungkapan Diri Remaja Di Jejaring Sosial Online.”

<sup>101</sup> Wawancara dengan MLF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022

hal yang negatif subjek berusaha untuk tidak menanggapi hal tersebut. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Pengaruh orang lain itu ngga akan berdampak apa-apa kediri kita kecuali diri kita yang mengolah”* (Arf./lamp10/B4)

*“Kalau menanggapi hal-hal yang negatif itu kayak ya udah gitu, mereka kan belum pernah ngerasain apa yang aku rasain, mungkin itu suatu perlindungan diri, terus kalau misalkan untuk orang-orang yang berpandangan positif ini kayak lebih ya berterimakasih aja...Ya terimakasih udah mau support, udah mau berteman”* (Arf./lamp10/C02)<sup>102</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika subjek menghadapi situasi yang menekan subjek berusaha untuk mengontrol dirinya agar bisa menyesuaikan diri dengan perasaan maupun tindakan terkait masalah yang dihadapinya.

### **Subjek 3**

Selama menjadi penyintas Covid-19 ketika dihadapkan dengan suatu masalah subjek berusaha untuk tidak terlalu memikirkan dan tetap berfikir positif. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Aku mah bodoamat... udahlah positif thingking aja”* (Zf./lamp11/B4)<sup>103</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika subjek menghadapi situasi yang menekan subjek berusaha untuk mengontrol dirinya agar bisa menyesuaikan diri dengan perasaan maupun tindakan terkait masalah yang dihadapinya.

### **Subjek 5**

Selama menjadi penyintas Covid-19 ketika subjek dihadapkan dengan suatu problem subjek berusaha untuk menguatkan diri, berusaha

<sup>102</sup> Wawancara dengan ARF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07 Maret 2022

<sup>103</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022

untuk mengendalikan diri, dan berusaha belajar dari pengalaman sebelumnya. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Paling ya denger dari orang-orang, dari orang keorang, katanya gini-gini, ya udah sih lagian aku ngga ngerugiin dia, orang aku yang kena, juga orang ini namanya musibah gitu, ya paling nguatn diri sendiri sama keluarga, habis itu ya biasa lagi”* (Nnr./lamp13/C02)

*“Mengendalikan diri aku ya kaya belajar aja dari pengalaman gitu”* (Nnr./lamp13/C006)<sup>104</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika subjek menghadapi situasi yang menekan subjek berusaha untuk mengontrol dirinya agar bisa menyesuaikan diri dengan perasaan maupun tindakan terkait masalah yang dihadapinya.

#### **Subjek 6**

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek berusaha untuk tetap percaya diri menjadi penyintas Covid-19, menurut subjek Covid-19 sama saja dengan penyakit lain seperti halnya maag, pusing, tifus dan lain sebagainya. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Engga minder sama sekali, covid itu ya udah layaknya penyakit kaya maag, pusing, tipes dan lain sebagainya itu tetep akan ada di dunia ini, cuman kurun waktu kaya pandemi dan itu kata-kata itukan nantinya dengan sendirinya akan melekat gitu”* (Hjt./lamp14/B5)<sup>105</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika subjek menghadapi situasi yang menekan subjek berusaha untuk mengontrol dirinya agar bisa menyesuaikan diri dengan perasaan maupun tindakan terkait masalah yang dihadapinya.

---

<sup>104</sup> Wawancara dengan NNR selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 16 Maret 2022

<sup>105</sup> Wawancara dengan HJT selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 22 Maret 2022

## b. Menjauh

Suatu cara dimana individu berusaha untuk tidak terlibat dalam suatu permasalahan, seakan-akan tidak terjadi apa-apa dengan cara menciptakan pandangan positif yang menganggap bahwa permasalahan adalah lelucon.<sup>106</sup> Untuk melihat mekanismen coping yang digunakan pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang bagaimana subjek bersikap ketika menghadapi tekanan selama menjadi penyintas Covid-19.

### Subjek 1

Terkadang seseorang harus berusaha untuk tidak terlibat dalam suatu masalah dan berusaha seakan-akan tidak terjadi apa, hal ini dilakukan individu sebagai suatu bentuk perlindungan diri individu, seperti yang diungkapkan oleh subjek bahwa ia berusaha untuk tidak terlihat bahwa dirinya penyintas Covid-19, hal ini dilakukan agar orang lain tidak merasa khawatir saat berinteraksi dengan subjek. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Soalnya yang pertama ya yang ngebuat aku ngga siap tu ditanyain sama orang terdekatku...ketika aku dilampu merah kalau ngga salah di pasar karanglewas disitu ada ibu-ibu yang bilang gini “kemarin aku habis ketemu sama orang yang reaktif aku langsung panik banget” aku denger cerita dari orang kaya gitu jadi aku rasanya kaya aku jangan ngomong kalau aku juga pernah positif covid, jadi tambah takut mengungkapkan diriku sebagai penyintas covid” (Mlf./lamp9/B5)<sup>107</sup>*

Dari pernyataan diatas menjelaskan bahwa subjek berusaha untuk tidak terlibat dalam suatu permasalahan, seakan-akan tidak terjadi apa-apa dengan cara menciptakan pandangan positif.

### Subjek 2

Selama menjadi penyintas Covid-19 ketika berinteraksi dengan orang sekitar subjek sempat merasa bahwa dirinya berbeda, perasaan

<sup>106</sup> Mafazi, “Pengaruh Strategi Coping Dan Harga Diri Terhadap Pengungkapan Diri Remaja Di Jejaring Sosial Online.”

<sup>107</sup> Wawancara dengan MLF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022

berbeda itulah yang membuat subjek berusaha untuk tidak terlibat dan seakan-akan tidak terjadi apa-apa. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Sempet ngerasa kaya beda dari yang lain, jadi kaya untuk berinteraksi ketika awal-awal dinyatakan negatif itu memang kaya ngerasa mendingan aku yang jauh dari orang lain dari pada nanti orang lain malah takut sama aku kaya gitu, lebih kaya gitu sih menjaga keorang lain”* (Arf./lamp10/B5)<sup>108</sup>

Dari pernyataan diatas menyebutkan bahwa subjek berusaha untuk tidak terlibat dalam suatu permasalahan, seakan-akan tidak terjadi apa-apa dengan cara menciptakan pandangan positif.

#### **Subjek 4**

Selama menjadi penyintas Covid-19 ketika dihadapkan suatu masalah subjek berusaha untuk tidak terlalu memikirkan apa yang terjadi, dan ketika dihadapkan dengan permasalahan subjek tidak mencari solusi ataupun menarik diri. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam beberapa kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Ngga terlalau memikirkan sih”* (Hsa./lamp12/C004)

*“Menanggapi kaya berita-berita hoax tadi, ya biarin aja”*  
(Hsa./lamp12/D2)

*“Ngga cari solusi atau pun menarik diri”* (Hsa./lamp12/D4)<sup>109</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek berusaha untuk tidak terlibat dalam suatu permasalahan, seakan-akan tidak terjadi apa-apa.

#### **Subjek 5**

Selama menjadi penyintas Covid-19 ketika dihadapkan suatu masalah subjek berusaha untuk tidak terlalu memikirkan apa yang

<sup>108</sup> Wawancara dengan ARF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07 Maret 2022

<sup>109</sup> Wawancara dengan HSA selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 09 Maret 2022

terjadiHal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Kalau aku lebih **kebodoamat sih**, kaya “udah sih orang udah kejadian juga mau gimana lagi, yang penting kita ngga berbuat ngga baik” gitu, jalanin aja”* (Nnr./lamp13/B4)<sup>110</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek berusaha untuk tidak terlibat dalam suatu permasalahan, seakan-akan tidak terjadi apa-apa.

### **Subjek 6**

Subjek menyatakan bahwa ia sempat menarik diri selama menjadi penyintas Covid-19 tetapi dengan seiring berjalannya waktu subjek mulai bisa menerima dan kembali berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Kalau orang lain itu ya itu awalnya mungkin udah ngga butuh kita gitu ya jadinya kita no respons sama itu ya, jadinya ya udah ngga, tapi sekarang udah baikan lagi sih”* (Hjt./lamp14/B4)

*“Menarik diri, orang lain udah ngga butuh kita ya kenapa kita minta tolong sama orang itu gitu”* (Hjt./lamp14/D4)<sup>111</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika dihadapkan suatu masalah subjek berusaha untuk tidak terlibat dalam suatu permasalahan, seakan-akan tidak terjadi apa-apa.

### **Subjek 7**

Selama menjadi penyintas subjek bersikap untuk tidak terlalu memikirkan apa yang terjadi apa-apa. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

---

<sup>110</sup> Wawancara dengan NNR selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 16 Maret 2022

<sup>111</sup> Wawancara dengan HJT selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 22 Maret 2022



*“karena justru hasbis aku dinyatakan negatif aku langsung pergi beli es krim, ya bodoamat, aku langsung sengaja ya karena aku udah sebel sama tetangga ku yang nyinyir” (Ab./lamp15/B5)<sup>112</sup>*

Dari pernyataan diatas menunjukkan bahwa subjek bersikap untuk tidak terlalu memikirkan apa yang terjadi, dan berusaha untuk tidak terlibat dalam suatu permasalahan, seakan-akan tidak terjadi apa-apa dengan cara menciptakan pandangan positif yang menganggap bahwa permasalahan adalah lelucon.

### c. Penilaian Kembali Secara Positive

Suatu cara dimana individu berusaha untuk menciptakan arti positif terkait situasi yang dihadapi dengan cara mencoba fokus pada pengembangan diri serta melibatkan diri pada hal-hal yang bersifat religious.<sup>113</sup> Berdasarkan hasil wawancara peneliti menemukan data-data terkait aspek *coping* yang berfokus pada emosi.

#### Subjek 1

Selama menjadi penyintas Covid-19 saat menghadapi suatu permasalahan subjek berusaha untuk tetap berfikir positif. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Sempet sih kepikiran kaya aduh agak takut jugaa sih, namanya umur juga ngga ada yang tau... aku mencoba untuk berfikir positif iya memang banyak yang meninggal gara-gara covid tapi masih banyak juga yang sembuh, jadi itu aja sih yang membuat aku yakin dan sedikit lega” (Mlf./lamp9/A5)*

Ketika seorang individu mampu berfikir positif maka tindakan yang ia lakukan juga akan berdampak positif bagi dirinya. Selain berfikir positif subjek juga tidak lupa untuk beribadah, ibadah merupakan suatu bentuk mekanisme coping yang bisa dilakukan oleh individu. Usaha-usaha lain yang subjek lakukan dalam menghadapi suatu problem yaitu

<sup>112</sup> Wawancara dengan AB selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 24 Maret 2022

<sup>113</sup> Mafazi, “Pengaruh Strategi Coping Dan Harga Diri Terhadap Pengungkapan Diri Remaja Di Jejaring Sosial Online.”

dengan cara relaksasi dan normalisasi. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam beberapa kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Aku biasanya yang berdoanya sebentar, pada saat itu aku berdoa jadi lebih lama”* (Mlf./lamp9/B9)

*“Yang pertama sih relaksasi, memaksa diri supaya kita bisa berpandangan lebih positif... terus normalisasi”* (Mlf./lamp9/D2)

*“Aku diperlakukan diskriminasi terus mereka melakukan seperti itu ya aku mencoba berpandangan tadikan kaya normalisasi oh, wajar gitu, ya itu berhasil sih, karena menurunkan pandangan kita, pandangan negatif, nah kalau menurunkan pandangan negatif kan kita jadi personal kita positif”* (Mlf./lamp9/D3)<sup>114</sup>

Dari pernyataan-pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek berusaha untuk menciptakan arti positif terkait situasi yang dihadapi dengan cara mencoba fokus pada pengembangan diri serta melibatkan diri pada hal-hal yang bersifat religious.

## **Subjek 2**

Selama menjadi penyintas Covid-19 salah satu usaha yang subjek lakukan ketika menghadapi masalah yaitu dengan cara sholat 5 waktu, sholawat dan membaca Al-Qur'an. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Ibadah ya seperti biasa kaya sholat 5 waktu... tambahan-tambahannya kaya sholawatan, terus ngaji Al-Qur'an kaya gitu setiap selesai sholat”* (Arf./lamp10/B9)

Ibadah sendiri merupakan salah satu bentuk mekanismen coping yang dapat individu lakukan. Selain beribadah subjek juga berusaha berfikir positif bahwa menjadi penyintas merupakan hal yang istimewa di pandangan Allah karena tidak semua orang bisa disebut sebagai penyintas. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

---

<sup>114</sup> Wawancara dengan MLF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022

*“Seorang penyintas ini ngga semua orang punya sebutan penyintas gitu, karena seorang penyintas ini adalah orang-orang istimewa dari pandangan Allah”* (Arf./lamp10/C6)

Kemudia hal lain yang subjek lakukan dalam menghadapi suatu problem yaitu dengan cara memperbaiki suatu proses, yakin dengan tuju-tujuan yang ingin dicapai, berusaha untuk tetap menguatkan diri, berusaha untuk merubah pola pikir, dan berusaha untuk mencintai diri sendiri. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam beberapa kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Memperbaiki prosesnya”* (Arf./lamp10/C006)

*“Sangat yakin ya, karena memang kalau kita ngga yakin ya kita ngga akan bisa mencapai kaya gitu, kita itu punya mimpi, punya tujuan, kalau kita ngga yakin akan hal itu kita ngga akan bisa mulai proses gitu, jadi harus yakin dulu, yakin prosesnya akan baik, dan hasil pun akan mengikuti prosesnya gitu”* (Arf./lamp10/C007)

*“Usaha itu kaya lebih menguatkan diri sendiri sih, setelah mendapat support dari temen, support dari keluarga itu satu langkah yang buat aku kuat ya diri aku sendiri, dengan misalnya mengubahnya, mengubah cara pandang, mengubah pola pikir... terus upaya untuk mencintai diri sendiri”* (Arf./lamp10/D2)

*“Kaya misal merubah pola pikir kita ketika kita merubah pola pikir kita yang tadinya melihat orang-orang menjauhi kita krena kita sebagai penyintas kita harus bisa mengembalikan pikiran itu, “oh mungkin dia ini menjaga” kaya gitu itu akan lebih berdampak positif terhadap diri kita kaya gitu”* (Arf./lamp10/D3)<sup>115</sup>

Dari pernyataan-pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek berusaha untuk menciptakan arti positif terkait situasi yang dihadapi dengan cara mencoba fokus pada pengembangan diri serta melibatkan diri pada hal-hal yang bersifat religious.

---

<sup>115</sup> Wawancara dengan ARF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07 Maret 2022

### Subjek 3

Selama menjadi penyintas Covid-19 ketika dihadapkan suatu problem salah satu hal yang subjek lakukan yaitu dengan beribadah menjalankan sholat 5 waktu. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Sholat 5 waktu”* (Zf./lamp11/B9)<sup>116</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek berusaha untuk menciptakan arti positif terkait situasi yang dihadapi dengan cara mencoba fokus pada pengembangan diri serta melibatkan diri pada hal-hal yang bersifat religious.

### Subjek 4

Selama menjadi penyintas Covid-19 ketika dihadapkan suatu problem salah satu hal yang subjek lakukan yaitu dengan beribadah menjalankan puasa sunnah dan sholat 5 waktu, selain itu subjek berusaha untuk mengatur pola pikirnya agar tetap bisa berpikir positif terkait problem yang ia hadapi dengan meyakinkan diri bahwa ia bisa mencapai tujuan-tujuannya dimasa depan. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Puasa senin-kamis kalau ngga sholat”* (Hsa./lamp12/B9)

*“Kalau pola pikir kita yakin bisa mungkin bisa dilakuin juga, kalau aku sih yakin”* (Hsa./lamp12/C007)<sup>117</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek berusaha untuk menciptakan arti positif terkait situasi yang dihadapi dengan cara mencoba fokus pada pengembangan diri serta melibatkan diri pada hal-hal yang bersifat religious.

---

<sup>116</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022

<sup>117</sup> Wawancara dengan HSA selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 09 Maret 2022

### Subjek 5

Ketika dihadapkan suatu problem salah satu hal yang subjek lakukan yaitu dengan beribadah berdoa kepada Allah terkait problem yang ia hadapi. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Sholawatan aja sih, sama berdoa”* (Nnr./lamp13/B9)<sup>118</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek berusaha untuk menciptakan arti positif terkait situasi yang dihadapi dengan cara mencoba fokus pada pengembangan diri serta melibatkan diri pada hal-hal yang bersifat religious.

### Subjek 6

Selama menjadi penyintas Covid-19 ketika dihadapkan suatu problem salah satu hal yang subjek lakukan yaitu dengan beribadah dan selalu berfikir positif terkait apa yang terjadi terhadap diri subjek, menurut subjek ketika Allah mendatangkan suatu musibah maka Allah yakin bahwa kita bisa melalui hal itu. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Karena punya anggapan aku mau mati dan lain sebagainya kaya gitu ya jadinya untuk ibadahnya sendiri langsung lebih kenceng”* (Hjt./lamp14/B9)

*“Engga sih mba, engga karena ya itu dengan kita apa ini kan ujian ya dari Allah jadi Allah itu menguji mampu apa engganya gitu sih kalau kita dinyatakan mampu berarti Allah menganggap kita mampu tapi kok sebaliknya kalau kita ngeluh dan lain sebagainya berarti ujian akan datang lagi gitu sih”* (Hjt./lamp14/C6)<sup>119</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek berusaha untuk menciptakan arti positif terkait situasi yang dihadapi dengan cara

<sup>118</sup> Wawancara dengan NNR selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 16 Maret 2022

<sup>119</sup> Wawancara dengan HJT selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 22 Maret 2022

mencoba fokus pada pengembangan diri serta melibatkan diri pada hal-hal yang bersifat religious.

### Subjek 7

Selama menjadi penyintas Covid-19 ketika dihadapkan suatu problem salah satu hal yang subjek lakukan yaitu dengan beribadah menjalankan sholat sunnah dan membaca Al-Qur'an. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Sholatkan pasti...jadi rajin sholat dhuha, rajin baca Qur'an, rajin baca buku”* (Ab./lamp15/B9)

Selain itu subjek juga tetap berusaha berfikir positif, menurut subjek menjadi penyintas merupakan suatu hal yang membagakan, subjek tidak pernah merasa keberatan jika ada orang lain yang menganggap bahwa penyintas merupakan suatu aib dan lain sebagainya. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Enggallah, engga ini membanggakan sama sekali”* (Ab./lamp15/C6)

*“Ya udah ngapapa kan setiap orang punya perspektif masing-masing, punya kacamataanya masih-masing dalam memandang kalau menurut dia kaya gitu ya udah nggapapa toh sama seperti aku juga engga setuju, ngga semuanya setuju sama pendapat orang lain, juga kalau pendapatku ngga disetujui sama orang ya nggapapa”* (Ab./lamp15/C03)

Kemudian hal lain yang subjek lakukan ketika menghadapi suatu problem yaitu dengan cara memperbanyak relasi, dan menanggapi setiap problem yang ia hadapi dengan happy, serta tetap bersyukur dengan apa yang terjadi. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Selain positif thingkin, perbanyak relasi jadi relasinya itu dari berbagai kalangan, jadi jangan malu tanya”* (Ab./lamp15/C006)

*“Menanggapinya ya happy, seneng, bersyukur, bersyukur sih paling bersyukur banget karena dapet hal yang jauh lebih banyak dari pada aku kehilangannya mungkin aku dengan menjadi penyintas covid mungkin kesehatan fisik, mentalku pernah*

*terganggu tapi Allah gantikan dengan kesehatan yang lebih sehat, mental juga lebih kuat dari sebelumnya gitu” (Ab./lamp15/D1)<sup>120</sup>*

Dari pernyataan-pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika subjek menghadapi situasi yang menekan subjek berusaha untuk menciptakan arti positif terkait situasi yang dihadapi dengan cara mencoba fokus pada pengembangan diri serta melibatkan diri pada hal-hal yang bersifat religius.

#### **d. Penerimaan tanggung jawab**

Suatu cara dimana individu berusaha untuk sadar akan tanggung jawab diri sendiri dalam menghadapi problem dan mencoba untuk menerima supaya semua problem yang dihadapi menjadi lebih baik.<sup>121</sup> Untuk melihat mekanismen coping yang digunakan pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang bagaimana subjek bersikap ketika menghadapi tekanan selama menjadi penyintas Covid-19.

##### **Subjek 1**

Sebelum menjadi penyintas subjek merasa khawatir, tetapi setelah subjek menjadi penyintas subjek berusaha untuk berfikir positif dan berusaha menerima apa yang telah subjek alami dengan cara memberikan semangat kepada diri sendiri. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Oke ngapapa positif yang penting aku bisa tetap kuat dalam arti tetap vit, tubuhku tetap vit” (Mlf./lamp9/C2)*

*“Dulu waktu aku belum jadi penyintas covid itu kaya deg-degan banget. Tapi ternyata setelah aku jadi penyintas, oh ternyata kaya gini, oh sebenarnya nggapapa loh, penyintas covid ngga masalah nggapapa kaya gitu, mencoba untuk lebih berpandangan positif, kaya memberikan semangat ke diri sendiri” (Mlf./lamp9/C5)*

---

<sup>120</sup> Wawancara dengan AB selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 24 Maret 2022

<sup>121</sup> Mafazi, “Pengaruh Strategi Coping Dan Harga Diri Terhadap Pengungkapan Diri Remaja Di Jejaring Sosial Online.”

Menurut subjek menjadi penyintas Covid-19 bukanlah hal yang memalukan, mungkin diawal memang berat tapi lama kelamaan subjek bisa menerima dirinya sebagai penyintas, berusaha untuk bersyukur dan berpandangan positif. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Sebenarnya kalau aku sih engga, soalnya ya nggapapa bukan hal yang memalukan, Cuma memang awalnya pasti berat”*  
(Mlf./lamp9/C6)

*“Menerima, terus bersyukur, dan berpandangan positif sih”*  
(Mlf./lamp9/D1)<sup>122</sup>

Dari pernyataan-pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika subjek menghadapi situasi yang menekan subjek berusaha untuk sadar akan tanggung jawab diri sendiri dalam menghadapi problem dan mencoba untuk menerima supaya problem yang dihadapi menjadi lebih baik.

## **Subjek 2**

Subjek menyatakan bahwa ia menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19, karena menurutnya menjadi penyintas hanyalah orang-orang tertentu jadi tidak semua orang bisa merasakan sebagai penyintas. Saat pertama kali subjek sempat kepikiran dan merasa khawatir menjadi penyintas Covid-19 tapi dengan seiring berjalannya waktu banyak support yang subjek dapatkan dari orang-orang sekitar membuat subjek lebih bisa menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19 dan menjadikan apa yang telah terjadi sebagai sebuah pengalaman. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Mungkin pertamanya kayak kepikiran gitu ya, tapi setelah kesini-sini setelah mendapatkan support dari temen-temen itu kaya, ya udah ngga usah terlalu mikirin apa kata orang”*  
(Arf./lamp10/C03)

---

<sup>122</sup> Wawancara dengan MLF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022



*“Masalah yang kemarin bisa dijadiin buat pembelajaran terus kaya bagaimana kita bersikap kepada orang-orang yang ngga suka sama kita tapi kita harus tetep ramah itu hal yang sangat sulit gitu, dan itu harus belajar terus karena memang kita berdampingan dengan orang-orang seperti itu gitu, dan ini kemungkinan akan berlanjut sampai covid ini selesai” (Arf./lamp10/D1)<sup>123</sup>*

Dari pernyataan-pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika subjek menghadapi situasi yang menekan subjek berusaha untuk sadar akan tanggung jawab diri sendiri dalam menghadapi problem dan mencoba untuk menerima supaya problem yang dihadapi menjadi lebih baik.

### **Subjek 3**

Subjek menyatakan bahwa ia menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19, meskipun diawal subjek sempat menolak dirinya tapi dengan seiring berjalannya waktu subjek bisa menerima diri sebagai penyintas Covid-19. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“...ya nerima aja” (Zf./lamp11/A7).<sup>124</sup>*

Dari pernyataan-pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika subjek menghadapi situasi yang menekan subjek berusaha untuk sadar akan tanggung jawab diri sendiri dalam menghadapi problem dan mencoba untuk menerima supaya problem yang dihadapi menjadi lebih baik.

### **Subjek 5**

Subjek menyatatakan bahwa apa yang terjadi merupakan suatu musibah dengan begitu subjek berusaha untuk menguatkan diri agar bisa melalui segala permasalahan. Meskipun subjek sempat merasa malu, dan sempat menolak dirinya sebagai penyintas Covid-19 karena subjek

---

<sup>123</sup> Wawancara dengan ARF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07 Maret 2022

<sup>124</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022

berfikir bahwa ia tidak akan bisa melalui semua yang terjadi, tetapi dengan adanya suport dari keluarga dan orang sekitar membuat subjek bisa menerima dirinya. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Kalau waktu **pertama sih iya, malu banget** waktu pas kena covid, tapi kalau sekarang ya udah engga pertama sih aku belum bisa nerima kalau aku itu covid, sekarang-sekarang waktu aku isoman ya **udahlah nggapapa jalanin aja, bismillah gitu**”* (Nnr./lamp13/C6)<sup>125</sup>

*“Kalau aku sih lebih ke karena ya, **karena temen-temen aku terus keluarga aku, disekeliling aku juga mendukung**”* (Nnr./lamp13/D2)

Dari pernyataan-pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika subjek menghadapi situasi yang menekan subjek berusaha untuk sadar akan tanggung jawab diri sendiri dalam menghadapi problem dan mencoba untuk menerima supaya problem yang dihadapi menjadi lebih baik.

### **Subjek 7**

Subjek menyatakan bahwa awalnya ia menolak diri sebagai penyintas Covid-19 tapi dengan seiring berjalannya waktu subjek belajar mengenai penerimaan, sehingga subjek bisa menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19 karena menurutnya tidak semua yang terjadi didunia ini sesuai dengan apa yang diharapkan, terkadang menerima bisa membuat kita menjadi lebih baik. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Awalnya menolak, lama-lama menerima karena ya itu dari covid itu aku juga belajar penerimaan, hidup itu ngga selamanya sesuai dengan apa yang kita inginkan kita ngga bisa takabbur “aku sehat, aku ngga mungkin kena covid, alah covid apa sih” lalu pas kena ya juga shock, karena sekecil apapun bentuk sakitnya, bentuk lukanya, luka tetap luka yang sakit tapi mau bagaimanapun babak belurnya kita sakitnya kita hidup itu akan terus berjalan, bumi itu*

---

<sup>125</sup> Wawancara dengan NNR selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 16 Maret 2022

*akan terus berputar ngga akan berhenti cuman nunggu kita buat pulih” (Ab./lamp15/C2)<sup>126</sup>*

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika subjek menghadapi situasi yang menekan subjek berusaha untuk sadar akan tanggung jawab diri sendiri dalam menghadapi problem dan mencoba untuk menerima supaya problem yang dihadapi menjadi lebih baik.

**e. Melarikan diri atau menghindar**

Suatu cara dimana individu berusaha untuk mengatasi situasi yang menekan dengan cara menghindari situasi tersebut atau mengalihkan dengan hal-hal lain seperti makan, minum, merokok atau menggunakan obat-obatan.<sup>127</sup> Berdasarkan hasil wawancara peneliti menemukan data-data terkait aspek *coping* yang berfokus pada emosi. Untuk melihat mekanismen coping yang digunakan pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang bagaimana subjek bersikap ketika menghadapi tekanan selama menjadi penyintas Covid-19.

**Subjek 1**

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek menyatakan bahwa ketika menghadapi suatu problem hal yang subjek lakukan yaitu dengan menormalisasikan diri dan berusaha mengalihkan dengan mencari hiburan. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Pandangan normalisasi, terus kita mencari hiburan”  
(Mlf./lamp9/D5)<sup>128</sup>*

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika subjek menghadapi situasi yang menekan subjek berusaha untuk mengatasinya

---

<sup>126</sup> Wawancara dengan AB selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 24 Maret 2022

<sup>127</sup> Mafazi, “Pengaruh Strategi Coping Dan Harga Diri Terhadap Pengungkapan Diri Remaja Di Jejaring Sosial Online.”

<sup>128</sup> Wawancara dengan MLF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022

dengan cara menghindari situasi tersebut atau mengalihkan dengan hal-hal lain.

### Subjek 3

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek menyatakan bahwa dirinya sempat malu dan minder ketika harus bertemu dengan orang lain, dengan begitu memutuskan untuk tidak berinteraksi dengan orang lain. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Kayak malu, kayak ya minder sih iya sih. Ya males aja gitu ditanyain lah, rasanya gimanalah, terus kaya ya banyak yang masih ngejauh dari aku itu masih banyak, sampe ya males aja main-main”* (Zf./lamp11/B5)<sup>129</sup>

Dari pernyataan-pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika subjek menghadapi situasi yang menekan subjek berusaha untuk mengatasinya dengan cara menghindari situasi tersebut atau mengalihkan dengan hal-hal lain.

### Subjek 5

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek menyatakan bahwa ia merasa takut jika dirinya membawa virus bagi orang lain, subjek merasa trauma karena ayahnya meninggal karena Covid-19 dengan begitu subjek memilih untuk tidak bersosialisasi dengan orang lain. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Karena aku takut pembawa virus jadi kaya ketemu orang pun aku takut, ya itu sih aku trauma bener-bener aku trauma kaya takutnya aku yang bawa virus apalagikan sampe ayahku meninggal kan, makanya aku takut banget buat ketemu orang”* (Nnr./lamp13/B5)<sup>130</sup>

### Subjek 6

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek menyatakan bahwa usaha yang ia lakukan ketika menghadapi problem subjek lebih memilih

<sup>129</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022

<sup>130</sup> Wawancara dengan NNR selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 16 Maret 2022

untuk tidak bersosialisasi dengan orang sekitar, tetapi sebagai makhluk sosial tentunya tidak selamanya kita bisa melakukan semua hal sendiri tentunya kita masih butuh orang sekitar untuk ikut andil dalam penyelesaian masalah yang kita hadapi agar bisa menjadi lebih baik. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Upayanya pernah sih diem dirumah ngga bersosialisasi itu pernah cuman ternyata ya itu kita butuh orang lain”*  
(Hjt./lamp14/D2)<sup>131</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa ketika subjek menghadapi situasi yang menekan subjek berusaha untuk mengatasinya dengan cara menghindari situasi tersebut atau mengalihkan dengan hal-hal lain.

### C. Gambaran Konsep Diri Penyintas Covid-19

Konsep diri merupakan citra diri terkait aspek fisik maupun psikis yang berpengaruh pada tingkah laku seseorang dalam menyesuaikan diri dengan orang lain.<sup>132</sup> Burn mendefinisikan konsep diri secara keseluruhan, dimana hal tersebut mencakup tentang opini akan dirinya sendiri, opini mengenai pandangan orang lain terhadap dirinya dan opini terkait sesuatu yang dia dapat. Semua aspek pengalaman, pikiran, emosi, persepsi, dan perilaku seseorang mempengaruhi konsep diri individu.<sup>133</sup> Sehingga individu perlu memiliki konsep diri yang baik terlebih lagi bagi mereka yang menjadi penyintas Covid-19.

Dalam konsep diri terdapat komponen-komponen konsep diri yaitu Gambaran Diri (*body image*), Ideal Diri (*self ideal*), Harga Diri (*self esteem*), Peran Diri (*self role*), Identitas Diri (*self identity*).

---

<sup>131</sup> Wawancara dengan HJT selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 22 Maret 2022

<sup>132</sup> Andriani and Ni'matuzahroh, “KONSEP DIRI DENGAN KONFROMITAS PADA KOMUNITAS HIJABERS.”

<sup>133</sup> Sitepu and Mawaddah Nasution, “Pengaruh Konsep Diri Terhadap Coping Stress Pada Mahasiswa FAI UMSU.”

Pada bagian ini peneliti akan menjabarkan temuan peneliti terkait komponen-komponen dalam konsep diri sebagai berikut:

### **Subjek 1 (MLF)**

#### **1) Gambaran Diri (*body image*) Penyintas Covid-19**

*Body image* merupakan suatu sikap seseorang terhadap tubuhnya, baik itu secara sadar maupun tidak sadar seperti halnya, penampilan, fungsi tubuh, potensi, persepsi dan perasaan terkait ukuran dan bentuk tubuh.<sup>134</sup> Cara pandang individu terhadap diri berpengaruh kepada aspek psikologis, individu yang mampu menyukai dan menerima dirinya akan memberikan rasa aman dan nyaman, menghindari kecemasan dan dapat meningkatkan harga diri.

Untuk melihat gambaran diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang pandangan dan solusi dalam menyikapi perubahan secara fisik, perubahan kesehatannya dan perubahan psikis. Secara umum berdasarkan pengakuan dari subjek, bahwa subjek merasakan adanya perubahan pada dirinya baik perubahan secara fisik, maupun perubahan secara kesehatan dan psikis. Beberapa pengakuan dari subjek yang terekam dalam beberapa ungkapan sebagai berikut:

*“Kalau pertama aku belum ngerasain, belum batuk, belum pileg dll... Tapi setelah aku dinyatakan positif COVID-19 aku baru ngerasain itu, kaya tiba-tiba, ih kok aku makan ngga ada rasannya ya. Jadi memang setelah ada surat aku dinyatakan covid baru aku kaya ngerasa. Dan bau juga kaya samar-samar.”* (Mlf./lamp9/A3)

*“Nafsu makanku juga terganggu, jadi makan itu sudah ngga ngerasain apa-apa... berat badanku turun kurang lebih 3kg dalam sekian waktu.”* (Mlf./lamp9/A9)

Dari pernyataan tersebut peneliti melihat bahwa ada perubahan kesehatan pada diri subjek yaitu hilangnya indera perasa dan indera penciuman, selain itu subjek juga mengalami penurunan berat badan sehingga berpengaruh pada perubahan fisiknya.

---

<sup>134</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

Kemudian solusi yang harus dilakukan oleh individu dalam menyikapi perubahan yang dialami yaitu dengan menerima, karena seperti yang sudah dijelaskan bahwa individu yang mampu menyukai dan menerima dirinya akan memberikan rasa aman dan nyaman, menghindari kecemasan dan dapat meningkatkan harga diri. Seperti yang diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, MLF menyatakan bahwa:

*“Kalau aku sendiri menerima, karena mempertimbangkan dari awal aku kayaknya positif, oke ngapapa positif yang penting aku bisa tetap kuat dalam arti tetap vit, tubuhku tetap vit. Dan dengan vit nanti aku bisa lebih mudah gitu. Jadi udah ngapapa, menerima, dan ternyata beneran tuh positif, yang udah tetap terima”* (Mlf./lamp9/C2)<sup>135</sup>

## 2) Ideal Diri (*self ideal*) Penyintas Covid-19

*Self ideal* merupakan suatu pandangan individu terkait perilakunya, yang disesuaikan dengan standar pribadi, yang berkaitan dengan cita-cita, harapan, keinginan, tipe orang yang diidam-idamkan dan nilai yang ingin dicapai.<sup>136</sup> Setiap individu pastinya mempunyai harapan dan keinginan yang ingin dicapai, para penyintas pun mempunyai harapan dan keinginan yang ingin dicapai. Untuk melihat ideal diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang harapan untuk kondisi fisik selanjutnya, harapan untuk perkembangan pada psikisnya, harapan untuk kehidupan sosialisasinya, impian-impian yang telah dicapai, belum dicapai dan yang ingin dicapai oleh subjek selama menjadi penyintas Covid-19. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, MLF menyatakan bahwa:

*“Aku harap, orang disekeliling penyintas itu lebih peka, karena memang butuh banget yang namanya penyintas itu didukung”* (Mlf./lamp9/C002)

*“Harapan kondisi fisik rajin olah raga, soalnya aku tuh ngerasa aku olah raganya jarang-jarang”* (Mlf./lamp9/C003)

<sup>135</sup> Wawancara dengan MLF selaku Penyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022

<sup>136</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

*“Untuk perkembangan psikis aku harap, semoga bisa lebih menerima, dalam arti ya menerima kondisi sebagai penyintas, terus bukan hanya menerima buat diri sendiri tapi juga memberikan pengalaman bagi penyintas yang lain, supaya mereka bisa lebih semangat” (Mlf./lamp9/C004)*

*“Aku berharap banget semoga masyarakat itu bisa memahami kesehatan fisik dan psikis, sejauh ini kan hanya kesehatan fisikkan, dan ternyata kesehatan psikis juga sangat penting, harus lebih penting... Satu kata yang menyakitkan aja bisa ngebuat kita drop” (Mlf./lamp9/C005).<sup>137</sup>*

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa harapan subjek untuk kondisi fisiknya subjek harap bisa lebih rajin berolahraga, lalu harapan subjek untuk perkembangan psikisnya subjek berharap lebih bisa menerima dirinya sebagai penyintas, dan harapan subjek untuk kehidupan sosialisasinya subjek berharap masyarakat sekitar bisa lebih memahami terkait kesehatan baik itu secara fisik maupun secara mental dan subjek berharap orang-orang disekeliling penyintas bisa lebih peka lagi.

### **3) Harga Diri (*self esteem*) Penyintas Covid-19**

*Self esteem* merupakan suatu penilaian seseorang terhadap hasil yang telah dicapai dengan cara menganalisis seberapa jauh perilaku seseorang sesuai dengan ideal diri.<sup>138</sup> Untuk melihat harga diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang kelebihan dan kelemahan yang dimiliki menurut subjek, pandangan subjek terhadap kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya, dan penghargaan dari orang lain.

Menjadi penyintas tentu terdapat kelemahan serta kelebihan seperti yang diungkapkan subjek kelemahan menjadi penyintas secara fisik gampang sekali drop, akan tetapi dibalik itu tentunya ada kelebihan yang subjek miliki yaitu subjek merasa bahwa dirinya setelah menjadi penyintas lebih sensitif dan peka terhadap hal-hal apa saja yang harus ia lakukan jika

---

<sup>137</sup> Wawancara dengan MLF selaku Penyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022

<sup>138</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.



bertemu dengan sesama penyintas. Hal ini terekam dalam ungkapan subjek (MLF) sebagai berikut:

*“Selama menjadi penyintas kelemahan pasti dari fisik ya, segi fisik itu kita kaya mungkin drop gitu... kelebihannya kita itu jadi lebih sensitif, oh ternyata orang penyintas ini baiknya diseperti inikan, ternyata orang penyintas itu baiknya didukung, terus ngga harus di judge, terus harus diperhatikan. Terus kita kaya lebih peka, oh suatu saat ketemu penyintas lain kita itu bisa menerapkan hal itu, jangan sampai seorang penyintas itu merasa kesepian kaya yang aku rasakan dan itu berlaku untuk semua penyintas ngga harus penyintas covid aja”* (Mlf./lamp9/C3)

Kemudian menanggapi kelebihan dan kelemahan yang subjek miliki menurutnya hal tersebut wajar terjadi, subjek merasa dengan adanya peristiwa yang ia alami bisa membuat dirinya lebih terbuka, lebih bersyukur atas segala yang terjadi karena dengan begitu membuat subjek lebih bisa berpandangan positif serta dapat menerima apa yang terjadi pada dirinya. Hal ini disampaikan oleh subjek (MLF) dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Sebenarnya wajar sih karena memang dalam situasi yang covid dan dia itu mengalami hal bener-bener jadi positif covid itu ngebuat kita terbuka kaya oh, ternyata kaya gini, jadi itu sangat malah justru aku bersyukur sih oh ternyata aku pernah covid, dinyatakan secara medis, dan dengan situasi yang aku alami itu ngebuat aku bisa mencoba untuk berpandangan lebih positif gitu. Dan menerima oh dia penyintas, oh ya nggapapa, emang kenapa kalau penyintas covid gitu”* (Mlf./lamp9/ C4).<sup>139</sup>

#### 4) Peran Diri (*self role*) Penyintas Covid-19

*Self role* merupakan pola perilaku, sikap, nilai dan aspirasi yang diharapkan seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat.<sup>140</sup> Peran dibutuhkan seseorang untuk mengatualisasikan diri, posisi seseorang dimasyarakat akan menjadi stressor terhadap peran dan stress timbul karena adanya peran struktur social yang menimbulkan kesukaran atau tuntutan

<sup>139</sup> Wawancara dengan MLF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022

<sup>140</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

posisi yang tidak memungkinkan. Menjadi penyintas Covid-19 merupakan hal yang tidak pernah subjek alami sebelumnya tentunya akan banyak sekali hambatan yang subjek temui saat berinteraksi dengan orang lain, seperti halnya dikucilkan, hal ini tergambar dari pendapat subjek mengenai hambatan yang ia temui saat berinteraksi dengan orang lain, subjek menyebutkan bahwa:

*“Dari lingkungan masih agak menjauh sih, ketika ketemu sama tetangga kita ngga bisa kaya salaman dan segala macam, palingga ketemu menyapa atau apalah, tapi itu benar engga sama sekali, jadi mereka masih menjaga jarak. Aku ketika ada orang aku selalu menghindar, karena aku masih ngerasa aku belum siap gitu sih”* (Mlf./lamp9/B1)

*“Aku ngerasa mendapatkan deskriminasi dari teman dekatku, aku merasa dideskriminasi karena pada saat itu kan covid lagi melunjak apa lagi habis lebaran mereka sama sekali ngga tanya... Terus yang kedua itu tetangga jadi bener-bener langsung sepi, aku ngerasa kaya hidup didesa mati, sepi banget. siang-siang aku bukap pintu, pintunya tetanggaku yang biasanya di bukap, anak-anak kecil pada lari-larian. Tapi saat itu malah bener-bener pintu jedela pada ketutup, sepi, ngga ada orang lewat. Itu memang menurutku bentuk diskriminasi sih”* (Mlf./lamp9/B6)

*“Kehadiran penyintas itu sebenarnya tidak dihargai oleh mereka. Jadi memang merasa ngga di harapkan”* (Mlf./lamp9/C7)

Peran subjek dimasyarakat sebagai penyintas belum sepenuhnya diharapkan, masyarakat sekitar masih menjauh, subjek merasa dikucilkan oleh masyarakat sekitar dan beberapa teman sebayanya, subjek merasa bahwa ia belum siap berinteraksi dengan masyarakat sekitar, menurutnya kehadiran penyintas sebenarnya tidak diharapkan oleh masyarakat sekitar.

Meskipun didalam masyarakat subjek belum sepenuhnya di harapkan akan tetapi peran subjek dalam keluarga sangat diharapkan dengan adanya musibah yang subjek alami menjadikan hubungannya dengan keluarga semakin baik, baik keluarga inti (ayah, ibu, kakak/adik) maupun keluarga non inti (paman, bibi, keponakan dll) mereka saling menguatkan, saling

menyemangati dan saling mendukung satu sama lain. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

***“Kalau hubungan dengan keluarga sendiri baik, jadi tambah merasa bahwa kita satu sama lain harus saling menguatkan dan menjaga, Dan jadi tambah dekat juga sama keluarga. Sama paman bibi dan sorada yang lainnya pun begitu saling menguatkan, dan menyemangati juga walaupun hanya via telepon”*** (Mlf./lamp9/B2)

Kemudian menyikapai perlakuan masyarakat terhadap subjek, menurut subjek seharusnya sikap masyarakat terhadap penyintas hendaknya mereka menerima, menyemangati, tidak mengolok-olok dan tidak menyucilkan penyintas. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

***“Menurut saya orang lain itu hendaknya bersikap lebih menerima kondisi saya sebagai penyintas, terus bersikap jujur, didepan saya dia bersikap seperti apa, selaku menghadapi saya sebagai penyintas, dibelakang saya hendaknya seperti apa kaya gitu, terus bisa menyemangati tidak mengolok-olok tidak mengucilkan gitu sih”*** (Mlf./lamp9/C04).<sup>141</sup>

##### 5) Identitas Diri (*self identity*) Penyintas Covid-19

*Self identity* merupakan suatu kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari pengamatan dan penilaian, sebagai paduan semua aspek konsep diri yang menjadikan satu kesatuan utuh.<sup>142</sup> Individu yang menghargai dirinya maka ia dapat mengatur dan menerima dirinya. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

***“Aku menyukai diri ku sendiri sebelum dan sesudah menjadi penyintas, soalnya jadi penyintas aku bisa merasakan orang yang sedang dalam kondisi tidak baik-baik saja itu perlu kita dukung, perlu kita tanya gimana gitu, pokoknya kaya apa ya, pelu orang sekitar kita itu peka, nah mungkin kalau semisal aku ngga jadi penyintas, aku ngga punya kepekaan seperti itu, nah bisa jadi aku punya kepekaan, aku punya pandangan kaya gitu tuh setelah aku menjadi penyintas. Jadi***

<sup>141</sup> Wawancara dengan MLF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022

<sup>142</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

*ya itu pandangan positif sih menurut aku. Jadi I love my self”*  
(Mlf./lamp9/C001).<sup>143</sup>

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa subjek mampu menghargai dirinya sebagai penyintas Covid-19, dengan adanya penghargaan dalam diri subjek maka ia akan mampu menerima dirinya.

## **Subjek 2 (ARF)**

### **1) Gambaran Diri (*body image*) Penyintas Covid-19**

*Body image* merupakan suatu sikap seseorang terhadap tubuhnya, baik itu secara sadar maupun tidak sadar seperti halnya, penampilan, fungsi tubuh, potensi, persepsi dan perasaan terkait ukuran dan bentuk tubuh.<sup>144</sup> Cara pandang individu terhadap diri berpengaruh kepada aspek psikologis, individu yang mampu menyukai dan menerima dirinya akan memberikan rasa aman dan nyaman, menghindari kecemasan dan dapat meningkatkan harga diri.

Untuk melihat gambaran diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang pandangan dan solusi dalam menyikapi perubahan secara fisik, perubahan kesehatannya dan perubahan psikis. Secara umum berdasarkan pengakuan dari subjek, bahwa subjek merasakan adanya perubahan pada dirinya baik perubahan secara fisik, maupun perubahan secara kesehatan dan psikis. Beberapa pengakuan dari subjek yang terekam dalam beberapa ungkapan sebagai berikut:

*“Lemes, pucet, terus kaya gimana sih kantong matanya itu, terus mata panda juga gitu, kalau secara fisik sih memang ngga terlalu signifikan keliatannya, paling cuman keliatan lemes sama pucet kaya gitu.”* (Arf./lamp10/A4)

*“Aku sendiri itu ngerasa pernafasan itu engga ini ya agak sesek kaya gitu tapi ngga yang sesek banget, terus penciuman hilang, indra perasa pun hilang, jadi itu yang bikin overthingking ya, kalau malem kaya gitu, kaya ngerasa ya ampun aku besok masih hidup ngga ya*

<sup>143</sup> Wawancara dengan MLF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022

<sup>144</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

*dengan kondisi yang saat ini kaya gini kan otomatis down banget”* (Arf./lamp10/A5)

*“Penyakit bawaan itu asam lambung, sempet turun berat badan juga, 2-5 kilograman lah”* (Arf./lamp10/A6)

*“Perasaan gimana ya.. ya bingung, cemas, rasa takut”* (R.A7)

*“Malem itu waktu pas lagi suhu badan itu tinggi itu sampe kaya mau greges kaya gitu ngegigil kaya gitu, sampe mau ngegigil itu kaya bener-bener merem aja itu takut loh”* (Arf./lamp10/A8)

Dari pernyataan tersebut peneliti melihat bahwa ada perubahan kesehatan pada diri subjek yaitu hilangnya idera penciuman, hilangnya indera perasa, adanya gangguan pernafasan, suhu badan tinggi, dan menggigil, lalu perubahan secara fisik yang subjek alami yaitu menurunnya berat badan, lemas, pucat, kantong mata menghitam, dan perubahan secara psikis yang subjek alami yaitu bingung, cemas, dan takut.

Kemudian solusi yang harus dilakukan oleh individu dalam menyikapi perubahan yang dialami yaitu dengan menerima, karena seperti yang sudah dijelaskan bahwa individu yang mampu menyukai dan menerima dirinya akan memberikan rasa aman dan nyaman, menghindari kecemasan dan dapat meningkatkan harga diri. Seperti yang diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, ARF menyatakan bahwa:

*“Pandanganku terkait hal tersebut adalah wajar. Karena menurutku setiap kejadian dan situasi bakal ada perubahan meskipun ngga terlalu banyak atau signifikan. Solusinya cukup menerima semua perubahan maka dapat beradaptasi dan berjalan sebagaimana mestinya”* (Arf./lamp10/C8)<sup>145</sup>

## 2) Ideal Diri (*self ideal*) Penyintas Covid-19

*Self ideal* merupakan suatu pandangan individu terkait perilakunya, yang disesuaikan dengan standar pribadi, yang berkaitan dengan cita-cita, harapan, keinginan, tipe orang yang diidam-idamkan dan nilai yang ingin

---

<sup>145</sup> Wawancara dengan ARF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07 Maret 2022

dicapai.<sup>146</sup> Setiap individu pastinya mempunyai harapan dan keinginan yang ingin dicapai, para penyintas pun mempunyai harapan dan keinginan yang ingin dicapai. Untuk melihat ideal diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang harapan untuk kondisi fisik selanjutnya, harapan untuk perkembangan pada psikisnya, harapan untuk kehidupan sosialisasinya, impian-impian yang telah dicapai, belum dicapai dan yang ingin dicapai oleh subjek selama menjadi penyintas Covid-19. Beberapa pengakuan dari subjek yang terekam dalam beberapa ungkapan sebagai berikut:

*“Harapannya pasti, harus bisa lebih jaga kesehatan, entah itu fisik maupun psikis kaya gitu, karena kesehatan itu yang paling berpengaruh itu dari psikis kalau psikis kita sehat fisik kita juga sehat gitu”* (Arf./lamp10/C002)

*“Kondisi fisik harapannya, ya jangan sakit-sakitan lagi kaya gitu, terus lebih jaga kesehatan, terus lebih jaga makanan ngontrol makanan terus banyakin olah raga”* (Arf./lamp10/C003)

*“Harapan harus lebih kuat, dari yang sekarang... mentalku makin kuat gitu, terus makin bisa memilah mana yang baik mana yang buruk, mana yang harus diterima dan yang ditolak”* (Arf./lamp10/C004)

*“Harapan bersosialisasi itu harapannya... makin luas lagi terus pertemanan pun makin meluas terus pengalaman pun makin meluas. Jadi semakin kita punya banyak temen sosialisasi kita akan lebihfv z luas kaya gitu”* (Arf./lamp10/C005).<sup>147</sup>

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa harapan subjek terhadap dirinya sebagai penyintas yaitu bisa lebih menjaga kesehatan baik secara fisik maupun psikis, harapan untuk kondisi fisiknya subjek berharap bisa lebih menjaga kesehatan, menjaga pola makan, dan tidak sakit-sakitan lagi, lalu harapan subjek untuk kondisi psikisnya subjek berharap bisa lebih kuat lagi secara mental, dan harapan subjek untuk kehidupan sosialisasinya subjek berharap bisa makin luas lagi dalam bersosialisasi.

<sup>146</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

<sup>147</sup> Wawancara dengan ARF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07 Maret 2022

### 3) Harga Diri (*self esteem*) Penyintas Covid-19

*Self esteem* merupakan suatu penilaian seseorang terhadap hasil yang telah dicapai dengan cara menganalisis seberapa jauh perilaku seseorang sesuai dengan ideal diri.<sup>148</sup> Untuk melihat harga diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang kelebihan dan kelemahan yang dimiliki menurut subjek, pandangan subjek terhadap kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya, dan penghargaan dari orang lain.

Menjadi penyintas tentu terdapat kelemahan serta kelebihan seperti yang diungkapkan subjek kelebihan menjadi penyintas yaitu subjek bisa lebih menerima diri dalam kondisi apapun, dan lebih mencintai diri sendiri, sedangkan kelemahan menjadi penyintas menurut subjek yaitu terlalu mendengarkan apa kata orang lain terkait penyintas Covid-19 karena menurut subjek bahwa masih banyak orang memandang sebelah mata para penyintas. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, ARF menyatakan bahwa:

*“Kelebihan dan kelemahan kayak ngalir gitu ya **kelebihan yang aku rasain sekarang itu kaya lebih bisa menerima diri dengan kondisi apapun kaya gitu. Kayak mungkin ngga banyak dari orang lain itu merasa penyintas, jadi seorang penyintas itu sebuah aib kaya gitu, jadi kayak lebih ini itu bukan aib... lebih self love kaya gitu. Terus kalau buat kelemahan sendiri itu memang kadang itu, dengerin apa kata orang gitu, itu yang menjadi kelemahan. Kerena memang penyintas ini banyak ya, banyak yang memandang sebelah mata itu mungkin menjadi sebuah kelemahan”** (Arf./lamp10/C3)*

Kemudian menanggapi kelebihan dan kelemahan yang subjek miliki menurutnya hal tersebut wajar terjadi karena setiap orang pastinya memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing, dan kekurangan yang seseorang miliki akan tertutup dengan kelebihan yang dimiliki. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, ARF menyatakan bahwa:

---

<sup>148</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

*“Kelebihan dan kelemahan seseorang pasti berbeda-beda, kaya aku sendiri mandang hal tersebut menjadi suatu hal yang wajar setiap orang pasti punya kelebihan dan kekurangan, dan kekurangan seseorang itu bakal ketutupi sama kelebihan ” (Arf./lamp10/C4).<sup>149</sup>*

#### 4) Peran Diri (*self role*) Penyintas Covid-19

*Self role* merupakan pola perilaku, sikap, nilai dan aspirasi yang diharapkan seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat.<sup>150</sup> Peran dibutuhkan seseorang untuk mengatualisasikan diri, posisi seseorang di masyarakat akan menjadi stressor terhadap peran dan stress timbul karena adanya peran struktur social yang menimbulkan kesukaran atau tuntutan posisi yang tidak memungkinkan. Menjadi penyintas Covid-19 merupakan hal yang tidak pernah subjek alami sebelumnya tentunya akan banyak sekali hambatan yang subjek temui saat berinteraksi dengan orang lain, seperti halnya dikucilkan, hal ini tergambar dari pendapat subjek mengenai hambatan yang ia temui saat berinteraksi dengan orang lain, subjek menyebutkan bahwa:

*“Hambatan interaksi itu masih ada terutama tetangga ya, jadi untuk interaksi ini tetangga itu meskipun udah dinyatakan negatif, itu kayak tetangga itu masih menghindar, menjauh kayak mengucilkan kaya gitu, juga ngga mau interaksi langsung ” (Arf./lamp10/B1)*

*“dari lingkungan rumah itu diskriminasi yang kaya menjauh kaya gitu, bahkan dalam waktu yang cukup lama, sebulan itukan lumayan ya, terus ngga mau ngobrol secara langsung, terus kaya mandang keluargaku tuh sebelah mata... Jadi kaya diskriminasi tetangga itu sampe bener-bener ngefek banget, sampe down juga, kepikiran, kan setelah dinyatakan negatif itu sempet down lagi ” (Arf./lamp10/B6)*

Peran subjek didalam masyarakat sebagai penyintas Covid-19 masih belum diharapkan oleh masyarakat sekitar, masyarakat sekitar masih menjauh dan tidak mau berinteraksi, selain itu subjek di pandangan sebelah

---

<sup>149</sup> Wawancara dengan ARF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07 Maret 2022

<sup>150</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.



mata oleh masyarakat, hal itu berlangsung kurang lebih selama satu bulan dan membuat subjek kembali down karena memikirkan hal tersebut.

Meskipun dari masyarakat masih belum bisa menerima peran subjek sebagai penyintas tapi pihak keluarga dan teman subjek selalu mensupport subjek untuk bisa kembali bangkit. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, ARF menyatakan bahwa:

***“Dukungan pasti ada, kaya keluarga sendiri kaya ngasih support kalau dilihat dari segi diskriminasi tadi kaya “udah nggapapa, mereka belum ngalamin, makanya mereka kaya gitu” kaya lebih nguatinlah saling menguatkan satu sama lain kaya gitu, terus kalau misalkan dukungan dari temen-temen juga ya dukungan kayak ya “kamu bisa loh, kamu bisa ngelewatin ini, terus udah ngga usah dengerin hal-hal yang aneh-aneh” kaya gitu”*** (Arf./lamp10/B7).

Kemudian menyikapai perlakuan masyarakat terhadap subjek, menurut subjek seharusnya sikap masyarakat terhadap penyintas hendaknya mereka menghormati, dan menghargai kehadiran penyintas jangan malah dijauhi ataupun dikucilkan. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

***“Harusnya mereka menghormati dan menghargai, jangan malah meninggalkan, jangan karena kita kena covid mereka jadi menjauh, ya walaupun perlu sih menjaga jarak agar tidak tertular tapi menjaga jarak dengan menjauh itu berbeda”*** (Arf./lamp10/C04)<sup>151</sup>

##### **5) Identitas Diri (*self identity*) Penyintas Covid-19**

*Self identity* merupakan suatu kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari pengamatan dan penilaian, sebagai paduan semua aspek konsep diri yang menjadikan satu kesatuan utuh.<sup>152</sup> Individu yang menghargai dirinya maka ia dapat mengatur dan menerima dirinya. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

***“...dengan mengalami hal seperti itu banyak perubahan dari mengontrol emosi cara kita menghargai diri kita sendiri terus jujur sekarang itu lebih apa ya, lebih cinta sih lebih self love gitu, soalnya kan ngga semua orang itu kaya bisa menerima kekurangan dari diri***

<sup>151</sup> Wawancara dengan ARF selaku Penyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07 Maret 2022

<sup>152</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

*sendiri dengan adanya yang kemarin itu kaya pelan-pelan aku pribadi itu belajar kekurangan itu bukan suatu hal yang harus ditakuti ataupun ditutupi justru dari kekurangan itu kita bisa belajar apa yang harus kita perbaiki” (Arf./lamp10/C001)<sup>153</sup>*

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa subjek mampu menghargai dirinya sebagai penyintas Covid-19, dengan adanya penghargaan dalam diri subjek maka ia akan mampu menerima dirinya.

### **Subjek 3 (ZF)**

#### **1) Gambaran Diri (*body image*) Penyintas Covid-19**

*Body image* merupakan suatu sikap seseorang terhadap tubuhnya, baik itu secara sadar maupun tidak sadar seperti halnya, penampilan, fungsi tubuh, potensi, persepsi dan perasaan terkait ukuran dan bentuk tubuh.<sup>154</sup> Cara pandang individu terhadap diri berpengaruh kepada aspek psikologis, individu yang mampu menyukai dan menerima dirinya akan memberikan rasa aman dan nyaman, menghindari kecemasan dan dapat meningkatkan harga diri.

Untuk melihat gambaran diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang pandangan dan solusi dalam menyikapi perubahan secara fisik, perubahan kesehatannya dan perubahan psikis. Secara umum berdasarkan pengakuan dari subjek, bahwa subjek merasakan adanya perubahan pada dirinya baik perubahan secara fisik, maupun perubahan secara kesehatan dan psikis. Beberapa pengakuan dari subjek yang terekam dalam beberapa ungkapan sebagai berikut:

*“Pas awal itu panas, dingin terus kaya sering banget batuk, batuknya itu hampir 10 harian, terus pas aku pulang karantina pun penciuman udah ngga ada” (Zf./lamp11/A3)*

*“Kondisi tubuh ngga vit banget” (Zf./lamp11/A4)*

---

<sup>153</sup> Wawancara dengan ARF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07 Maret 2022

<sup>154</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

Dari pernyataan tersebut peneliti melihat bahwa ada perubahan kesehatan pada diri subjek yaitu badan tidak vit, hilangnya indera penciuman, dan batuk.

Kemudian Pandangan dan solusi ZF dalam menyikapi perubahan fisik, perubahan kesehatan dan perubahan psikis yang dialami selama menjadi penyintas COVID-19 bahwa orang yang pernah terpapar virus Covid-19 secara fisik dan kesehatan lemah, sedangkan secara psikis mengalami kekhawatiran dengan begitu solusi yang dilakukan yaitu berolahraga agar fisiknya kembali kuat, mencari hiburan melalui media sosial untuk meredakan stress. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Pandangannya kan menyikapi perubahan fisik, karena orang yang mengalami Covid itu pastikan secara fisik lemah dari yang biasa berkegiatan sehari-hari akhirnya bad rest dirumah secara kesehatan, kemudian dari secara psikis pun pastikan khawatir akan diri sendiri bahkan sampe menganggap bahwa akan meninggal besok karena mengalami Covid, itu yang menjadi masalah psikologis. Jadi solusinya secara fisik kita harus kegiatan dengan yoga atau tracing sedikit demi sedikit untuk menggerakkan badan dan secara psikis bisa dengan mencari hiburan lewat media sosial agar tidak stress seperti liat video tiktok untuk merefresh stress” (Zf./lamp11/C8)<sup>155</sup>*

## 2) Ideal Diri (*self ideal*) Penyintas Covid-19

*Self ideal* merupakan suatu pandangan individu terkait perilakunya, yang disesuaikan dengan standar pribadi, yang berkaitan dengan cita-cita, harapan, keinginan, tipe orang yang diidam-idamkan dan nilai yang ingin dicapai.<sup>156</sup> Setiap individu pastinya mempunyai harapan dan keinginan yang ingin dicapai, para penyintas pun mempunyai harapan dan keinginan yang ingin dicapai. Untuk melihat ideal diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang harapan untuk kondisi fisik selanjutnya, harapan untuk perkembangan pada psikisnya, harapan untuk kehidupan sosialisasinya, impian-impian yang telah dicapai,

---

<sup>155</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022

<sup>156</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

belum dicapai dan yang ingin dicapai oleh subjek selama menjadi penyintas Covid-19. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, ZF menyatakan bahwa:

***“Jauh dari kata pusing”*** (Zf./lamp11/ C003)

***“Pola pikirnya lebih teratur, kaya lebih percaya diri untuk menjalani hidup”*** (Zf./lamp11/ C004)

***“Menjalani hidup sehat, lebih pola makan teratur, lebih menjauhi tentang covid, memakai masker... pake hand sanitizer”*** (Zf./lamp11/ D2).<sup>157</sup>

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa harapan subjek terhadap dirinya sebagai penyintas yaitu jauh dari kata pusing, dan bisa menjalani hidup sehat, lalu harapan untuk kondisi psikis sendiri subjek berharap bisa membentuk pola pikir yang lebih teratur dan lebih percaya diri lagi.

### **3) Harga Diri (*self esteem*) Penyintas Covid-19**

*Self esteem* merupakan suatu penilaian seseorang terhadap hasil yang telah dicapai dengan cara menganalisis seberapa jauh perilaku seseorang sesuai dengan ideal diri.<sup>158</sup> Untuk melihat harga diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang kelebihan dan kelemahan yang dimiliki menurut subjek, pandangan subjek terhadap kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya, dan penghargaan dari orang lain.

Menjadi penyintas tentu terdapat kelemahan serta kelebihan seperti yang diungkapkan subjek bahwa kelebihan selama menjadi penyintas ia merasa lebih terawat dan lebih rajin olahraga, sedangkan kelemahannya subjek merasa bahwa dirinya seringkali merasa drop dan overthingking. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, ZF menyatakan bahwa:

***“Kaya lebih terawat, olah raga itu sering banget olah raga, terus lebih disuruh makan ya nurut, minum obat ya nurut. Kalau kelemahan***

<sup>157</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022

<sup>158</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

*sendiri jadi sering banget kaya ngedrop, overthingking”*  
(Zf./lamp11/C4)

Kemudian menanggapi kelebihan dan kelemahan yang subjek miliki menurutnya adanya kelemahan dan kelebihan menjadikan dirinya lebih mencintai diri sendiri. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, ZF menyatakan bahwa:

*“Lebih ke self love”* (Zf./lamp11/C4).<sup>159</sup>

#### 4) Peran Diri (*self role*) Penyintas Covid-19

*Self role* merupakan pola perilaku, sikap, nilai dan aspirasi yang diharapkan seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat.<sup>160</sup> Peran dibutuhkan seseorang untuk mengactualisasikan diri, posisi seseorang di masyarakat akan menjadi stressor terhadap peran dan stress timbul karena adanya peran struktur social yang menimbulkan kesukaran atau tuntutan posisi yang tidak memungkinkan. Menjadi penyintas Covid-19 merupakan hal yang tidak pernah subjek alami sebelumnya tentunya akan banyak sekali hambatan yang subjek temui saat berinteraksi dengan orang lain, seperti halnya dikucilkan, hal ini tergambar dari pendapat subjek mengenai hambatan yang ia temui saat berinteraksi dengan orang lain, subjek menyebutkan bahwa:

*“Orang tua ya bukannya ngejauh malah mendekat... padahal dulu pas pertama malah dijauhi tas, semua koper di lempar-lemparin keluar. Tapi ya pas dikarantina ya aku dijenguk biasa, tapi ngga ketemu pun engga. Habis di karantina ya biasa”* (Zf./lamp11/ B1)

*“aku pulang terus sampe kasur dijemur di luar, lemari wah parah banget”* (Zf./lamp11/ B6)

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa ZF sempat mengalami diskriminasi pada saat ia dinyatakan positif covid-19 dan setelah ia sembuh

---

<sup>159</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022

<sup>160</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

dari covid-19, tetapi dari pihak keluarga masih banyak yang peduli terhadap ZF, peran ZF sebagai penyintas masih diharapkan oleh keluarga.<sup>161</sup>

Kemudian menyikapai perlakuan masyarakat terhadap subjek, menurut subjek seharusnya sikap masyarakat terhadap penyintas hendaknya mereka memberikan dukungan, motivasi dan memberikan emosi yang positif terhadap penyintas bukan malah menjudge. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Harusnya memberikan dukungan, memberikan motivasi jadi bukan malah menjudge mereka tapi justru memberikan emosi atau hal-hal yang positif kepada seorang penyintas, misal mengajak bergaul dengan masyarakat”* (Zf./lamp11/C04)<sup>162</sup>

#### 5) Identitas Diri (*self identity*) Penyintas Covid-19

*Self identity* merupakan suatu kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari pengamatan dan penilaian, sebagai paduan semua aspek konsep diri yang menjadikan satu kesatuan utuh.<sup>163</sup> Individu yang menghargai dirinya maka ia dapat mengatur dan menerima dirinya. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Kalau sebelum sih aku kaya bandel banget, kalau setelah menjadi itu jadi berubah pola makan, pola pikirnya juga. Ya harusnya menerima apa adanya sih”* (Zf./lamp11/C001)<sup>164</sup>

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa subjek mampu menghargai dirinya sebagai penyintas Covid-19, dengan adanya penghargaan dalam diri subjek maka ia akan mampu menerima dirinya.

### Subjek 4 (HSA)

#### 1) Gambaran Diri (*body image*) Penyintas Covid-19

<sup>161</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022

<sup>162</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022

<sup>163</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

<sup>164</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022

*Body image* merupakan suatu sikap seseorang terhadap tubuhnya, baik itu secara sadar maupun tidak sadar seperti halnya, penampilan, fungsi tubuh, potensi, persepsi dan perasaan terkait ukuran dan bentuk tubuh.<sup>165</sup> Cara pandang individu terhadap diri berpengaruh kepada aspek psikologis, individu yang mampu menyukai dan menerima dirinya akan memberikan rasa aman dan nyaman, menghindari kecemasan dan dapat meningkatkan harga diri.

Untuk melihat gambaran diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang pandangan dan solusi dalam menyikapi perubahan secara fisik, perubahan kesehatannya dan perubahan psikis.

Berbeda dengan subjek-subjek sebelumnya bahwa mereka mengalami gejala saat pertama kali dinyatakan positif Covid-19, tetapi HSA menyebutkan bahwa pada saat ia dinyatakan positif Covid-19, ia tidak merasakan gejala sama sekali, tetapi ia merasa sedikit panik ketika dinyatakan positif covid-19, Beberapa pengakuan dari subjek yang terekam dalam beberapa ungkapan sebagai berikut:

*“Kebetulan saya ngga punya gejala, tapi dinyatakan positif”*  
(Hsa./lamp12/A3)

*“Iya, terus panik juga”* (Hsa./lamp12/A5)<sup>166</sup>

## 2) Ideal Diri (*self ideal*) Penyintas Covid-19

*Self ideal* merupakan suatu pandangan individu terkait perilakunya, yang disesuaikan dengan standar pribadi, yang berkaitan dengan cita-cita, harapan, keinginan, tipe orang yang diidam-idamkan dan nilai yang ingin dicapai.<sup>167</sup> Setiap individu pastinya mempunyai harapan dan keinginan yang ingin dicapai, para penyintas pun mempunyai harapan dan keinginan yang ingin dicapai. Untuk melihat ideal diri pada subjek dalam penelitian ini,

<sup>165</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

<sup>166</sup> Wawancara dengan HSA selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 09 Maret 2022

<sup>167</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang harapan untuk kondisi fisik selanjutnya, harapan untuk perkembangan pada psikisnya, harapan untuk kehidupan sosialisasinya, impian-impian yang telah dicapai, belum dicapai dan yang ingin dicapai oleh subjek selama menjadi penyintas Covid-19. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, HSA menyebutkan bahwa:

*“Lebih menjaga pola makan, sama kesehatan”*  
(Hsa./lamp12/C002)

*“Lebih sehat”* (Hsa./lamp12/C003)

*“Lebih bisa bersosialisasi sama lingkungan sekitar”*  
(Hsa./lamp12/C005).<sup>168</sup>

Dari pernyataan diatas peneliti melihat bahwa harapan subjek untuk kondisi fisiknya ia berharap bisa menjaga pola makan dan kesehatan, lebih sehat lagi. Sedangkan harapan untuk kehidupan sosialisasinya subjek berharap ia bisa kembali bersosialisasi dengan lingkungan sekitar.

### 3) Harga Diri (*self esteem*) Penyintas Covid-19

*Self esteem* merupakan suatu penilaian seseorang terhadap hasil yang telah dicapai dengan cara menganalisis seberapa jauh perilaku seseorang sesuai dengan ideal diri.<sup>169</sup> Untuk melihat harga diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang kelebihan dan kelemahan yang dimiliki menurut subjek, pandangan subjek terhadap kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya, dan penghargaan dari orang lain.

Menjadi penyintas tentu terdapat kelemahan serta kelebihan seperti yang diungkapkan subjek bahwa ada beberapa kelebihan dan kekurangan selama ia menjalani perawatan covid-19 salah satu kelebihannya yaitu ia merasa bisa refreasing, untuk kekurangannya yaitu adanya berita hoax yang

---

<sup>168</sup> Wawancara dengan HSA selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 09 Maret 2022

<sup>169</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.



beredar media sosial terkait lingkungannya yang terdampak virus Covid-19. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

***“Kelebihannya bisa refreshing... kekurangannya... Mungkin ada beberapa berita yang kaya merasa dirugikan karena lingkungan saya positif covid”*** (Hsa./lamp12/C3)

Kemudian menanggapi kelebihan dan kekurangan yang subjek miliki sebagai peyintas Covid-19, subjek tetap bersyukur masih diberi kelebihan dan berharap kelebihan yang ia miliki bisa lebih banyak lagi, untuk kelemahannya sendiri menurutnya ia merupakan orang yang insecure jadi ia sering kali down ketika memikirkan kekurangannya. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

***“Kalau kelebihan sih alhamdulillah pengennya sih lebih banyak lagi, untuk kekurangan saya sendiri tipe orang yang kalau semisal memikirkan kekurangan saya langsung down biasanya”*** (Hsa./lamp12/C4).<sup>170</sup>

#### **4) Peran Diri (*self role*) Penyintas Covid-19**

*Self role* merupakan pola perilaku, sikap, nilai dan aspirasi yang diharapkan seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat.<sup>171</sup> Peran dibutuhkan seseorang untuk mengatualisasikan diri, posisi seseorang dimasyarakat akan menjadi stressor terhadap peran dan stress timbul karena adanya peran struktur social yang menimbulkan kesukaran atau tuntutan posisi yang tidak memungkinkan. Menjadi penyintas Covid-19 merupakan hal yang tidak pernah subjek alami sebelumnya tentunya akan banyak sekali hambatan yang subjek temui saat berinteraksi dengan orang lain, seperti halnya dikucilkan, hal ini tergambar dari pendapat subjek mengenai hambatan yang ia temui saat berinteraksi dengan orang lain, subjek menyebutkan bahwa:

***“Untuk masyarakat di pondok sih aku denger-denger lumayan ngga bagus... kan satu pondok itu mba kan aku, kaya menilai kenapa harus pondok itu, jadi kaya berpengaruh sama lingkungan sekitar”*** (Hsa./lamp12/B1)

---

<sup>170</sup> Wawancara dengan HSA selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 09 Maret 2022

<sup>171</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa peran subjek dimasyarakat masih belum sepenuhnya diharapkan. Kemudian menyikapai perlakuan masyarakat terhadap subjek, menurut subjek seharusnya sikap masyarakat terhadap penyintas hendaknya mereka bukannya menghindar tetapi harusnya mereka memberikan support terhdapa penyintas dan juga memberikan energi yang positif. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Seharusnya Bukan menghindar apalagi pergi tapi disupport dan di doakan. Berikan energi positif semampunya.”* (Hsa./lamp12/C04)<sup>172</sup>

##### 5) Identitas Diri (*self identity*) Penyintas Covid-19

*Self identity* merupakan suatu kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari pengamatan dan penilaian, sebagai paduan semua aspek konsep diri yang menjadikan satu kesatuan utuh.<sup>173</sup> Inidvidu yang menghargai dirinya maka ia dapat mengatur dan menerima dirinya. Hal ini sampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Menerima, karena kata guru saya terima aja kalau semisal ada kebenaran alhamdulillah, kalau ngga ada ya udah biarin aja”* (Hsa./lamp12/C2)<sup>174</sup>

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa subjek mampu menghargai dirinya sebagai penyintas Covid-19, dengan adanya penghargaan dalam diri subjek maka ia akan mampu menerima dirinya.

#### Subjek 5 (NNR)

##### 1) Gambaran Diri (*body image*) Penyintas Covid-19

*Body image* merupakan suatu sikap seseorang terhadap tubuhnya, baik itu secara sadar maupun tidak sadar seperti halnya, penampilan, fungsi

<sup>172</sup> Wawancara dengan HSA selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 09 Maret 2022

<sup>173</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

<sup>174</sup> Wawancara dengan HSA selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 09 Maret 2022

tubuh, potensi, persepsi dan perasaan terkait ukuran dan bentuk tubuh.<sup>175</sup> Cara pandang individu terhadap diri berpengaruh kepada aspek psikologis, individu yang mampu menyukai dan menerima dirinya akan memberikan rasa aman dan nyaman, menghindari kecemasan dan dapat meningkatkan harga diri.

Untuk melihat gambaran diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang pandangan dan solusi dalam menyikapi perubahan secara fisik, perubahan kesehatannya dan perubahan psikis. Secara umum berdasarkan pengakuan dari subjek, bahwa subjek merasakan adanya perubahan pada dirinya baik perubahan secara fisik, maupun perubahan secara kesehatan dan psikis. Beberapa pengakuan dari subjek yang terekam dalam beberapa ungkapan sebagai berikut:

*“Sedih, kaget, terus takut”* (Nnr./lamp13/A2)

*“Pertama aku nyium bau, terus batuk pileg, sama menggigil. Menggigilnya ngga bisa itu sampe kaya dingin banget, ngga bisa gerak, kaya kejang gitu. Ngga kaya sakit biasa, sampe nyentuh lantai pun juga ngga kerasa”* (Nnr./lamp13/A3)

*“Iya aku takut, malah aku waktu ngaca ya muka itu bener-bener ngga karuan banget, kaya mata ku itu udah item, bibir aku itu pecah-pecah, pucet”* (Nnr./lamp13/A5)

*“Ada gangguan aku sempet ngga makan ya di paksa sih karena emang makannya itu ngga ada rasa”* (Nnr./lamp13/A9)

Dari pernyataan tersebut peneliti melihat bahwa adanya perubahan kesehatan yang NNR alami seperti halnya hilangnya indera penciuman, batuk, pileg serta menggigil. Selain adanya perubahan secara kesehatan NNR juga mengalami perubahan secara fisik yaitu wajah tidak karuan, kantung mata menghitam dan bibir pecah-pecah, ia juga sempat mengalami gangguan pada nafsu makannya karena hilangnya indera perasa.

Pandangan subjek dalam menyikapi perubahan fisik, perubahan kesehatan dan perubahan psikis yang dialami selama menjadi penyintas

---

<sup>175</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

Covid-19 bahwa subjek berusaha untuk lebih berhati-hati dalam menjaga kesehatan, dan dengan adanya fenomena yang terjadi menjadikan sebuah pembelajaran bagi diri subjek agar bisa hidup dengan baik dan lebih sehat lagi. Sebagaimana diakui oleh subjek (NNR) berikut ini:

*“Saya berusaha **lebih berhati-hati lagi dalam menjaga kesehatan diri serta dengan pernah terkenanya saya bukan malah menjadi sebuah trauma ya mungkin pernah trauma juga tetapi dengan terkenanya virus covid 19 dan setelah melalui proses penyembuhan yang sangat luar biasa dapat menjadikan pembelajaran buat diri saya **agar bisa hidup dengan lebih baik dan lebih sehat lagi****” (Nnr./lamp13/C8)*

Kemudian solusi yang harus dilakukan oleh individu dalam menyikapi perubahan yang dialami yaitu dengan menerima, karena seperti yang sudah dijelaskan bahwa individu yang mampu menyukai dan menerima dirinya akan memberikan rasa aman dan nyaman, menghindari kecemasan dan dapat meningkatkan harga diri. Seperti yang diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, NNR menyatakan bahwa:

*“Iya **aku menerima**, aku menerima kaya ya udahlah lagi dikasih musibah namanya juga musibah ngga ada yang tau gitu. Kaya lebih **nguatn diri sendiri sih**” (Nnr./lamp13/C2)<sup>176</sup>*

## 2) **Ideal Diri (self ideal) Penyintas Covid-19**

*Self ideal* merupakan suatu pandangan individu terkait perilakunya, yang disesuaikan dengan standar pribadi, yang berkaitan dengan cita-cita, harapan, keinginan, tipe orang yang diidam-idamkan dan nilai yang ingin dicapai.<sup>177</sup> Setiap individu pastinya mempunyai harapan dan keinginan yang ingin dicapai, para penyintas pun mempunyai harapan dan keinginan yang ingin dicapai. Untuk melihat ideal diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang harapan untuk kondisi fisik selanjutnya, harapan untuk perkembangan pada psikisnya, harapan untuk kehidupan sosialisasinya, impian-impian yang telah dicapai,

---

<sup>176</sup> Wawancara dengan NNR selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 16 Maret 2022

<sup>177</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

belum dicapai dan yang ingin dicapai oleh subjek selama menjadi penyintas Covid-19. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, NNR menyebutkan bahwa:

*“Ya lebih ke hati-hati, jaga kesehatan, lebih kewaspada aja gitu, membatasi sama orang-orang”* (Nnr./lamp13/C002)

*“Harapan fisik aku, lebih kuat lagi, ngga sakit-sakitan, terus juga ngga telat makan, ngga pilih-pilih makan gitu, ya rajin olah raga”* (Nnr./lamp13/C003)

*“Ya pengen lebih kuat aja sih, bisa menerima kenyataan, terus bisa menjalani hidup dengan seadanya gitu”* (Nnr./lamp13/C004)

*“Pengennya sih lebih berbaur lagi ya sama orang-orang disekitar, orang-orang diluar sana gitu, pengennya lebih aktif lagi sih”* (Nnr./lamp13/C005).<sup>178</sup>

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa harapan subjek menjadi penyintas Covid-19 yaitu ia berharap bisa lebih hati-hati lagi, bisa menjaga kesehatan, dan juga lebih waspada. Lalu harapan subjek untuk kesehatan fisiknya ia berharap lebih kuat lagi, tidak telat makan dan juga lebih rajin olahraga. dan harapan subjek untuk kondisi psikis selanjutnya ia berharap bisa lebih kuat lagi, bisa menerima kenyataan dan juga bisa menjalani hidup apa adanya. Serta harapan subjek untuk kehidupan sosialisasi kedepannya ia berharap bisa berbaur lagi dengan orang sekitar dan bisa lebih aktif lagi.

### 3) Harga Diri (*self esteem*) Penyintas Covid-19

*Self esteem* merupakan suatu penilaian seseorang terhadap hasil yang telah dicapai dengan cara menganalisis seberapa jauh perilaku seseorang sesuai dengan ideal diri.<sup>179</sup> Untuk melihat harga diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang kelebihan dan kelemahan yang dimiliki menurut subjek, pandangan subjek terhadap kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya, dan penghargaan dari orang lain.

<sup>178</sup> Wawancara dengan NNR selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 16 Maret 2022

<sup>179</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

Menjadi penyintas tentu terdapat kelemahan serta kelebihan seperti yang diungkapkan subjek bahwa kelebihan dan kelemahan yang ia miliki sebagai penyintas Covid-19 yaitu untuk kelebihannya ia bisa lebih banyak mengambil hikmah dari apa yang ia alami, lebih belajar mandiri, dan lebih kuat lagi. Untuk kelemahannya ia merasa bahwa dia merasa takut kesepian. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, NNR menyebutkan bahwa:

*“Kelebihan aku sekarang kaya lebih banyak mengambil dari hikmah sih, sama musibah, terus kaya lebih belajar mandiri, kuat, Kalau kelemahannya takut, takut banget, takut kesepian”* (Nnr./lamp13/C3)

Pandangan terhadap kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, subjek merasa lebih bersyukur karena dengan adanya musibah yang ia alami bisa menjadikannya lebih kuat dan lebih tegar. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, NNR menyatakan bahwa:

*“Lebih mensyukuri sih karena kalau ngga diberi musibah aku ngga bakalan sekuat ini, aku ngga bakalan setegar ini”* (Nnr./lamp13/C4).<sup>180</sup>

#### 4) Peran Diri (*self role*) Penyintas Covid-19

*Self role* merupakan pola perilaku, sikap, nilai dan aspirasi yang diharapkan seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat.<sup>181</sup> Peran dibutuhkan seseorang untuk mengatualisasikan diri, posisi seseorang dimasyarakat akan menjadi stressor terhadap peran dan stress timbul karena adanya peran struktur social yang menimbulkan kesukaran atau tuntutan posisi yang tidak memungkinkan. Menjadi penyintas Covid-19 merupakan hal yang tidak pernah subjek alami sebelumnya tentunya akan banyak sekali hambatan yang subjek temui saat berinteraksi dengan orang lain, seperti halnya dikucilkan, hal ini tergambar dari pendapat subjek mengenai

<sup>180</sup> Wawancara dengan NNR selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 16 Maret 2022

<sup>181</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

hambatan yang ia temui saat berinteraksi dengan orang lain, subjek menyebutkan bahwa:

*“Kaya kaget, maksudnya kaya kok bisa ya aku yang kena, keluarga ku yang kena gitu, kaya semua orang kaya ketakutan, kaya ngerasa terkucilkan banget ngga sih, waktu pertama aku sembuh juga keluar masih takut banget, ketemu orang itu malu tau, kaya dikucilin kaya di omongin, ini itu ini itu”* (Nnr./lamp13/A7)

*“Pandangan orang lain kaya, apa ya orang itu mandang aku itu lah orang anaknya aja sering jalan-jalan” gitu, “ya pantes aja kena covid” kaya gitu, jadi kaya aib banget tau, aku keluar rumah pun diliatin, diliatin sampe aku itu bener-bener ngerasa ih aku aib banget apa ya kena covid gitu”* (Nnr./lamp13/C01)

*“Lebih ngga enakan...malu untuk berinteraksi, malu banget, kaya keluar itu aku itu jadi fokus utama loh diliatin orang-orang, minder gitu”* (Nnr./lamp13/D6)

Peran subjek didalam masyarakat masih belum sepenuhnya diharapkan, masyarakat masih menganggap bahwa menjadi penyintas merupakan sebuah aib, dengan sikap masyarakat tersebut membuat subjek merasa malu untuk berinteraksi dan merasa minder.

Meskipun dari masyarakat masih belum bisa menerima peran subjek sebagai penyintas tapi pihak keluarga selalu mensupport subjek untuk bisa kembali bangkit. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, NNR menyatakan bahwa:

*“Keluarga aku semuanya ngerangkul apalagi kaya orang tua aku, kakak aku”* (Nnr./lamp13/C7)

Kemudian menyikapai perlakuan masyarakat terhadap subjek, menurut subjek seharusnya sikap masyarakat terhadap penyintas hendaknya mereka mendukung, karena dengan adanya dukungan dapat membantu penyintas dalam memulihkan kesehatan mentalnya. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Ya harus didukung. Karena dengan adanya dukungan dapat membuat kesehatan mental kita menjadi lebih baik ketika mental baik maka imun tubuh juga akan baik”* (Nnr./lamp13/C04)<sup>182</sup>

##### 5) Identitas Diri (*self identity*) Penyintas Covid-19

*Self identity* merupakan suatu kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari pengamatan dan penilaian, sebagai paduan semua aspek konsep diri yang menjadikan satu kesatuan utuh.<sup>183</sup> Individu yang menghargai dirinya maka ia dapat mengatur dan menerima dirinya. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“...kalau sekarang, sekarang ya udah mulai menerima diri, ya tahap-tahap sih, cuman kaya ngejalani hidup itu kaya berat banget, masih kepikiran terus juga kenapa sih kok aku kaya gini gitu, tapi ya balik lagi keluarga yang nguatn”* (Nnr./lamp13/C001)<sup>184</sup>

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa subjek mampu menghargai dirinya sebagai penyintas Covid-19, dengan adanya penghargaan dalam diri subjek maka ia akan mampu menerima dirinya.

#### Subjek 6 (HJT)

##### 1) Gambaran Diri (*body image*) Penyintas Covid-19

*Body image* merupakan suatu sikap seseorang terhadap tubuhnya, baik itu secara sadar maupun tidak sadar seperti halnya, penampilan, fungsi tubuh, potensi, persepsi dan perasaan terkait ukuran dan bentuk tubuh.<sup>185</sup> Cara pandang individu terhadap diri berpengaruh kepada aspek psikologis, individu yang mampu menyukai dan menerima dirinya akan memberikan rasa aman dan nyaman, menghindari kecemasan dan dapat meningkatkan harga diri.

Untuk melihat gambaran diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang pandangan dan solusi dalam

<sup>182</sup> Wawancara dengan NNR selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 16 Maret 2022

<sup>183</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

<sup>184</sup> Wawancara dengan NNR selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 16 Maret 2022

<sup>185</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.



menyikapi perubahan secara fisik, perubahan kesehatannya dan perubahan psikis. Secara umum berdasarkan pengakuan dari subjek, bahwa subjek merasakan adanya perubahan pada dirinya baik perubahan secara fisik, maupun perubahan secara kesehatan dan psikis. Beberapa pengakuan dari subjek yang terekam dalam beberapa ungkapan sebagai berikut:

*“Emang pusing berangkat ke stasiun itu dalam keadaan pusing gitu, tapi kalau yang namanya apa ngga bisa nyium, ngga bisa itu engga, ngga sama sekali”* (Hjt./lamp14/A3)

Dari pernyataan diatas peneliti melihat bahwa adanya perubahan kesehatan dalam diri subjek yaitu subjek sempat mengalami pusing sebelum ia dinyatakan positif Covid-19.

Kemudian pandangan dan solusi subjek dalam menyikapi perubahan yang dialami selama menjadi penyintas COVID-19 bahwa subjek berusaha untuk lebih berhati-hati dan mengikuti anjuran pemerintah dalam menghadapi pandemi, serta mencoba memulihkan kesehatan mental dengan bantuan teman atau orang yang memahami terkait kesehatan mental. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Saya berusaha untuk lebih bersikap hati-hati, kesempatan menjadi penyintas covid-19 adalah kesempatan kedua dari Tuhan agar saya menjadi pribadi yg lbh baik dan tidak mudah menggampangkan sebuah fenomena yg sedang terjadi. Kemudian saya mencoba untuk mengikuti seluruh anjuran pemerintah dalam menghadapi pandemi dan mencoba memulihkan kesehatan mental/psikis saya dengan bantuan teman atau orang yg memahami ini.”* (Hjt./lamp14/C8)<sup>186</sup>

## 2) Ideal Diri (*self ideal*) Penyintas Covid-19

*Self ideal* merupakan suatu pandangan individu terkait perilakunya, yang disesuaikan dengan standar pribadi, yang berkaitan dengan cita-cita, harapan, keinginan, tipe orang yang diidam-idamkan dan nilai yang ingin dicapai.<sup>187</sup> Setiap individu pastinya mempunyai harapan dan keinginan yang ingin dicapai, para penyintas pun mempunyai harapan dan keinginan yang

<sup>186</sup> Wawancara dengan HJT selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 22 Maret 2022

<sup>187</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

ingin dicapai. Untuk melihat ideal diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang harapan untuk kondisi fisik selanjutnya, harapan untuk perkembangan pada psikisnya, harapan untuk kehidupan sosialisasinya, impian-impian yang telah dicapai, belum dicapai dan yang ingin dicapai oleh subjek selama menjadi penyintas Covid-19. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Ya jangan down-down an gitu lah”* (Hjt./lamp14/C003)

*“Ya happy-happy aja sih mba, maksudnya jangan terlalu yang dipikirin, jangan terlalu yang didengerin apa-apa ya biar semuanya berjalan dengan semestinya mengikuti aliran yang ada gitu”* (Hjt./lamp14/C004)

*“Lebih baik lagi sih dengan tetangga biar ya tidak ada seperti kejadian-kejadian sebelumnya gitu”* (Hjt./lamp14/C005).<sup>188</sup>

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa harapan subjek untuk kondisi fisiknya subjek berharap bisa lebih sehat lagi, harapan untuk kondisi psikisnya subjek berharap bisa lebih happy lagi dalam menjalani hidup sebagai penyintas Covid-19, dan harapan subjek untuk kehidupan sosialisasinya subjek berharap hubungannya dengan tetangga bisa lebih baik lagi.

### 3) Harga Diri (*self esteem*) Penyintas Covid-19

*Self esteem* merupakan suatu penilaian seseorang terhadap hasil yang telah dicapai dengan cara menganalisis seberapa jauh perilaku seseorang sesuai dengan ideal diri.<sup>189</sup> Untuk melihat harga diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang kelebihan dan kelemahan yang dimiliki menurut subjek, pandangan subjek terhadap kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya, dan penghargaan dari orang lain.

<sup>188</sup> Wawancara dengan HJT selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 22 Maret 2022

<sup>189</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

Menjadi penyintas tentu terdapat kelemahan serta kelebihan seperti yang diungkapkan subjek bahwa kelebihan dan kekurangannya selama menjadi penyintas Covid-19 yaitu untuk kelebihannya ia merasa ibadahnya lebih kuat karena dengan adanya musibah tersebut mengingatkannya dengan kematian, dan untuk kekurangannya ia merasa lebih sering mempunyai pikiran jelek terhadap orang lain. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, HJT mengungkapkan bahwa:

*“Kelebihannya mungkin karena inget mati ya mba jadi ibadahnya kuat, kalau kelemahannya ya itu apa punya pikiran yang jelek ke orang lain gitu”* (Hjt./lamp14/C3)

Kemudian menanggapi kelebihan dan kelemahan tersebut menurut subjek adanya kelebihan dan kekurangan yang ada dalam dirinya sebagai penyintas Covid-19 tentunya akan melekat pada dirinya dan dengan adanya kelebihan bisa menutupi kekurangan. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Kelebihan dan kekurangan pastinya akan melekat pada jati diri masing-masing ya tentunya dengan kelebihan itu terus dibuka untuk menutupi kekurangannya seperti itu sih mba”* (Hjt./lamp14/C4).<sup>190</sup>

#### 4) Peran Diri (*self role*) Penyintas Covid-19

*Self role* merupakan pola perilaku, sikap, nilai dan aspirasi yang diharapkan seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat.<sup>191</sup> Peran dibutuhkan seseorang untuk mengatualisasikan diri, posisi seseorang di masyarakat akan menjadi stressor terhadap peran dan stress timbul karena adanya peran struktur social yang menimbulkan kesukaran atau tuntutan posisi yang tidak memungkinkan. Menjadi penyintas Covid-19 merupakan hal yang tidak pernah subjek alami sebelumnya tentunya akan banyak sekali hambatan yang subjek temui saat berinteraksi dengan orang lain, seperti halnya dikucilkan, hal ini tergambar dari pendapat subjek mengenai

<sup>190</sup> Wawancara dengan HJT selaku Penyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 22 Maret 2022

<sup>191</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

hambatan yang ia temui saat berinteraksi dengan orang lain, subjek menyebutkan bahwa:

***“Rumah itu diborgol sama pak RT kan pager itu diborgol, terus waktu keluar ya agak pada menyingkir gitu lah padahal kan setelah kita dinyatakan negatif kan tentunya ada proses sebelumnya gitu ya tes PCR sebelum kita dinyatakan sembuh gitu”*** (Hjt./lamp14/B1)

***“Diskriminasi yang itu mba, pemblokiran rumah itu”*** (Hjt./lamp14/B6)

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa subjek sempat mengalami diskriminasi, sikap diskriminasi yang subjek dapatkan yaitu adanya pemblokiran rumah, dan tetangga sekitar enggan berinteraksi dengan subjek.

Meskipun begitu subjek masih mendapatkan dukungan dari orang sekitar, dengan adanya dukungan tersebut membantu subjek untuk bisa melewati masa-sama terpuruk subjek saat menjadi penyintas Covid-19. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

***“Tetap ada dukungan dari ya orang lain gitu lah meskipun orang lain itu sih pernah yang itu tadi memblockir”*** (Hjt./lamp14/C7).

Kemudian menyikapai perlakuan masyarakat terhadap subjek, menurut subjek seharusnya sikap masyarakat terhadap penyintas hendaknya mereka mensupport, memberikan arahan dan motivasi kepada penyintas agar nantinya penyintas bisa menjalani aktivitasnya seperti sediakala. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

***“Harusnya mensupport dan memberikan arahan serta motivasi agar penyintas bisa menjalani aktifitas seperti sediakala”*** (Hjt./lamp14/C04)<sup>192</sup>

##### **5) Identitas Diri (*self identity*) Penyintas Covid-19**

*Self identity* merupakan suatu kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari pengamatan dan penilaian, sebagai paduan semua aspek

---

<sup>192</sup> Wawancara dengan HJT selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 22 Maret 2022

konsep diri yang menjadikan satu kesatuan utuh.<sup>193</sup> Individu yang menghargai dirinya maka ia dapat mengatur dan menerima dirinya. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Hmm biasa aja sih, biasa aja ngga terlalu, ya berjalan dengan normal gitu lah layaknya aku sebelum dan sesudah.”*  
(Hjt./lamp14/C001)<sup>194</sup>

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa subjek mampu menghargai dirinya sebagai penyintas Covid-19, dengan adanya penghargaan dalam diri subjek maka ia akan mampu menerima dirinya.

## **Subjek 7 (AB)**

### **1) Gambaran Diri (*body image*) Penyintas Covid-19**

*Body image* merupakan suatu sikap seseorang terhadap tubuhnya, baik itu secara sadar maupun tidak sadar seperti halnya, penampilan, fungsi tubuh, potensi, persepsi dan perasaan terkait ukuran dan bentuk tubuh.<sup>195</sup> Cara pandang individu terhadap diri berpengaruh kepada aspek psikologis, individu yang mampu menyukai dan menerima dirinya akan memberikan rasa aman dan nyaman, menghindari kecemasan dan dapat meningkatkan harga diri.

Untuk melihat gambaran diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang pandangan dan solusi dalam menyikapi perubahan secara fisik, perubahan kesehatannya dan perubahan psikis. Secara umum berdasarkan pengakuan dari subjek, bahwa subjek merasakan adanya perubahan pada dirinya baik perubahan secara fisik, maupun perubahan secara kesehatan dan psikis. Beberapa pengakuan dari subjek yang terekam dalam beberapa ungkapan sebagai berikut:

*“Justru pas hasil keluar positif aku udah ngga bergejala, sebelumnya paling panas, sakit perut, ngga enak makan, udah. Kayak*

<sup>193</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

<sup>194</sup> Wawancara dengan HJT selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 22 Maret 2022

<sup>195</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

*sakit biasa bahkan aku ngga batuk ngga pileg, makan ngga enak sih, tapi tetep ada rasa” (Ab./lamp15/A3)*

*“Udah bener-bener **dinyatakan positif marahkan jadi kayak langsung nanemin kediri aku “engga ini salah, aku ngga positif, aku bisa sembuh, aku nggapapa” gitu.**” (Ab./lamp15/A4)*

Kemudian pandangan dan solusi AB dalam menyikapi perubahan fisik, perubahan kesehatan dan perubahan psikis yang dialami selama menjadi penyintas Covid-19 bahwa subjek merasa bersyukur karena pada saat menjadi penyintas dan sesudahnya menjadikan subjek peduli terhadap kesehatan seperti halnya dulu subjek tidak suka makan, tapi setelah menjadi penyintas Covid-19 subjek menganggap bahwa makan itu penting, makan itu bukan karena lapar tapi karena butuh. Secara fisik subjek merasa bahwa dirinya suka makan tapi tubuhnya tidak mengalami kenaikan berat badan dan subjek merasa happy dengan hal tersebut. Secara psikis meskipun subjek sempat mengalami stress tapi dengan adanya support dari lingkungan, dari orang tua, dan keluarga membuat subjek merasa lebih baik. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“e.. kalau aku menanggapi pandangan terkait perubahan fisik sih perubahan fisik sama kesehatan sih aku merasanya malah **bersyukur** ya karena pada saat aku menjadi penyintas Covid, **pada saat atau setelahnya itu aku jadi merasa aku lebih aware sama kesehatan** kaya misal aku dulu ngga suka makan, makan itu kalau laper aku tu jarang laper tapi setelah menjadi penyintas Covid tu aku jadi menganggap bahwa makan itu penting bukan hanya karena aku laper tapi emang aku butuh gitu, itu jadinya aku sampai sekarang aku jadi doyan maem, **terus kalau fisik juga sama aku merasanya aku banyak makan tapi aku ngga gendut itu happy sih, terus kalau perubahan psikis juga ya meskipun sebelumnya memang pernah down pernah stress tapi ya alhamdulillah karena support sistem dari temen-temen dari lingkungan dari orang tua dari keluarga itu bikin perubahan itu perubahan yang tadinya menjadi, apalagi ngga terlalu lama yang ngga terlalu gimana-gimana gitu” (Ab./lamp15/C8)<sup>196</sup>***

---

<sup>196</sup> Wawancara dengan AB selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 24 Maret 2022

## 2) Ideal Diri (*self ideal*) Penyintas Covid-19

*Self ideal* merupakan suatu pandangan individu terkait perilakunya, yang disesuaikan dengan standar pribadi, yang berkaitan dengan cita-cita, harapan, keinginan, tipe orang yang diidam-idamkan dan nilai yang ingin dicapai.<sup>197</sup> Setiap individu pastinya mempunyai harapan dan keinginan yang ingin dicapai, para penyintas pun mempunyai harapan dan keinginan yang ingin dicapai. Untuk melihat ideal diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang harapan untuk kondisi fisik selanjutnya, harapan untuk perkembangan pada psikisnya, harapan untuk kehidupan sosialisasinya, impian-impian yang telah dicapai, belum dicapai dan yang ingin dicapai oleh subjek selama menjadi penyintas Covid-19. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, AB menyebutkan bahwa:

***“Harapannya aku semoga aku lebih kalau menanggapi isu-isu itu lebih dengan terbuka gitu”*** (Ab./lamp15/C002)

***“Kondisi fisik ya sehat, makannya teratur, menghargai waktu makan”*** (Ab./lamp15/C003)

***“Lebih enjoy, lebih simple dalam hidup kayak ngga disukai sama orang ya nggapapa aku juga ngga suka sama orang, ngga suka sama semua orang, terus aku ngerasain sedih ya nggapapa sedih itu wajar, emosi-emosi negatif itu pasti kan manusia ngga mungkin ngerasain emosi positif tok, ya lebih banyak menggapapain banyak hal, hal yang ngga dipapain emang ngga selesai tapi dengan nggapapa kita lebih tenang”*** (Ab./lamp15/C004)

***“Lebih toleransi, lebih ngga egois, lebih bisa memahami orang lain dari sudut pandangan yang berbeda, ngertiin sebagaimana kita pengen dingertiin”*** (Ab./lamp15/C005).<sup>198</sup>

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa harapan subjek terhadap dirinya sebagai penyintas Covid-19, ia berharap bisa menanggapi isu-isu dengan lebih terbuka. Lalu arapan untuk kondisi fisik selanjutnya subjek

<sup>197</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

<sup>198</sup> Wawancara dengan AB selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 24 Maret 2022

berharap bisa tetap sehat, makan lebih teratur, dan lebih bisa menghargai waktu makan. Dan harapan untuk kesehatan psikis selanjutnya, ia berharap lebih menikmati hidup, tidak terlalu memikirkan apa yang terjadi. Serta harapan untuk kehidupan sosialisasi kedepannya ia berharap bisa lebih toleransi, tidak egois, dan bisa memahami orang lain dari sudut pandang yang berbeda.

### 3) Harga Diri (*self esteem*) Penyintas Covid-19

*Self esteem* merupakan suatu penilaian seseorang terhadap hasil yang telah dicapai dengan cara menganalisis seberapa jauh perilaku seseorang sesuai dengan ideal diri.<sup>199</sup> Untuk melihat harga diri pada subjek dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek tentang kelebihan dan kelemahan yang dimiliki menurut subjek, pandangan subjek terhadap kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya, dan penghargaan dari orang lain.

Menjadi penyintas tentu terdapat kelemahan serta kelebihan seperti yang diungkapkan subjek kebihan menjadi penyintas yaitu subjek bisa lebih menerima diri dalam kondisi apapun, dan lebih mencintai diri sendiri, sedangkan kelemahan menjadi penyintas menurut subjek yaitu terlalu mendengarkan apa kata orang lain terkait penyintas Covid-19 karena menurut subjek bahwa masih banyak orang memandang sebelah mata para penyintas. Hal ini diungkapkan oleh subjek dalam sebuah kesempatan wawancara dengan peneliti, AB menyebutkan bahwa:

***“Kelebihannya itu aku sehat, ngga bergejala terus aku masih bisa happy, masih bisa sama keluarga itu makin akrab, makin ngerti, belajar banyak, pada saat itu mentalnya jadi lebih kuat, Kalau kelemahannya itu lebih sensitif, lebih kaya suudzon sama orang”***  
(Ab./lamp15/C3)

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa kelebihan subjek selama menjadi penyintas Covid-19 meskipun dinyatakan positif tetapi kondisi badan subjek sehat, tidak mengalami gejala, subjek masih bisa merasa

---

<sup>199</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.



happy, lalu dengan dinyatakan positif menjadikan subjek lebih akrab dengan keluarga, bisa belajar banyak dari pengalaman dan menjadikan mentalnya lebih kuat lagi. Untuk kelemahannya subjek merasa lebih sensitif, dan juga gampang berburuk sangka terhadap orang lain.

Kemudian pandangan AB terkait kelebihan dan kelemahan yang ia miliki sebagai penyintas Covid-19, menurutnya hal tersebut merupakan sebuah kebanggaan tersendiri karena bisa menjadi sebuah pengalaman yang ia dapatkan yang nantinya bisa ia ceritakan kepada orang lain. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Padangan terhadap kelebihan dan kelemahan itu aku jadi ini, jadi kebanggaan tersendiri karena aku bisa cerita sama orang ya bisa sharing sama orang” (Ab./lamp15/C4).<sup>200</sup>*

#### 4) Peran Diri (*self role*) Penyintas Covid-19

*Self role* merupakan pola perilaku, sikap, nilai dan aspirasi yang diharapkan seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat.<sup>201</sup> Peran dibutuhkan seseorang untuk mengatualisasikan diri, posisi seseorang dimasyarakat akan menjadi stressor terhadap peran dan stress timbul karena adanya peran struktur social yang menimbulkan kesukaran atau tuntutan posisi yang tidak memungkinkan. Menjadi penyintas Covid-19 merupakan hal yang tidak pernah subjek alami sebelumnya tentunya akan banyak sekali hambatan yang subjek temui saat berinteraksi dengan orang lain, seperti halnya dikucilkan, hal ini tergambar dari pendapat subjek mengenai hambatan yang ia temui saat berinteraksi dengan orang lain, subjek menyebutkan bahwa:

*“Kalau tetangga ada tapi kalau temen engga. Kalau tetangga itu kayak masih takut gitu, kayak aku pergi kewarung udah negatif padahal tapi kayak masih jaga jarak kan kita ngerasa ya kalau orang jaga jarak sama kita, atau ngga bahkan ngga mau, bahkan papasan ngga nyapa, kan kayak “aku berdosa banget apa positif, kan aku udah negatif” gitu” (Ab./lamp15/B1)*

---

<sup>200</sup> Wawancara dengan AB selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 24 Maret 2022

<sup>201</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

*“Dari tetangga itu, lagi-lagi dari tetangga, aku lagi berjemur didepan rumah, halamanku itu cukup luas antara halaman kejalan itu jauh banget ya ngga jauh banget, jauh, itu orang lewat **“ih coronannya lagi pada diluar, coronannya lagi pada diluar”** terus kalau ngga yang tadinya lagi ngobrol langsung diem, terus langsung kayak acuh gitu, padahal ngga mungkin juga ya, padahal jauh, kayak aku dan keluarga aku itu hina banget, kayak terkucilkan banget, kayak penyakit ini itu penyakit yang sangat menular, ya emang menular tapikan kita udah jaga jarak”* (Ab./lamp15/B6)

*“Oh pernah, bener-bener ya pada saat itu aku ngerasa kayak aku penyebab dari bapak ibuku sakit, karena bapak ibuku sakit kan lumayan parah, terus **“nanti kalau misalnya bapakku sama ibuku ngga selamat gimana ya”** gitu, sedih jadinya. **Terus setelah itu setelah keluarga ku pulih orang-orang juga masih belum menerima keluargaku,** kalau mungkin aku ngga diterima sama tetanggaku nggapapa karena aku juga jarang interaksi, tapi bapak ibuku yang harus, harus kewarung harus ketemu sama orang kerjanya juga jadi ngerasa ekonomi keluargaku yang namanya kan ngga kerja ya harus down banget sedangkan kebutuhan tetap butuh ngga mungkin terus orang-orang ngasih kan ngga mungkin”* (Ab./lamp15/C7)

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa peran subjek dan keluarga menjadi penyintas Covid-19 belum diharapkan oleh masyarakat sekitar, hambatan yang subjek alami selama berinteraksi dengan orang lain sempat mengalami diskriminasi oleh lingkungan sekitar, subjek sempat merasa dirinya terkucilkan, bahkan subjek sempat merasa bersalah karena ia yang membuat keluarganya terkena virus Covid-19, dan setelah keluarganya pulih lingkungan sekitar masih belum bisa menerima kehadiran dirinya dan keluarga, hal tersebutlah yang membuat subjek semakin merasa bersalah.

Meskipun subjek mengalami diskriminasi dari lingkungan sekitar tetapi masih banyak orang yang peduli terhadap subjek masih ada dukungan yang subjek dapatkan dari orang sekitar mulai dari keluarga, dan orang terdekat subjek, seperti halnya kekasih dan juga sahabat. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Kalau orang terdekat iya sih, kaya tadi ustad tuslim, mas jundi, terus pada saat itu saya masih mempunyai pasangan, support sistem jadi dia juga yang kan aku juga merasa bersalah karena yang nganterin aku kerumah pada saat sakitkan dia, takutnya dia juga ketularan tapi*

*dia nggapapa, terus dia yang ngirimin makanan ke bapak ibu, ngirimin obat, vitamin gitu, pada saat itu” (Ab./lamp15/B7).<sup>202</sup>*

## 5) Identitas Diri (*self identity*) Penyintas Covid-19

*Self identity* merupakan suatu kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari pengamatan dan penilaian, sebagai paduan semua aspek konsep diri yang menjadikan satu kesatuan utuh.<sup>203</sup> Individu yang menghargai dirinya maka ia dapat mengatur dan menerima dirinya. Hal ini disampaikan oleh subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

*“Menyukailah, karena itu aku jadi tau orang-orang yang benar-bener sayang sama aku itu kayak gimana, lebih taat ibadahnya juga, lebih menemukan kenyamanan, kekhushyuan dalam beribadah itu sangat dirasakan, lebih kayak oh ternyata orang tua ku kaya gini ya og ternyata dalam keluargaku itu love language bapak ibu A,B, oh love language nya ibu itu C,D, oh aku itu gini, oh ternyata bapakku harapannya ke aku itu gini, jadi lebih terbuka sama keluarga, terus sama temen juga, kesehatan mental itu jadi aku lebih ngorek-ngorek kesehatan mental apalagi dimasa pandemi” (Ab./lamp15/C001)<sup>204</sup>*

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa subjek mampu menghargai dirinya sebagai penyintas Covid-19, dengan adanya penghargaan dalam diri subjek maka ia akan mampu menerima dirinya.

## D. Faktor Pembentukan Konsep Diri Penyintas

Menurut Calhoun dan Acocella sumber informasi yang penting dalam pembentukan konsep diri yaitu orang tua, teman sebaya, dan masyarakat. Pada bagian ini peneliti akan menjabarkan temuan peneliti terkait faktor dalam pembentukan konsep diri penyintas.

### Subjek 1

#### 1. Orang tua

<sup>202</sup> Wawancara dengan AB selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 24 Maret 2022

<sup>203</sup> Sunaryo, *Psikologi Untuk Keperawatan*.

<sup>204</sup> Wawancara dengan AB selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 24 Maret 2022

Orang tua menjadi faktor pertama dalam pembentukan konsep diri karena orangtua merupakan kontak sosial yang paling awal dan paling kuat yang dialami oleh individu.<sup>205</sup> Jika penerimaan orang tua positif anak akan mengembangkan konsep diri yang positif, begitu pula sebaliknya.

Selama menjadi penyintas subjek mengungkapkan bahwa hubungannya dengan keluarga inti (ayah, ibu, kakak/adik) terutama orang tua terjalin dengan baik, saling menguatkan satu sama lain, dan saling menjaga. Selain itu hubungan subjek dengan keluarga non inti juga terjalin dengan baik, saling menyemangati satu sama lain. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau hubungan dengan keluarga sendiri baik, jadi tambah merasa bahwa kita satu sama lain harus saling menguatkan dan menjaga... jadi tambah dekat juga sama keluarga. Sama paman bibi dan sorada yang lainnya pun begitu saling menguatkan, dan menyemangati juga walaupun hanya via telepon”* (Mlf./lamp9/B2)<sup>206</sup>

Dari pernyataan tersebut peneliti melihat bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari orang tua/keluarga subjek.

## 2. Teman sebaya

Karena selain membutuhkan cinta dari orangtua individu juga membutuhkan penerimaan dari teman sebaya dan apa yang diungkapkan pada dirinya akan menjadi sebuah penilaian terhadap diri individu.<sup>207</sup>

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek menyatakan bahwa hubungannya dengan teman sebaya dilingkungan kampus terjalin dengan baik subjek merasa lebih dekat dengan mereka, menurut subjek mereka lebih bisa menghargai subjek sebagai penyintas Covid-19, dan masih mau menanyakan terkait kabar subjek. Tetapi teman sebaya subjek dilingkungan rumah subjek merasa bahwa mereka tidak mempedulikan subjek. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

<sup>205</sup> Ghuftron and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>206</sup> Wawancara dengan MLF selaku Penyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022

<sup>207</sup> Ghuftron and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

*“Kalau sama teman kuliah sendiri aku lebih dekat sih, mereka lebih bisa menghargai aku, mereka masih mau tanya gimana kabarku dll. Tapi kalau temen dari lingkup rumahku mereka malah kaya ngga tanya sama sekali gimana kabarku, padahal aku dekat sama mereka udah lama banget, ketika aku lagi kaya gini mereka malah kaya seolah-olah ngga peduli” (Mlf./lamp9/B2)<sup>208</sup>*

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari teman sebayanya, walaupun ada beberapa teman sebaya subjek yang masih belum bisa menerima subjek secara positif tetapi secara garis besar subjek mendapat penerimaan yang positif dari teman sebayanya

### 3. Masyarakat

Masyarakat menjadi faktor pembentukan konsep diri karena didalam masyarakat terdapat norma-norma yang akan membentuk konsep diri pada individu.<sup>209</sup>

Selama menjadi penyintas subjek menyatakan bahwa dirinya tidak habis pikir karena lingkungan sekitar masih ada yang peduli terhadap dirinya dan keluarganya, subjek merasa senang karena dirinya dan keluarga masih dipedulikan oleh lingkungan sekitar. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau hubungan sama tetangga aku pernah ngerasa kaya ngga habis pikir aja sih ternyata dari mereka masih ada yang peduli sama aku dan keluargaku, jadi waktu itu bu bau kerumahku buat nganterin sembako, jadi ngerasa senang gitu ada yang masih peduli” (Mlf./lamp9/B2)<sup>210</sup>*

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari masyarakat.

<sup>208</sup> Wawancara dengan MLF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022

<sup>209</sup> Ghufon and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>210</sup> Wawancara dengan MLF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022

## Subjek 2

### 1. Orang tua

Orang tua menjadi faktor pertama dalam pembentukan konsep diri karena orangtua merupakan kontak sosial yang paling awal dan paling kuat yang dialami oleh individu.<sup>211</sup> Jika penerimaan orang tua positif anak akan mengembangkan konsep diri yang positif, begitu pula sebaliknya.

Selama menjadi penyintas subjek mengungkapkan bahwa hubungannya dengan keluarga inti (ayah, ibu, kakak/adik) terutama orang tua terjalin dengan baik, tetap saling komunikasi meskipun melalui via telepon, selain keluarga inti hubungan subjek dengan keluarga non inti (pamam, bibi, keponakan dll) sedikit demi sedikit mulai terbiasa. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau keluarga inti kaya itu kakak terus orang tua itu memang masih baik, Cuma kan karena memang beda kota jadinya ya komunikasinya cuman pada lewat sosial media. Kalau keluarga yang lain ini setelah dinyatakan negatif pelan-pelan kaya sodara ini udah mulai terbiasa”* (Arf./lamp10/B2)<sup>212</sup>

Dari pernyataan tersebut peneliti melihat bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari orang tua/keluarga subjek.

### 2. Teman sebaya

Karena selain membutuhkan cinta dari orangtua individu juga membutuhkan penerimaan dari teman sebaya dan apa yang diungkapkan pada dirinya akan menjadi sebuah penilaian terhadap diri individu.<sup>213</sup>

Selama menjadi penyintas subjek mengungkapkan bahwa hubungannya dengan teman sebaya terjalin dengan baik, dan normal-normal saja. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau hubungan dengan teman sebaya normal sih”* (Arf./lamp10/B2)<sup>214</sup>

<sup>211</sup> Ghuftron and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>212</sup> Wawancara dengan ARF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07 Maret 2022

<sup>213</sup> Ghuftron and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>214</sup> Wawancara dengan ARF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07 Maret 2022

Dari ungkapan diatas peneliti melihat bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari teman sebayanya.

### 3. Masyarakat

Masyarakat menjadi faktor pembentukan konsep diri karena didalam masyarakat terdapat norma-norma yang akan membentuk konsep diri pada individu.<sup>215</sup>

Selama menjadi penyintas subjek mengungkapkan bahwa dirinya sempat dikucilkan oleh lingkungan sekitar, hampir lebih dari satu bulan subjek tidak berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Menurut subjek seharusnya lingkungan sekitar/tetangga menjadi support sistem kedua setelah keluarga tapi dengan perlakuan yang subjek dapatkan, subjek merasa hal tersebut tidak pantas, subjek merasa terdiskriminasi dan merasa bahwa dirinya hidup sendiri. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau hubungan sama tetangga itu sebulan apa ya lewat sebulan baru mau interaksi lagi jadi bener-bener kaya keluar rumah, misal nih aku mau keluar entah itu mau beli makan, kekampus ataupun yang lainnya kaya gitu, tetangga lagi jemurin denger suara pintu itu udah langsung masuk, waktu itu udah sembuh jadi kayak yang harusnya tetangga itu jadi support sistem kedua setelah keluarga tapi malah menghancurkan kaya gitu, ngerasa kaya ngga pantas, ngerasa terdiskriminasi, terkucilkan kaya gitu. Jadi ngerasa kaya bener-bener hidup sendiri” (Arf./lamp10/B2)<sup>216</sup>*

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek tidak mendapat penerimaan yang positif dari masyarakat, tetapi dengan seiring berjalannya waktu masyarakat pun kembali menerima subjek sebagai penyintas Covid-19.

<sup>215</sup> Ghufroon and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>216</sup> Wawancara dengan ARF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07 Maret 2022

### Subjek 3

#### 1. Orang tua

Orang tua menjadi faktor pertama dalam pembentukan konsep diri karena orangtua merupakan kontak sosial yang paling awal dan paling kuat yang dialami oleh individu.<sup>217</sup> Jika penerimaan orang tua positif anak akan mengembangkan konsep diri yang positif, begitu pula sebaliknya.

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek mengungkapkan bahwa hubungannya dengan orang tua terjalin dengan baik, ibu yang biasanya jarang telepon menjadi sering menelefon. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Ibu itu setiap hari telfon biasanya kan engga”* (Zf./lamp11/B2)<sup>218</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari orang tua/keluarga subjek.

#### 2. Teman sebaya

Karena selain membutuhkan cinta dari orangtua individu juga membutuhkan penerimaan dari teman sebaya dan apa yang diungkapkan pada dirinya akan menjadi sebuah penilaian terhadap diri individu.<sup>219</sup>

Selama menjadi penyintas subjek mengungkapkan bahwa hubungannya dengan teman sebaya terjalin dengan baik, banyak yang care, dan hampir setiap hari ada yang menjenguknya. Subjek merasa senang karena masih ada yang peduli dan mau menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19. Hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau teman ya banyak yang care hampir tiap hari ada yang jenguk, serius, aku seneng banget”* (Zf./lamp11/B2)<sup>220</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari teman sebayanya.

<sup>217</sup> Ghuftron and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>218</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022

<sup>219</sup> Ghuftron and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>220</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022



### 3. Masyarakat

Masyarakat menjadi faktor pembentukan konsep diri karena didalam masyarakat terdapat norma-norma yang akan membentuk konsep diri pada individu.<sup>221</sup>

Selama menjadi penyintas subjek mengungkapkan bahwa lingkungan sekitar bersikap terhadapnya biasa-biasa saja, tetapi juga tidak terlihat care. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau tetangga ya biasa sih, ya engga keliatan care”*  
(Zf./lamp11/B2)<sup>222</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek mendapat penerimaan dari masyarakat sekitar, tetapi sikap masyarakat terhadap subjek tidak menunjukkan bahwa masyarakat dapat menerima subjek sebagai penyintas Covid-19.

#### Subjek 4

##### 1. Orang tua

Orang tua menjadi faktor pertama dalam pembentukan konsep diri karena orangtua merupakan kontak sosial yang paling awal dan paling kuat yang dialami oleh individu.<sup>223</sup> Jika penerimaan orang tua positif anak akan mengembangkan konsep diri yang positif, begitu pula sebaliknya.

Selama menjadi penyintas subjek mengungkapkan bahwa hubungannya dengan orang tua juga terjalin dengan baik, komunikasi pun menjadi lebih sering karena khawatir dengan keadaan subjek. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Komunikasi lebih sering karena mereka kayaknya khawatir”*  
(Hsa./lamp12/B2)<sup>224</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari orang tua/keluarga subjek.

<sup>221</sup> Ghuftron and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>222</sup> Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022

<sup>223</sup> Ghuftron and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>224</sup> Wawancara dengan HSA selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 09 Maret 2022

## 2. Teman sebaya

Karena selain membutuhkan cinta dari orangtua individu juga membutuhkan penerimaan dari teman sebaya dan apa yang diungkapkan pada dirinya akan menjadi sebuah penilaian terhadap diri individu.<sup>225</sup>

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek mengungkapkan hubungannya dengan teman sebaya baik-baik saja, sikap mereka terhadap subjek sebagai penyintas Covid-19 biasa saja. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau sama temen biasa aja”* (Hsa./lamp12/B2)<sup>226</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari teman sebayanya.

## 3. Masyarakat

Masyarakat menjadi faktor pembentukan konsep diri karena didalam masyarakat terdapat norma-norma yang akan membentuk konsep diri pada individu.<sup>227</sup>

Selama menjadi penyintas subjek mengungkapkan bahwa lingkungan sekitar pondok diisolasi jadi subjek tidak terlalu sering berinteraksi dengan lingkungan sekitar. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Karena posisinya di isolasi mba jadi kaya disekitaran daerah pondok ku kan di isolasi di buat kaya pembatas jadi ngga terlalu, ngga tau gitu”* (Hsa./lamp12/B2)<sup>228</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek jarang berinteraksi dengan masyarakat sekitar.

## Subjek 5

### 1. Orang tua

Orang tua menjadi faktor pertama dalam pembentukan konsep diri karena orangtua merupakan kontak sosial yang paling awal dan paling kuat

<sup>225</sup> Ghufroon and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>226</sup> Wawancara dengan HSA selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 09 Maret 2022

<sup>227</sup> Ghufroon and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>228</sup> Wawancara dengan HSA selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 09 Maret 2022

yang dialami oleh individu.<sup>229</sup> Jika penerimaan orang tua positif anak akan mengembangkan konsep diri yang positif, begitu pula sebaliknya.

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek mengungkapkan bahwa hubungannya dengan keluarga terutama orang tua terjalin dengan sangat baik, sangat kekeluargaan, dan saling terbuka satu sama lain. selain itu hubungan subjek dengan keluarga non inti juga terjalin dengan baik walaupun ada beberapa keluarga yang mengucilkan. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Ih baik banget, kaya disitu itu kekeluargaan banget, emm kaya habis kena musibah kan, makanya kaya introspeksi, terus sekarang kaya lebih terbuka, apa-apanya ngomong terus saling sayang, lah gitulah jadi akrab. Kalau sama keluarga yang bukan inti kaya paman, bibi dll itu baik, cuma ada ya namanya juga keluarga ya...kaya mengucilkan gitu loh, ibaratnya kaya ngga suka ” (Nnr./lamp13/B2)<sup>230</sup>*

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari orang tua/keluarga subjek meskipun ada beberapa keluarga non inti yang tidak menerima subjek secara positif tetapi secara garis besar subjek mendapatkan penerimaan dari keluarga.

## 2. Teman sebaya

Karena selain membutuhkan cinta dari orangtua individu juga membutuhkan penerimaan dari teman sebaya dan apa yang diungkapkan pada dirinya akan menjadi sebuah penilaian terhadap diri individu.<sup>231</sup>

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek mengungkapkan bahwa hubungannya dengan teman sebaya terjalin dengan baik. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau temen oke-oeke aja. ” (Nnr./lamp13/B2)<sup>232</sup>*

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari teman sebayanya.

<sup>229</sup> Ghufon and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>230</sup> Wawancara dengan NNR selaku Penyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 16 Maret 2022

<sup>231</sup> Ghufon and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>232</sup> Wawancara dengan NNR selaku Penyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 16 Maret 2022

### 3. Masyarakat

Masyarakat menjadi faktor pembentukan konsep diri karena didalam masyarakat terdapat norma-norma yang akan membentuk konsep diri pada individu.<sup>233</sup>

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek mengungkapkan bahwa dengan adanya musibah yang subjek alami dari lingkungan sekitar bukannya menjauh tapi malah mendukung dan masih peduli terhadap subjek dan keluarga subjek. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau tetangga malah ngedukung”* (Nnr./lamp13/B2)<sup>234</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari masyarakat.

#### Subjek 6

##### 1. Orang tua

Orang tua menjadi faktor pertama dalam pembentukan konsep diri karena orangtua merupakan kontak sosial yang paling awal dan paling kuat yang dialami oleh individu.<sup>235</sup> Jika penerimaan orang tua positif anak akan mengembangkan konsep diri yang positif, begitu pula sebaliknya.

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek mengungkapkan bahwa hubungannya dengan keluarga terutama dengan orang tua terjalin dengan baik dan setelah sembuh semua kembali normal seperti biasanya.

*“Kalau setelah sembuh ya biasa aja sih mba, kembali normal pada ya saling berinteraksi”* (Hjt./lamp14/B2)<sup>236</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari orang tua/keluarga subjek.

---

<sup>233</sup> Ghuftron and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>234</sup> Wawancara dengan NNR selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 16 Maret 2022

<sup>235</sup> Ghuftron and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>236</sup> Wawancara dengan HJT selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 22 Maret 2022

## 2. Teman sebaya

Karena selain membutuhkan cinta dari orangtua individu juga membutuhkan penerimaan dari teman sebaya dan apa yang diungkapkan pada dirinya akan menjadi sebuah penilaian terhadap diri individu.<sup>237</sup>

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek mengungkapkan bahwa hubungannya dengan teman sebayanya baik-baik saja, karena pada saat itu pembelajaran masih online jadi teman subjek pun tidak banyak yang mengetahui bahwa subjek merupakan penyintas Covid-19. Hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau sama temen kan waktu itu masih ini ya mba masih online jadi sempet malah belum masuk ini kayaknya masih apa ya, ya masih MABA-MABA kaya gitu lah juga jarang inikan matkul ada beberapa cuma ngga pernah mengikuti sih aku”* (Hjt./lamp14/B2)<sup>238</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari teman sebayanya.

## 3. Masyarakat

Masyarakat menjadi faktor pembentukan konsep diri karena didalam masyarakat terdapat norma-norma yang akan membentuk konsep diri pada individu.<sup>239</sup>

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek mengungkapkan bahwa hubungannya dengan lingkungan sekitar/tetangga sempat tidak terjalin dengan baik, tetapi dengan seiring berjalannya waktu hubungannya dengan lingkungan sekitar mulai kembali membaik. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau sama tetangga sempet ini, apa ya sempet ya wong kita ngga dienakin gitu ya sempet aku sama kakak-kakak ku “ya udah mereka udah ngga butuh kita, kita juga udah ngga butuh sama mereka” gitu, cuman orang tua “ya ngga gitu layaknya manusia tetep*

<sup>237</sup> Ghufon and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>238</sup> Wawancara dengan HJT selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 22 Maret 2022

<sup>239</sup> Ghufon and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

*membutuhkan satu sama lain” gitu, akhirnya hubungan baik lagi”* (Hjt./lamp14/B2)<sup>240</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek tidak mendapat penerimaan yang positif dari masyarakat, tetapi dengan seiring berjalannya waktu masyarakat pun kembali menerima subjek sebagai penyintas Covid-19.

## Subjek 7

### 1. Orang tua

Orang tua menjadi faktor pertama dalam pembentukan konsep diri karena orangtua merupakan kontak sosial yang paling awal dan paling kuat yang dialami oleh individu.<sup>241</sup> Jika penerimaan orang tua positif anak akan mengembangkan konsep diri yang positif, begitu pula sebaliknya.

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek mengungkapkan bahwa hubungannya dengan keluarga terjalin dengan baik terutama dengan orang tua, keluarga menjadi lebih hangat, saling terbuka satu sama lain. selain itu hubungan subjek dengan keluarga non inti pun terjalin dengan baik, jadi lebih solid dan saling membantu satu sama lain. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau sama keluarga jadi tambah hangat, karena memang lebih banyak waktu dirumah bareng-bareng 24 jam bareng-bareng dirumah, jadi lebih banyak sharing, cerita, curhat-curhatan, becanda gitu, jadi tambah hangatlah. Keluarga luar juga tambah solid ya karena kan kita nggak bisa kemana-mana jadi makanan dianter, terus kalau ada keperluan-keperluan mereka yang back up gitu”* (Ab./lamp15/B2)<sup>242</sup>

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari orang tua/keluarga subjek.

<sup>240</sup> Wawancara dengan HJT selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 22 Maret 2022

<sup>241</sup> Ghufon and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>242</sup> Wawancara dengan AB selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 24 Maret 2022

## 2. Teman sebaya

Karena selain membutuhkan cinta dari orangtua individu juga membutuhkan penerimaan dari teman sebaya dan apa yang diungkapkan pada dirinya akan menjadi sebuah penilaian terhadap diri individu.<sup>243</sup>

Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek mengungkapkan bahwa hubungannya dengan teman sebaya awalnya subjek sempat menutup diri, merasa insecure dan overthingking, subjek merasa bahwa teman sebayanya akan menyalahkan subjek. Padahal mereka biasa saja dengan apa yang subjek alami dan teman subjek menanyakan kabar subjek karena mereka peduli terhadap subjek. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau sama temen awalnya, awal banget, kalau awal-awal itu aku menutup diri kaya insecure dan lain sebagainya kayak memang overthingkingnya aku sih padahal mereka biasa aja kaya kalau mereka nanya aku ngerasanya mereka akan menyalahkan aku padahal ngga bakal kaya gitu, padahal mereka nanya ya peduli tapi akunya yang ngerasa “nanti mereka nyalahin aku” karenakan aku berawalnya kan habis ketemu sama temen-temen kan direoni akbar jadinya kayak “nanti mereka nyalahin aku deh, dibelakang kayaknya mereka ngomongin aku deh” gitu, aku ngerasa kayak gitu” (Ab./lamp15/B2)<sup>244</sup>*

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek mendapat penerimaan yang positif dari teman sebayanya.

## 3. Masyarakat

Masyarakat menjadi faktor pembentukan konsep diri karena didalam masyarakat terdapat norma-norma yang akan membentuk konsep diri pada individu.<sup>245</sup> Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek mengungkapkan bahwa hubungannya dengan lingkungan sekitar sempat tidak baik, subjek sempat mengalami diskriminasi oleh lingkungan sekitar, tetapi masih ada beberapa tetangga yang masih peduli terhadap subjek dan juga keluarga subjek. hal ini diungkapkan oleh subjek sebagai berikut:

*“Kalau tetangga itu sih itu yang paling bikin stress itu tetangga, walaupun ngga semuanya ya, walaupun banyak juga tetangga yang*

<sup>243</sup> Ghufon and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>244</sup> Wawancara dengan AB selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 24 Maret 2022

<sup>245</sup> Ghufon and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

*masih peduli, kayak nganter makanan, nganter obat, dan lain sebagainya, tapi banyak tetangga yang kaya kedengeran isu, karena aku itu keluarga ku itu keluarga pertama yang kena, yang positif di daerah ku, terus “itu gara-gara si A itu keluar-keluar terus sih, jadinya positif, jadinya disini ada yang positif” kalau ngga ya harus jaga jarak “awas jangan dekat-deket” gitu” (Ab./lamp15/B2)<sup>246</sup>*

Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa subjek sempat tidak mendapat penerimaan yang positif dari masyarakat, tetapi masih ada beberapa tetangga yang peduli terhadap subjek dan keluarga subjek.

### **E. Analisis**

Pembentukan konsep diri terus berkembang sejalan dengan perkembangan individu. Proses pola pembentukan konsep diri sendiri dipengaruhi oleh penerimaan orang lain terhadap dirinya serta proses belajar dalam interaksinya dalam lingkungan sosial di sekitarnya. Cara seseorang meningkatkan konsep dirinya adalah dengan mengarahkan tingkah lakunya sedemikian rupa sehingga menimbulkan reaksi yang positif dari orang-orang di sekitarnya dan mereka dapat berpikir lebih positif tentang diri mereka.<sup>247</sup>

Individu yang mempunyai konsep diri positif akan mempertimbangkan tujuan berdasarkan kenyataan, yaitu tujuan-tujuan yang mungkin untuk dicapai, bisa atau mampu menghadapi kehidupan dimasa depan, dan percaya bahwa hidup merupakan sebuah proses penemuan.<sup>248</sup> Konsep diri yang positif menunjukkan adanya penerimaan diri dan dapat mengenal dirinya dengan baik. Konsep diri yang positif bersifat stabil dan bervariasi. Seseorang yang mempunyai konsep diri yang positif bisa memahami dan menerima sejumlah fakta yang bermacam-macam mengenai dirinya sehingga evaluasi terhadap

---

<sup>246</sup> Wawancara dengan AB selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 24 Maret 2022

<sup>247</sup> Ihsan Mz, “Peran Konsep Diri Terhadap Kedisiplinan Siswa,” *NALAR: Jurnal Peradaban Dan Pemikiran Islam* 2, no. 1 (2018): 1, <https://doi.org/10.23971/njppi.v2i1.915>.

<sup>248</sup> Hasna Sarikusuma and Nur Hasanah, “Konsep Diri Orang Dengan HIV Dan AIDS (ODHA) Yang Menerima Label Negatif Dan Diskriminasi Dari Lingkungan Sosial,” *Psikologia: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 7, no. 1 (2012): 29–40, <https://doi.org/10.32734/psikologia.v7i1.2533>.



dirinya sendiri menjadi positif dan bisa menerima dirinya apa adanya.<sup>249</sup> Penyintas Covid-19 yang mempunyai konsep diri yang positif maka akan merancang tujuan-tujuan sesuai dengan kenyataan yaitu tujuan yang kemungkinan besar dapat tercapai, mampu menghadapi kehidupan dimasa depan, dan menganggap bahwa hidup merupakan suatu proses penemuan.

Ketujuh subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa yang terdampak Covid-19 dan mengalami stigma buruk dari masyarakat. Subjek pertama dinyatakan positif Covid-19 pada bulan Mei akhir 2021 dan dinyatakan sembuh dari Covid-19 yaitu 10 hari setelah dinyatakan positif, selama menjadi penyintas Covid-19 tentu subjek pernah mengalami deskriminasi dari lingkungan sekitar dan juga hambatan dalam berinteraksi mulai dari tetangga yang masih menjauh, teman dekat/sahabat yang acuh tak acuh, hal tersebut menjadikan subjek belum siap berinteraksi dengan lingkungan, menurut subjek menjadi penyintas Covid-19 banyak sekali tekanan yang dialami, namun dengan adanya dukungan terutama dari keluarga, teman sebaya dan juga tetangga yang masih peduli hal tersebut menjadi pengaruh positif yang membuat subjek kembali bangkit dan bisa menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19, tetap bersyukur serta berfikir positif terkait apa yang ia alami.

Subjek kedua dinyatakan positif Covid-19 pada bulan Juni 2021 setelah lebaran Idul Fitri dan dinyatakan sembuh dari Covid-19 dihari ke 16 setelah dinyatakan positif. Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek pernah mengalami diskriminasi dari lingkungan sekitar dan hambatan dalam berinteraksi, bentuk diskriminasi yang subjek dapatkan yaitu dikucilkan oleh tetangga sekitar, dan dipandangan sebelah mata, hal tersebut berlangsung selama satu bulan lebih, saat itu subjek merasa hidup sendiri, merasa bahwa dirinya beda dengan yang lain, dan memilih untuk menjauh dari orang lain, adanya bentuk diskriminasi dari lingkungan sekitar menjadi sebuah pengaruh negatif terhadap diri subjek, namun dengan adanya dukungan dari pihak keluarga dan juga teman sebaya menjadi sebuah support system sekaligus

---

<sup>249</sup> Lia Khikmatul Maula, *KONSEP DIRI REMAJA PENGAKSES PORNOGRAFI (STUDI KUALITATIF MAHASISWA UNIVERSITAS JEMBER)*, 2018, <http://repository.unej.ac.id>.

pengaruh positif terhadap diri subjek. Seiring dengan berjalannya waktu subjek mulai bisa menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19, lebih mencintai dirinya dan lebih menghargai dirinya sebagai penyintas Covid-19.

Subjek ketiga dinyatakan positif Covid-19 pada pertengahan bulan agustus 2021 dan dinyatakan sembuh dari Covid-19 pada tanggal 25 agustus 2021. Subjek mengalami diskriminasi pada saat pertama kali dinyatakan positif Covid-19 dari keluarga dan juga dari tetangga sekitar, seperti halnya dikucilkan tapi setelah dinyatakan sembuh dari Covid-19 banyak orang yang mendekat, banyak yang mensupport dan peduli terhadap dirinya terutama dari pihak keluarga. Walaupun begitu tentunya subjek pernah merasa malu dan minder menjadi penyintas Covid-19 dan subjek sempat menolak dirinya sebagai penyintas Covid-19, akan tetapi dengan seiring berjalannya waktu subjek mulai menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19. Menurut subjek adanya dukungan dan motivasi dari orang sekitar sangatlah penting karena hal tersebut dapat berpengaruh terhadap kondisi psikis subjek.

Subjek keempat dinyatakan positif Covid-19 pada bulan september 2021 dan dinyatakan sembuh dari Covid-19 sekitar 1 minggu setelah karantina lalu karantina lagi dipondok sekitar 2 minggu. Subjek sempat mengalami diskriminasi dari lingkungan sekitar seperti halnya dikucilkan, selain itu muncul juga berita-berita yang tidak mengenakan diberbagai platform media massa terkait virus Covid-19 dari klaster pondok pesantren, dan pondok pesantren yang ia tempati merupakan salah satu pondok yang masuk dalam klaster tersebut. Meskipun begitu subjek tidak merasa malu ataupun minder sebagai penyintas Covid-19 karena menurutnya menjadi penyintas merupakan sebuah pengalaman yang nantinya bisa ia ceritakan kepada orang lain dan subjek menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19. Hal yang membuat subjek bisa menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19 karena adanya dukungan dari keluarga, menurut subjek dukungan dari keluarga dan orang sekitar sangatlah penting karena bisa mempengaruhi kesehatan mental serta pola pikir, yang tadinya negatif menjadi positif.

Subjek kelima dinyatakan positif Covid-19 pada bulan juli 2021 dan dinyatakan sembuh dari Covid-19 pada tanggal 19 juli 2021. Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek pernah mengalami diskriminasi dari lingkungan sekitar dan hambatan dalam berinteraksi, diskriminasi yang subjek dapatkan selama menjadi penyintas yaitu subjek di judge oleh lingkungan sekitar dan ada juga dari pihak keluarga luar yang ikut menjudge dirinya bahwa ialah penyebab ayahnya meninggal karena ikut terpapar virus Covid-19, selain itu subjek juga sempat mengalami trauma terhadap keramaian dan ia juga takut bertemu dengan orang, hal tersebut berlangsung selama 3 bulan, ia merasa takut kalau dirinya membawa virus jadi ia menutup diri dan enggan berinteraksi dengan orang lain. Akan tetapi dengan adanya dukungan dari orang sekitar terutama dukungan dari keluarga menjadikan dirinya bisa kembali berinteraksi dan ia juga menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19 serta lebih menguatkan diri kembali.

Subjek keenam ia sempat terpapar virus Covid-19 2 kali, yang pertama dinyatakan positif pada bulan 21 April 2021 lalu dinyatakan sembuh setelah 2 minggu melakukan karantina secara mandiri, dan yang kedua pada tanggal 19 September 2021 lalu dinyatakan sembuh setelah 7 hari melakukan karantina di Wisma Baturraden. Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek pernah mengalami diskriminasi dari lingkungan sekitar, diskriminasi yang subjek dapatkan yaitu dikucilkan oleh lingkungan sekitar, rumah subjek juga sempat diborgol oleh RT setempat dan setelah sembuh pun masyarakat sekitar masih enggan berinteraksi dengan subjek dan juga keluarga subjek. Subjek sempat menolak dirinya sebagai penyintas Covid-19 akan tetapi dengan seiring berjalannya waktu banyak dukungan yang subjek dapatkan terutama dukungan dari keluarga membuat subjek lebih bisa menerima dirinya sebagai penyintas dan menurut subjek menjadi penyintas Covid-19 bukanlah hal yang memalukan.

Subjek ketujuh dinyatakan positif Covid-19 pada tanggal 7 bulan juni dan dinyatakan sembuh 14 hari setelah dinyatakan positif Covid-19. Selama menjadi penyintas Covid-19 subjek pernah mengalami diskriminasi dari

lingkungan sekitar, diskriminasi yang subjek dapatkan yaitu dikucilkan oleh lingkungan sekitar, subjek sempat berfikir apakah menjadi penyintas merupakan sebuah aib, dan subjek juga sempat menolak dirinya sebagai penyintas. Akan tetapi dengan seiring berjalannya waktu banyak dukungan yang subjek dapatkan dari keluarga, teman, dan juga lingkungan sekitar yang masih peduli terhadapnya, dengan adanya dukungan tersebut menjadikan subjek bisa kembali bangkit dan semangat dalam menjalani hidup, bisa menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19 karena dari peristiwa yang ia alami sebagai penyintas Covid-19 menjadikannya belajar mengenai penerimaan dan menjadikan dirinya lebih aware pada kesehatan fisik dan psikis.

Konsep diri individu terbentuk dan dipengaruhi oleh beberapa faktor, Menurut Calhoun dan Acocella sumber informasi yang penting dalam pembentukan konsep diri yaitu orangtua, teman sebaya, dan masyarakat. Orangtua menjadi faktor pertama dalam pembentukan konsep diri karena orangtua merupakan kontak sosial yang paling awal dan paling kuat yang dialami oleh individu, jika penerimaan orangtua positif anak akan mengembangkan konsep diri yang positif, begitu pula sebaliknya. Peran orangtua juga memegang peran penting dalam informasi dan gambaran tentang individu. Ketujuh subjek mendapatkan peran orangtua yang baik dalam pembentukan konsep diri masing-masing, walaupun ada beberapa subjek yang tidak mendapatkan peran ayah didalam hidupnya karena beberapa faktor akan tetapi hal tersebut tidak menjadi sebuah kegagalan dalam pembentukan konsep diri yang positif pada subjek, karena masih ada peran ibu serta saudara kandung seperti kakak/adik, dengan begitu subjek tetap merasa adanya penerimaan, kasih sayang serta rasa aman didalam keluarga.

Kedua, faktor teman sebaya karena selain membutuhkan cinta dari orangtua individu juga membutuhkan penerimaan dari teman sebaya dan apa yang diungkapkan pada dirinya akan menjadi sebuah penilaian terhadap diri individu. Dan yang ketiga masyarakat, karena didalam masyarakat terdapat norma-norma

yang akan membentuk konsep diri pada individu.<sup>250</sup> Ketujuh subjek sempat mengalami diskriminasi dari lingkungan sekitar namun dengan seiring berjalannya waktu muncul dukungan dari orang-orang sekitar yang masih peduli dan pada akhirnya subjek mendapat penerimaan yang positif dari lingkungan sekitar baik dari teman sebaya maupun dari masyarakat.

Menjadi penyintas COVID-19 merupakan kondisi yang sebelumnya tidak pernah dialami oleh subjek pastinya banyak sekali perubahan yang reponden alami, mulai dari perubahan secara kesehatan fisik maupun psikis, hambatan dalam berinteraksi dengan orang lain, perubahan peran subjek dalam keluarga maupun masyarakat, dan adanya perubahan karakter selama menjadi penyintas.

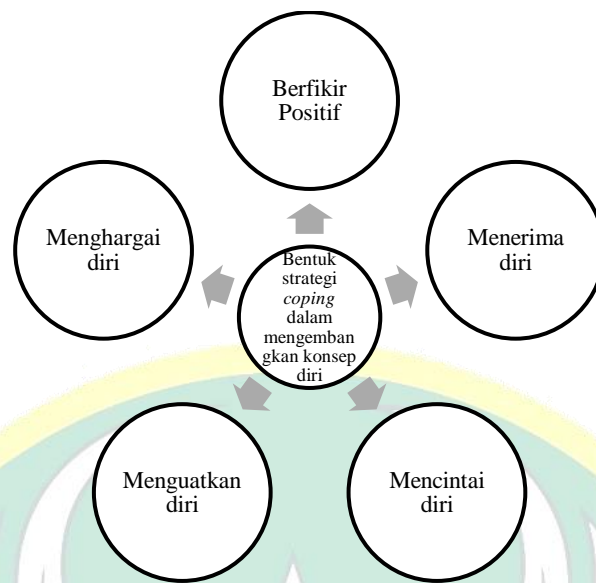
Dalam penelitian faktor yang mempengaruhi strategi coping dalam mengembangkan konsep diri penyintas Covid-19 dipengaruhi oleh adanya dukungan dari orang tua/keluarga, teman sebaya dan masyarakat. Dukungan sosial merupakan salah satu faktor pengubah stres. Menurut Pramadi dan Lasmono dukungan sosial meliputi informasi atau saran baik verbal maupun nonverbal, bantuan nyata atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau mereka dapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi individu. Pramadi dan Lasmono juga mengatakan jenis dukungan ini meliputi yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dan dukungan informatif. Manusia sebagai makhluk sosial tidak bisa lepas dari orang-orang yang berada di sekitarnya. Dukungan sosial yang tinggi akan memunculkan strategi coping dan apabila dukungan sosial yang diterima rendah maka tidak akan memunculkan strategi coping bagi individu.<sup>251</sup>

Dari adanya dukungan sosial memunculkan dampak positif dari perilaku *coping* yang dilakukan oleh ketujuh subjek yaitu subjek mampu menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19, lebih berfikir positif, lebih mencintai diri sendiri, lebih menghargai diri sendiri dan mampu menguatkan diri sendiri.

---

<sup>250</sup> Ghufroon and Rini Risnawita S, *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*.

<sup>251</sup> Al-Miraza, "Strategi Koping, Stres, Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Universitas Sumatera Utara Dalam Masa New Normal COVID-19."



**Gambar 1.** Bentuk *coping* Penyintas

Berdasarkan hasil penelitian berupa observasi, dan wawancara, diketahui bahwa secara umum ketujuh subjek dalam penelitian ini memiliki konsep diri yang positif. Komponen konsep diri berupa gambaran diri, ideal diri, harga diri, peran diri, dan identitas diri dapat membentuk konsep diri yang positif karena adanya strategi *coping* yang dipengaruhi oleh dukungan sosial. Walaupun dari 5 dimensi yang dipaparkan diatas ada beberapa dimensi pada subjek yang lebih cenderung pada konsep diri negatif, tetapi dimensi lainnya subjek lebih mengarah pada konsep diri positif. Penerimaan yang positif dari orang tua, teman sebaya dan masyarakat mampu membuat ketujuh subjek dalam penelitian ini dapat mengembangkan konsep diri yang positif.

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Penyintas Covid-19 memiliki gambaran konsep diri yang berbeda-beda. Secara keseluruhan konsep diri terbagi menjadi 2, yaitu konsep diri negatif dan konsep diri positif. Berdasarkan hasil wawancara maupun observasi terhadap ketujuh responden, secara garis besar ketujuh subjek menunjukkan konsep diri yang mengarah pada konsep diri positif.

Pembentukan konsep diri terus berkembang sejalan dengan perkembangan individu. Proses pola pembentukan konsep diri sendiri dipengaruhi oleh penerimaan orang lain terhadap dirinya serta proses belajar dalam interaksinya dalam lingkungan sosial di sekitarnya.

Dari adanya dukungan sosial memunculkan dampak positif dari perilaku *coping* yang dilakukan oleh ketujuh subjek yaitu subjek mampu menerima dirinya sebagai penyintas Covid-19, lebih berfikir positif, lebih mencintai diri sendiri, lebih menghargai diri sendiri dan mampu menguatkan diri sendiri.

Komponen konsep diri berupa gambaran diri, ideal diri, harga diri, peran diri, dan identitas diri membentuk konsep diri yang positif. Walaupun dari 5 dimensi yang dipaparkan diatas ada beberapa dimensi pada responden yang lebih cenderung pada konsep diri negatif, tetapi dimensi lainnya responden lebih mengarah pada konsep diri positif. Penerimaan yang positif dari orang tua, teman sebaya dan masyarakat mampu membuat ketujuh subjek dalam penelitian ini mengembangkan konsep diri yang positif.

### **B. Saran**

Penelitian ini tergolong penelitian yang memiliki relevansi dengan Konsep diri. Semoga dengan adanya penelitian ini memberikan nilai kebaikan bagi akademisi dan masyarakat. Maka dari itu, peneliti mencoba memberikan saran-saran, demi perbaikan dan riset-riset yang lebih baik untuk penelitian kedepannya.

Bagi para akademisi, diharapkan bisa mengkaji dengan metode lain baik kualitatif, kuantitatif maupun mix method dengan kajian yang lebih mendalam yang dapat diaplikasikan pada masyarakat terkait Konsep diri. Penelitian lain juga bisa membahas selain Strategi coping dalam mengembangkan konsep diri, namun bisa juga membahas kajian lainnya sehingga menjadi lebih menarik dan unik, sehingga bisa menghasilkan penelitian dan karya ilmiah lainnya yang bermanfaat bagi pengembangan keilmuan.

Bagi masyarakat, diharapkan masyarakat mampu berperan aktif dalam pembentukan konsep diri sehingga masyarakat secara umum mampu memperoleh manfaat bagi kehidupan.





## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Miraza, Asyifa Rizvi. "Strategi Koping, Stres, Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Universitas Sumatera Utara Dalam Masa New Normal COVID-19," 2021. <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/44375>.
- Andriani, Mutia, and Ni'matuzahroh. "Konsep Diri Dengan Konfromitas Pada Komunitas Hijabers." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 1 (1) (2013): 114.
- Andriani, Mutia, and Ni'matuzahroh. "KONSEP DIRI DENGAN KONFROMITAS PADA KOMUNITAS HIJABERS." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 01, no. 01 (2013): 110–26.
- Anggito, Albi, and Johan Setiawan. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak (Jejak Publisher), 2018.
- Apriani, Vina, and Wahyu Utamidewi. "KONSTRUKSI REALITAS SOSIAL DAN MAKNA DIRI PENYINTAS COVID-19 DI JAKARTA." *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi* 20, no. 1 (2021): 81–96.
- Ardi, Muhammad. "Hubungan Antara Persepsi Terhadap Organisasi Dengan Minat Berorganisasi." *Jurnal Psikologi UIN SUSKA Riau*, 2010, 2.
- Dylan Trotsek. "BAB II Strategi Coping, Single Mother, Kenakalan Anak." *Journal of Chemical Information and Modeling* 110, no. 9 (2017): 1689–99.
- Fachrunisa, Rahma Ayuningtyas. "Strategi Coping Pada Penyintas Covid-19 Yang Mengalami Stigma: Sebuah Studi Fenomenologi." *Psychopolytan : Jurnal Psikologi* 5, no. 1 (2021): 26–38. <https://doi.org/10.36341/psi.v5i1.1688>.
- Fadhallah. *Wawancara*. Jakarta: UNJ Press, 2020.
- Fatimah, Siti Nur. "Dinamika Konsep Diri Pada Orang Dewasa Korban Child Abused." *Empathy* 1, no. 1 (2010): 131–43.
- Fitrah, Muh, and Lutfiya. *Metode Penelitian (Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus)*. Sukabumi: Jejak, 2017.
- Fitriawati, D. "Konsep Diri Cosplayer 'Studi Fenomenologis Mengenai Konsep Diri Aeon Cosplay Team Bandung.'" *Jurnal Ilmu Komunikasi (J-IKA)* III, no. 1 (2016): 47–58. [https://www.academia.edu/download/50975945/JIKA\\_005\\_04\\_16\\_diny.pdf](https://www.academia.edu/download/50975945/JIKA_005_04_16_diny.pdf).

- Gafur, Harun. *Mahasiswa Dan Dinamika Dunia Kampus*. Bandung: CV. Rasi Terbit, 2015.
- Ghufroon, M. Nur, and Rini Risnawita S. *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*. Jogjakarta: AR-RUZZ MEDIA, 2020.
- Hasan, and M. Iqbal. *Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian Dan Aplikasinya*. Bogor: Ghalia Indonesia, 2002.
- Jahja, Yudrik. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Prenadamedia Group, 2011.
- Kurniawan, Yudi, and Markus Nanang Irawan Budi Susilo. "Bangkit Pascainfeksi: Dinamika Resiliensi Pada Penyintas Covid-19." *PHILANTHROPY: Journal of Psychology* 5, no. 1 (2021): 131. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v5i1.3326>.
- Mafazi, Naufal. "Pengaruh Strategi Coping Dan Harga Diri Terhadap Pengungkapan Diri Remaja Di Jejaring Sosial Online," 2017, 1–100.
- Maryam, Siti. "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya." *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa* 1, no. 2 (2017): 101. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>.
- Maula, Lia Khikmatul. *KONSEP DIRI REMAJA PENGAKSES PORNOGRAFI (STUDI KUALITATIF MAHASISWA UNIVERSITAS JEMBER)*, 2018. <http://repository.unej.ac.id>.
- Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Edisi Revi. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017.
- Muh. Fitrah, and Luthfiyah. *Metodologi Penelitian; Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*. Edited by Ruslan and Moch. Mahfud Effendi. Sukabumi: CV Jejak, 2017.
- Mukhtazar. *Prosedur Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Absolute Media, 2020.
- Mustofa, Ahmad, and Yusuf Arisandi. "Konsep Percaya Diri Perspektif Al- Qur'an." *Al-Jadwa: Jurnal Studi Islam* 1, no. 1 (2021): 19–41. <http://ejournal.iaindalwa.ac.id/index.php/al-jadwa/article/view/470>.
- Mz, Ihsan. "Peran Konsep Diri Terhadap Kedisiplinan Siswa." *NALAR: Jurnal Peradaban Dan Pemikiran Islam* 2, no. 1 (2018): 1. <https://doi.org/10.23971/njppi.v2i1.915>.

- Nabila, Thasya. *Literature Review : Hipertensi Sebagai Komorbid Pada Pasien Covid-19*, 2021.
- Nur Aziz Afandi. *Prosiding Seminar Nasional & Workshop Psikologi Klinis UM 2019*, 2019.
- Pusat Teknologi Informasi dan Pangkalan Data UIN Saizu. "PROFIL UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO," 2021. <https://uinsaizu.ac.id/>.
- Purba, Iman Pasu Marganda Hadiarto. "Implementasi Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018 Tentang Kekejarantinaan Kesehatan Di Jawa Timur Menghadapi Pandemi COVID-19." *Journal of Chemical Information and Modeling* 4 (2021): 1–11.
- Purhantara, and Wahyu. *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Bisnis*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010.
- Putri, Alifia Fernanda. "Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya." *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling* 3, no. 2 (2018): 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>.
- Raco, J.R. *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakter Dan Keunggulan*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia, 2010.
- Republik Indonesia. "UU No. 12 Nomor 2012." *Undang Undang*, 2012.
- Rijali, Ahmad. "Analisis Data Kualitatif Ahmad Rijali UIN Antasari Banjarmasin" 17, no. 33 (2018): 81–95.
- Rizaldi, Aryo Atha, and Diana Rahmasari. "Resiliensi Pada Lansia Penyintas Covid-19 Dengan Penyakit Bawaan." *Jurnal Penelitian Psikologi* 8, no. 5 (2021): 1–15.
- Sarikusuma, Hasna, Nur Hasanah, and Ika Herani. "Konsep Diri Orang Dengan HIV Dan AIDS (ODHA) Yang Menerima Label Negatif Dan Diskriminasi Dari Lingkungan Sosial." *Psikologia: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 7, no. 1 (2012): 29–40. <https://doi.org/10.32734/psikologia.v7i1.2533>.
- Sitepu, Juli Maini, and Mawaddah Nasution. "Pengaruh Konsep Diri Terhadap Coping Stress Pada Mahasiswa FAI UMSU." *Intiqad: Jurnal Agama Dan Pendidikan Islam* 9 (1) (2017): 73–74.

- Siyoto, Sandu, and M. Ali Sodik. *Dasar Metode Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D)*. Bandung: Alfabet, 2015.
- Suhendra, D S. "Pengembangan Alat Ukur Coping Stress Untuk Pelajar Sekolah Menengah Atas (SMA)" 1, no. 705050020 (2009).
- Suminar, Eva, and Tatik Meiyuntari. "Konsep Diri, Konformitas Dan Perilaku Konsumtif Pada Remaja." *Jurnal Psikologi Indonesia* 4, no. 02 (2015).
- Sunaryo. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Edited by Monica Ester. Jakarta: Penerbit buku Kedokteran EGC, 2004.
- Volume, Counseling, No Tahun, Muhammad Taqiyyuddin Azka, and Iain Kudus. "Proceeding the 1" 01, no. 01 (2021): 61–70.
- Wawancara dengan MLF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 04 Maret 2022
- Wawancara dengan ARF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 07 Maret 2022
- Wawancara dengan ZF selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 08 Maret 2022
- Wawancara dengan HSA selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 09 Maret 2022
- Wawancara dengan NNR selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 16 Maret 2022
- Wawancara dengan HJT selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 22 Maret 2022
- Wawancara dengan AB selaku Peyintas Covid-19 di UIN Prof. K.H. saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal 24 Maret 2022
- Yandari, Indhira Asih Vivi, and Maya Kuswaty. "Penggunaan Media Monopoli Terhadap Peningkatan Kemampuan Pemahaman Konsep Matematis Peserta Didik Kelas V Sekolah Dasar." *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar* 3, no. 1 (2017): 10. <https://doi.org/10.30870/jpsd.v3i1.1037>.
- Yuliarti, Dini, and Yudi Abdul Majid. "Strategi Coping Perawat Di Masa Pandemi

- Dengan Covid-19 : Literature Review” 10, no. 2 (2021): 291–306.
- Yuna, Sri. “Metodologi Penyusunan Studi Kasus.” *Jurnal Keperawatan Indonesia* 10, no. 2 (2006): 76–80.
- Yunika Khairun, Deasy. Al Hakim, Ibrahim. “Profil Tugas Perkembangan Mahasiswa Prodi Pendidikan Kimia Universitas Sultan Ageng Tirtayasa.” *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling* 1, no. 1 (2016): 105–11.
- Zuama, Shofiyanti Nur. “Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Strategi Coping Pada Mahasiswa Angkatan 2009 Program Studi PG PAUD FKIP Universitas Tadulako.” *Kreatif* 16, no. 3 (2013): 41–51.  
<https://media.neliti.com/media/publications/123594-ID-hubungan-antara-konsep-diri-dengan-strat.pdf>.
- Zuhara, Indrawati. “Stresor , Dukungan Sosial , Strategi Mengatasi , Stres , Dan” 02, no. 1 (2017): 1–14.
- Zuhara, Indrawati, Istiqlaliyah Muflikhati, and Diah Krisnatuti. “Stressor, Social Support, Coping Strategy, Stress, and Life Satisfaction of Married Woman Student.” *Journal of Family Sciences* 2, no. 1 (2017): 1.  
<https://doi.org/10.29244/jfs.2.1.1-14>.





**LAMPIRA-LAMPIRAN**

**LAMPIRAN 1**  
**PEDOMAN WAWANCARA**

**A. IDENTITAS**

Nama :

Jenis Kelamin :

Tempat/Tanggal Lahir :

Usia :

Pendidikan :

Agama :

Jumlah saudara kandung :

Anak Ke- :

Suku :

Alamat :

Nama ayah :

Pekerjaan ayah :

Pendidikan ayah :

Usia :

Nama ibu :

Pekerjaan ibu :

Pendidikan ibu :

Usia :

**B. DAFTAR WAWANCARA**

Hari, tanggal :

Tempat :

Pukul :

**RIWAYAT COVID-19**

1. Kapan anda dinyatakan positif COVID-19?

2. Bagaimana perasaan anda saat pertama kali dinyatakan positif COVID-19?
3. Gejala-gejala seperti apa yang anda alami?
4. Bagaimana kondisi anda saat pertama kali dinyatakan positif COVID-19?
5. Apakah anda sempat merasa takut mati setelah dinyatakan positif COVID-19?
6. Apakah anda memiliki riwayat penyakit sebelum dinyatakan positif COVID-19?
7. Bagaimana perasaan anda ketika pertama kali harus melakukan isolasi?
8. Apakah selama menjalani perawatan COVID-19 anda memiliki kesulitan tidur?
9. Bagaimana nafsu makan anda selama menjalani perawatan COVID-19?
10. Kapan anda dinyatakan sembuh dari COVID-19?
11. Bagaimana perasaan anda saat dinyatakan sembuh dari COVID-19?

#### **PENGALAMAN SEBAGAI PENYINTAS**

1. Setelah anda dinyatakan sembuh dari COVID-19 hambatan apa yang anda alami selama berinteraksi dengan orang lain?
2. Selama menjadi penyintas COVID-19 bagaimana hubungan anda dengan keluarga anda (ayah, ibu, kakak, adik, paman, bibi dll), teman sebaya anda, dan tetangga anda?
3. Siapa yang paling memberikan pengaruh terhadap diri anda?
4. Seberapa besar pengaruh orang lain terhadap diri anda? Mengapa?
5. Apakah anda sempat menutup diri dan merasa minder setelah menjadi penyintas COVID-19?
6. Apakah anda pernah mengalami diskriminasi oleh orang terdekat seperti keluarga, saudara, tetangga, atau teman sebaya anda? Jika pernah, Seperti apa bentuk diskriminasi yang anda dapatkan?
7. Adakah dukungan dari orang lain seperti keluarga atau orang terdekat anda dalam membantu mengatasi masalah-masalah tersebut?
8. Seberapa pentingnya dukungan orang sekitar terhadap diri anda sebagai penyintas? Mengapa?



9. Ketika anda dihadapkan dengan kondisi tertekan adakah ibadah tertentu yang anda lakukan?

## **KONSEP DIRI**

### ***Basic self concept***

1. Bagaimana pendapat anda mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?
2. Bagaimana anda bersikap terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?
3. Apa kelebihan dan kelemahan yang anda miliki selama menjadi penyintas COVID-19?
4. Bagaimana pandangan anda terhadap kelebihan dan kelemahan yang anda miliki?
5. Bagaimana perbedaan anda dalam memandang diri anda sebelum dan sesudah menjadi penyintas COVID-19 baik secara fisik maupun psikis?
6. Menurut anda apakah menjadi penyintas COVID-19 merupakan hal yang memalukan?
7. Apakah anda sempat merasa bahwa kehadiran anda tidak diharapkan oleh orang terdekat anda atau masyarakat disekitar anda?
8. Bagaimana pandangan dan solusi anda dalam menyikapi perubahan fisik, perubahan kesehatan dan perubahan psikis yang dialami selama menjadi penyintas COVID-19?

### ***Social self concept***

1. Bagaimana pendapat orang lain tentang diri anda sebagai penyintas COVID-19?
2. Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain tersebut?
3. Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain apabila tidak sesuai dengan pendapat anda mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?
4. Menurut anda bagaimana seharusnya orang lain bersikap kepada diri anda sebagai penyintas?

***Ideal self***

1. Apakah anda menyukai diri anda sebelum dan sesudah menjadi penyintas COVID-19?
  - Jika suka, apa yang disukai? Mengapa?
  - Jika tidak, mengapa anda tidak suka? Apa yang ingin anda ubah?
2. Apa harapan anda terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?
3. Apa harapan untuk kondisi fisik anda selanjutnya?
4. Apa harapan anda untuk perkembangan pada psikis anda?
5. Apa harapan anda untuk kehidupan sosialisasi anda?
6. Bagaimana anda mengendalikan diri anda untuk mencapai harapan anda dimasa depan sebagai penyintas COVID-19?
7. Apakah anda yakin dapat tercapai? Mengapa?

**UPAYA YANG DILAKUKAN**

1. Bagaimana anda menanggapi semua pengalaman yang anda alami sebagai penyintas COVID-19?
2. Upaya apa sajakah yang telah anda lakukan dalam menghadapi permasalahan ketika anda menjadi penyintas COVID-19?
3. Apakah upaya yang anda lakukan berhasil atau malah sebaliknya?
4. Dari upaya yang anda lakukan ketika menghadapi masalah anda lebih cenderung menarik diri dari lingkungan atau mencari solusi dengan membahas permasalahan dengan keluarga, sodara maupun teman anda?
5. Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda bisa membantu anda dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?
6. Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda menghambat upaya anda dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?

**LAMPIRAN 2**  
**LEMBAR INFORMED CONSENT**  
**INFORMAN MLF**

**SURAT KETERANGAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : MLF  
Usia : 24  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Pendidikan : S1 (dalam proses)  
Alamat : Singasari, Karanglewas, Banyumas

Bersama dengan ini saya menerangkan bahwa bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini dan mahasiswa dengan identitas sebagai berikut:

Nama : Silfia Putri Widiya Sari  
NIM : 1817101040  
Jurusan/Prodi : Dakwah/BKI  
Alamat : Pancasan, Ajibarang, Banyumas

Telah benar-benar melakukan wawancara dengan saya guna melengkapi data dalam rangka penulisan skripsi yang berjudul "Strategi Coping penyintas Covid-19 dalam Mengembangkan Konsep Diri (Studi Kasus pada Mahasiswa UIN. Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)" pada:

Hari/tanggal : Jum`at, 04 Maret 2022  
Waktu : 10:40 WIB  
Tempat : Ruang UPTP Karir UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri  
Purwokerto

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Hormat saya,



**LAMPIRAN 3**  
**LEMBAR INFORMED CONSENT**  
**INFORMAN ARF**

**SURAT KETERANGAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : ARF  
Usia : 22  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Pendidikan : S1 (dalam Proses)  
Alamat : Jl. Kol. Sugiri No 93C, Kranji, Purwokerto Timur

Bersama dengan ini saya menerangkan bahwa bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini dan mahasiswa dengan identitas sebagai berikut:

Nama : Silfia Putri Widiya Sari  
NIM : 1817101040  
Jurusan/Prodi : Dakwah/BKI  
Alamat : Pancasan, Ajibarang, Banyumas

Telah benar-benar melakukan wawancara dengan saya guna melengkapi data dalam rangka penulisan skripsi yang berjudul "Strategi Coping penyintas Covid-19 dalam Mengembangkan Konsep Diri (Studi Kasus pada Mahasiswa UIN. Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)" pada:

Hari/tanggal : Senin, 07 Maret 2022  
Waktu : 13.30  
Tempat : Ruang UPTP Karir UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri  
Purwokerto

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Hormat saya,



**LAMPIRAN 4**  
**LEMBAR INFORMED CONSENT**  
**INFORMAN ZF**

**SURAT KETERANGAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : ZF  
Usia : 20 thn  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Pendidikan : S1 (dalam proses)  
Alamat : Karangsalam Kidul, Kedungbanteng, Banyumas

Bersama dengan ini saya menerangkan bahwa bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini dan mahasiswa dengan identitas sebagai berikut:

Nama : Silfia Putri Widiya Sari  
NIM : 1817101040  
Jurusan/Prodi : Dakwah/BKI  
Alamat : Pancasan, Ajibarang, Banyumas

Telah benar-benar melakukan wawancara dengan saya guna melengkapi data dalam rangka penulisan skripsi yang berjudul "Strategi Coping penyintas Covid-19 dalam Mengembangkan Konsep Diri (Studi Kasus pada Mahasiswa UIN. Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)" pada:

Hari/tanggal : Selasa, 08 Maret 2022  
Waktu : 14.25  
Tempat : Ruang Mitra Remaja UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri  
Purwokerto

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Hormat saya,



**LAMPIRAN 5**  
**LEMBAR INFORMED CONSENT**  
**INFORMAN HSA**

**SURAT KETERANGAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : HSA  
Usia : 19  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Pendidikan : S1 (dalam proses)  
Alamat : Kalinusu, Buamiayu, Brebes

Bersama dengan ini saya menerangkan bahwa bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini dan mahasiswa dengan identitas sebagai berikut:

Nama : Silfia Putri Widiya Sari  
NIM : 1817101040  
Jurusan/Prodi : Dakwah/BKI  
Alamat : Pancasan, Ajibarang, Banyumas

Telah benar-benar melakukan wawancara dengan saya guna melengkapi data dalam rangka penulisan skripsi yang berjudul "Strategi Coping penyintas Covid-19 dalam Mengembangkan Konsep Diri (Studi Kasus pada Mahasiswa UIN. Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)" pada:

Hari/tanggal : Rabu, 09 Maret 2022  
Waktu : 10.17 WIB  
Tempat : Perpustakaan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Hormat saya,



**LAMPIRAN 6**  
**LEMBAR INFORMED CONSENT**  
**INFORMAN NNR**

**SURAT KETERANGAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : NNR  
Usia : 21 thn  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Pendidikan : S1 (dalam proses)  
Alamat : Tegal Munding, Pruwatan, Bumiayu, Brebes

Bersama dengan ini saya menerangkan bahwa bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini dan mahasiswa dengan identitas sebagai berikut:

Nama : Silfia Putri Widiya Sari  
NIM : 1817101040  
Jurusan/Prodi : Dakwah/BKI  
Alamat : Pancasan, Ajibarang, Banyumas

Telah benar-benar melakukan wawancara dengan saya guna melengkapi data dalam rangka penulisan skripsi yang berjudul "Strategi Coping penyintas Covid-19 dalam Mengembangkan Konsep Diri (Studi Kasus pada Mahasiswa UIN. Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)" pada:

Hari/tanggal : Rabu, 16 Maret 2022  
Waktu : 12.29  
Tempat : Ruang UPTP Karir UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri  
Purwokerto

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Hormat saya,



**LAMPIRAN 7**  
**LEMBAR INFORMED CONSENT**  
**INFORMAN HJT**

**SURAT KETERANGAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : HJT  
Usia : 19  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Pendidikan : S1 (dalam proses)  
Alamat : Bojongsari, Purbalingga

Bersama dengan ini saya menerangkan bahwa bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini dan mahasiswa dengan identitas sebagai berikut:

Nama : Silfia Putri Widiya Sari  
NIM : 1817101040  
Jurusan/Prodi : Dakwah/BKI  
Alamat : Pancasan, Ajibarang, Banyumas

Telah benar-benar melakukan wawancara dengan saya guna melengkapi data dalam rangka penulisan skripsi yang berjudul "Strategi Coping penyintas Covid-19 dalam Mengembangkan Konsep Diri (Studi Kasus pada Mahasiswa UIN. Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)" pada:

Hari/tanggal : Selasa, 22 Maret 2022  
Waktu : 10.41  
Tempat : Ruang UPTP Karir UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri  
Purwokerto

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Hormat saya,





**LAMPIRAN 8**  
**LEMBAR INFORMED CONSENT**  
**INFORMAN AB**

**SURAT KETERANGAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : AB  
Usia : 22 tahun  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Pendidikan : S1 (dalam proses)  
Alamat : Jl. Pertanian, Binangun, Cilacap

Bersama dengan ini saya menerangkan bahwa bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini dan mahasiswa dengan identitas sebagai berikut:

Nama : Silfia Putri Widiya Sari  
NIM : 1817101040  
Jurusan/Prodi : Dakwah/BKI  
Alamat : Pancasan, Ajibarang, Banyumas

Telah benar-benar melakukan wawancara dengan saya guna melengkapi data dalam rangka penulisan skripsi yang berjudul "Strategi Coping penyintas Covid-19 dalam Mengembangkan Konsep Diri (Studi Kasus pada Mahasiswa UIN. Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)" pada:

Hari/tanggal : Kamis, 24 Maret 2022  
Waktu : 11.00 WIB  
Tempat : Perpustakaan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Hormat saya,



**LAMPIRAN 9**  
**HASIL TRANSKRIP WAWANCARA**  
**INFORMAN MLF**

**A. IDENTITAS**

Nama : MLF  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Tempat/Tanggal Lahir : Banyumas , 07 Februari 1998  
 Usia : 24  
 Pendidikan : S1 (dalam proses)  
 Agama : Islam  
 Jumlah saudara kandung : 3  
 Anak Ke- : 4  
 Suku : Jawa  
 Alamat : Singasari, Karanglewas, Banyumas

Nama ayah : Mudjamil  
 Pekerjaan ayah : Pensiun PNS  
 Pendidikan ayah : S1  
 Usia : 70

Nama ibu : Zuryatun Fadilah  
 Pekerjaan ibu : IRT  
 Pendidikan ibu : SD  
 Usia : 60

**B. DAFTAR WAWANCARA**

Hari, tanggal : Jum'at, 04 Maret 2022  
 Tempat : Ruang UPTP Karir UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri  
 Purwokerto  
 Pukul : 10:40 WIB

**Tabel 1.1 Hasil Transkrip Wawancara subjek MLF**

<b>RIWAYAT COVID-19</b>		<b>KODE</b>	
1	Kapan anda dinyatakan positif COVID-19?	Sekitar mei akhir. Jadi H+3 lebaran itu bapakku masuk rumah sakit, kalau tidak salah itu hari sabtu setelah dicek ternyata bapakku reaktif begitu reaktif trus hari seninnya bapakku dipindah tempatkan di ruang isolasi, kalau tidak salah aku dihubungi pihak puskesmas itu hari selasa, 2 hari setelah itu ternyata aku di swab dan hasilnya positif.	Mlf./lamp9/A1
2	Bagaimana perasaan anda saat pertama kali dinyatakan positif COVID-19?	Kalau saya pribadi sudah siap karena memang bapakku masuk ruang isolasi, dan aku kan sebelum bapakku masuk ruang isolasi aku interaksi langsung dengan bapakku, aku yang pijitin beliau jadi aku sudah siap. Tapi juga ngerasa sedih karena yang positif itu satu keluarga, bapakku ibuku, dan aku. Pasti merasakan sedih juga, khawatir juga apalagi ngga bisa ketemu langsung dengan bapak.	Mlf./lamp9/A2
3	Gejala-gejala seperti apa yang anda alami?	Kalau pertama aku belum ngerasain, belum batuk, belum pileg dll. Malah ibuku yang pertama kali mengalami gejala, seperti batuk pileg. Tapi setelah aku dinyatakan positif COVID-19 aku baru ngerasain itu, kaya tiba-tiba, ih kok aku makan ngga ada rasanya ya. Jadi memang setelah ada surat aku dinyatakan covid baru aku kaya ngerasa. Dan bau juga kaya samar-samar.	Mlf./lamp9/A3

4	Bagaimana kondisi anda saat pertama kali di nyatakan positif COVID-19?	Kalau kondisi tubuhku sih sehat-sehat aja,ngga ada gejala. Tapi lumayan ngerasa lemes gitu sih karena memang situasi bukan cuma aku yang positif, ibuku positif, bapakku juga positif. Jadi mempengaruhi, tapi disatu sisi juga aku ngerasa ngga boleh lemes, ayo semangat soalnya kalau ngga gitu nanti siapa yang akan ngurusin ibuku sama bapakku.	Mlf./lamp9/A4
5	Apakah anda sempat merasa takut mati setelah di nyatakan positif COVID-19?	Kalau takut banget sih engga, tapi juga sempet sih kepikiran kaya aduh agak takut jugaa sih, namanya umur juga ngga ada yang tau. Sempet mikir aku nanti gimana yaa, bapak gimana, ibu gimana, apalagi mereka kan sudah sepuh. Tapi balik lagi aku mencoba untuk berfikir positif iya memang banyak yang meninggal gara-gara covid tapi masih banyak juga yang sembuh, jadi itu aja sih yang membuat aku yakin dan sedikit lega.	Mlf./lamp9/A5
6	Apakah anda memiliki riwayat penyakit sebelum dinyatakan positif COVID-19?	Ada, aku punya magh. Dan menurutku itu juga sedikit mempengaruhi jadi ketika makan itu sudah ngga ngerasain apa-apa, kondisi juga kaya overthingking dan sebagainya itu ditambah lagi penyakit magh jadi rasanya mau makan itu kaya ada penolakan, ngga doyan apa segala macam makanan dan aku juga ngga ngerasain laper karena mungkin tekanan dari kondisi juga trus juga karena covid jugakan. Dan itu	Mlf./lamp9/A6

		berat badanku turun kurang lebih 3kg dalam sekian waktu.	
7	Bagaimana perasaan anda ketika pertama kali harus melakukan isolasi?	Perasaanku pertama kali harus isolasi aku sempet ngerasa deg-degan sih, terus kaya lingkunganku kan rame trus begitu aku positif itu bener-bener sepi banget. Disitu aku ngerasa kaya, ya Allah.. aku kaget trus sedih juga kaya ngga percaya, kaya mimpi. Ngga habis pikir sih aku positif covid. Terus melihat dari situasi yang tadinya rame tiba-tiba sepi banget jadi kaya percaya ngga percaya sih aku. Sedih banget, jadi mau ngga mau aku ya harus melewati ini.	Mlf./lamp9/A7
8	Apakah selama menjalani perawatan COVID-19 anda memiliki kesulitan tidur?	Ada sih, karena memang overthingking sih, sempet juga aku relaksasi untuk diriku sendiri. Karena aku sempet khawatir akan kejadian yang engga-engga terus, jadi sempet insomnia.	Mlf./lamp9/A8
9	Bagaimana nafsu makan anda selama menjalani perawatan COVID-19?	Nafsu makanku juga terganggu, jadi makan itu sudah ngga ngerasain apa-apa, kondisi juga kaya overthingking dan sebagainya itu ditambah lagi penyakit magh jadi rasanya mau makan itu kaya ada penolakan, ngga doyan apa segala macam makanan. Dan itu berat badanku turun kurang lebih 3kg dalam sekian waktu.	Mlf./lamp9/A9
10	Kapan anda dinyatakan	Aku dinyatakan sembuh itu 10 hari setelah itu, jadi dari pihak bidan desa bilang “nanti	Mlf./lamp9/A10

	sembuh dari COVID-19?	mba bila 10 hari tidak ada gejala apa-apa itu berarti sudah bisa aktifitas seperti biasa”, nah setelah 10 hari itu di tanya “ gimana mba ada gejala apa? Ada sakit apa engga?”, trus aku jawab ngga ada, “nah ibu gimana?”, trus ya alhamdulillah sembuh juga. Barulah ada surat yang menyatakan aku sudah selesai isolasi mandiri. Nah berarti aku sembuh sudah masuk bulan april, Cuma setelah itu aku nambah 7 hari untuk mengantisipasi.	
11	Bagaimana perasaan anda saat dinyatakan sembuh dari COVID-19?	Rasanya sih lega banget ya, tapi aku masih ngerasa sedikit was-was sih, soalnya posisi aku sendiri dinyatakan positif covid secara medis. Begitu keluar rumah jadi aku harus benar-benar hati-hati kalau mau keluar aku nunggu agak sepi dulu karena aku ngerasa masih ngga enak sama tetangga takutnya mereka juga masih agak gimana gitu ngeliat orang yang sudah pernah dinyatakan covid. Ya tapi aku seneng jadi aku bisa ngerasa jadi kaya gini ya jadi penyintas covid, dan aku menyadari selama covid juga banyak reaksi yang berubah dari lingkungan sekitar.	Mlf./lamp9/A11

**Tabel 1.2 Hasil Transkrip Wawancara subjek MLF**

PENGALAMAN SEBAGAI PENYINTAS COVID-19			KODE
1	Setelah anda dinyatakan	Dari lingkungan masih agak menjauh sih, ketika ketemu sama tetangga kita ngga bisa	Mlf./lamp9/B1

	sembuh dari COVID-19 hambatan apa yang anda alami selama berinteraksi dengan orang lain?	kaya salaman dan segala macam, palingga ketemu menyapa atau apalah, tapi itu benar engga sama sekali jadi mereka masih menjaga jarak. Aku juga ngerasa masih kurang nyaman juga kaya ngga enak juga sih. Dan aku juga belum berani jamaah ke masjid, bapak ibuku juga begitu. Aku ketika ada orang aku selalu menghindar, karena aku masih ngerasa aku belum siap gitu sih.	
2	Selama menjadi penyintas COVID-19 bagaimana hubungan anda dengan keluarga anda (ayah, ibu, kakak, adik, paman, bibi dll), teman sebaya anda, dan tentang anda?	Kalau hubungan dengan keluarga sendiri baik, jadi tambah merasa bahwa kita satu sama lain harus saling menguatkan dan menjaga, kaya mengingatkan makan harus teratur dll. Kan dirumah ku ada 3 orang ya aku, ibuku dan kakakku, jadi hanya kakakku yang ngga ikut positif, tapi aku sama ibuku juga tetep kalau interaksi dengan kakakku juga tetep mematuhi protokol kesehatan, kakak ku juga begitu sebaliknya jadi saling menjaga. Dan jadi tambah deket juga sama keluarga. Sama paman bibi dan sorada yang lainnya pun begitu saling menguatkan, dan menyemangati juga walaupun hanya via telepon. Kalau hubungan dengan teman sebaya sendiri, aku kan punya lingkup pertemanan yang pertama teman dari sekitar rumahku yang sangat akrab sampe sekarang dan teman-teman kuliah. Kalau sama teman kuliah sendiri aku lebih deket sih, mereka lebih bisa menghargai aku, mereka masih mau tanya gimana kabarku dll. Tapi kalau temen	Mlf./lamp9/B2

		<p>dari lingkup rumahku mereka malah kaya ngga tanya sama sekali gimana kabarku, padahal aku deket sama mereka udah lama banget, ketika aku lagi kaya gini mereka malah kaya seolah-olah ngga peduli. Kalau hubungan sama tetangga aku pernah ngerasa kaya ngga habis pikir aja sih ternyata mereka masih peduli sama aku dan keluargaku, jadi waktu itu bu bau kerumahku buat nganterin sembako, jadi ngerasa seneng gitu ada yang masih peduli.</p>	
3	Siapa yang paling memberikan pengaruh terhadap diri anda?	<p>Kalau aku sendiri yang sangat berpengaruh kediriku sih berita ya, jadi aku itu ngga berani ngeliat berita terkait covid 19, seperti apa perkembangannya saat itu. Jadi bener-bener kaya engga-ngga bisa nih aku. Akhirnya aku ngga pernah ngeliat berita entah itu di TV, maupun dimedia sosial. setiap aku ngeliat berita covid pasti selalu aku skip-skip. Jadi aku Cuma liat youtube tapi hanya nonton hal-hal yang buat aku terhibur aja untuk mengalihkan berita terkait covid. Dan aku juga ngga berani cerita keorang lain bahwa aku ini penyintas covid, aku ngga berani cerita karena aku takut aku bisa membuat trauma ke orang lain dan aku hanya cerita ya keorang-orang terdekat yang aku percaya sih.</p>	Mlf./lamp9/B3
4	Seberapa besar pengaruh orang	<p>Menurutku sangat berpengaruh sih, jadi untuk sisi pengaruh positifnya sendiri.</p>	Mlf./lamp9/B4



	lain terhadap diri anda? Mengapa?	Waktu itu keluargaku seperti kakak sepupu, paman, pak de dll. Biasanya tu video call bareng jadi aku ngerasa kaya aku harus semangat nih. Kalau untuk pengaruh negatif sendiri itu bener-bener ketika aku udah semangat terus aku ngeliat berita yang salah tuh bener-bener bisa langsung ngedrop, bahkan aku waktu itu kaya hampir sesak napas, karena sakit beratnya ya bisa sampe “huh..” nanti dulu lah skip-skip sampe aku tuh bilang kediriku sendiri kenapa aku harus liat itu, yang tandinya biasa aja sampe aku harus menghela nafas saking beratnya sih. Jadi media itu berpengaruh besar.	
5	Apakah anda sempat menutup diri dan merasa minder setelah menjadi penyintas COVID-19?	Iya pernah, soalnya yang pertama ya yang ngebuat aku ngga siap tu ditanyain sama orang terdekatku nanti yang disuruh kesana kemari siapa karena aku takutnya mereka berpandangan bahwa masa aku positif aku bolak balik juga nanti akhirnya aku yang jadi gimana-gimana dan nanti ayahku gimana, nah selain itu juga ketika aku dilampu merah kalau ngga salah di pasar karanglewas disitu ada ibu-ibu yang bilang gini “kemarin aku habis ketemu sama orang yang reaktif aku langsung panik banget” aku denger cerita dari orang kaya gitu jadi aku rasanya kaya aku jangan ngomong kalau aku juga pernah positif covid, jadi tambah takut mengungkapkan diriku sebagai penyintas	Mlf./lamp9/B5

		covid. Jadi kaya aku ngerasa aku ngga bisa kemana-mana kaya gitu.	
6	Apakah anda pernah mengalami diskriminasi oleh orang terdekat seperti keluarga, sodara, tetangga, atau teman sebaya anda? Jika pernah, Seperti apa bentuk diskriminasi yang anda dapatkan?	Aku ngerasa mendapatkan deskriminasi dari teman dekatku, aku merasa dideskriminasi karena pada saat itu kan covid lagi melunjak apa lagi habis lebaran mereka sama sekali ngga tanya loh, gimana lu, sakit apa sih kaya gitu, terus gimana bapake kondisinya dah balik dari rumah sakit apa belum, kalian dirumah gimana, seperti itu. Tapi mereka sama sekali ngga tanya, jadi aku merasa kok kaya gini banget ya. Jadi kaya apa ya aku sempet saat itu berharap setidaknya ditanyalah apa lagi sampe di jenguk. Tadi aku nih nganter makanan kok sepi, akhirnya ku taruh didepan rumah. Pura pura kaya gitu kek, tapi engga, engga sama sekali aku bukannya berharap apa gimana ya tapi posisinya mereka itu teman dekatku dan posisi juga deket dari rumah aku kerumah mereka itu Cuma lima menit sampe pake motor, saking deketnya. Dan posisi aku deket ngga 1 tahun 2 tahun sama mereka tapi memang dari SMA, jadikan.. sama sekali mereka ngga tanya kondisi keluarga ku di rumah. Terus yang kedua itu tetangga jadi bener-bener langsung sepi, aku ngerasa kaya hidup didesa mati, sepi banget. Kondisi lingkungan sekitarku kan biasanya rame terus tiba-tiba sepi ngga ada suara sama sekali, siang-siang aku bukak pintu, pintunya	Mlf./lamp9/B6

		<p>tetanggaku yang biasanya di bukak, anak-anak kecil pada lari-larian. Tapi saat itu malah bener-bener pintu jedela pada ketutup, sepi, ngga ada orang lewat. Itu memang menurutku bentuk diskriminasi sih. Tapi kalau tetangga aku memaklumi karena ya yang namanya covid apalagi lagi marak-maraknya jadi aku oke nggapapa gitu.</p>	
7	<p>Adakah dukungan dari orang lain seperti keluarga atau orang terdekat anda dalam membantu mengatasi masalah-masalah tersebut?</p>	<p>Ada, jadi itu tadi yang video call bareng keluarga, terus pas aku merasa kaya nelangsa banget tu pas posisi bapakku harus balik setelah isolasi padahal posisi bapakku masih dinyatakan covid tapi dari rumah sakit itu boleh pulang aku disitu bingung banget posisi kakakku ngga ada mobil mau pinjem mobil ke tetangga juga ngga enak terus sodara ku ngga ada yang punya mobil. Terus bapakku juga bingung jadi bapakku kaya gini, ya udah dijemput aja pake motor nggapapa di jemput kamu gitu. Dan kakakku saat itu lagi diwarung lagi ada pesenan banyak, jadi aku sendirian aku bingung harus gimana, harus ngurus administrasi juga terus ayahku juga harus siap balik, gimana ku bingung ya, terus tiba-tiba om ku yang dari tangerang telfon terus ngomong jangan sungkan minta tolong ke mas teguh aja, ke mas teguh, mas imam, ke kakak sepupu. Dan aku akhirnya minta tolong dan dia mau, jadi disitu aku kaya ini bagi aku dukungan yang langka karena disitu posisi mereka mau loh</p>	Mlf./lamp9/B7

		<p>bahkan covid itu kan saat itu kaya mencengkam banget, bisa dibilang merenggut nyawa nah posisis yang seperi itu kaya aku ngga nyangka mereka ini mau memberikan nyawa lah istilahnya buat nolongin aku gitu, bapakku maksudku saat itu.</p>	
8	<p>Seberapa pentingnya dukungan orang sekitar terhadap diri anda sebagai penyintas? Mengapa?</p>	<p>Kalau di skala 1-10, 8 sih jadi memang penting karenakan sebagai seorang penyintas yang pernah ada dikondisi terpuruk gitu ya itu baiknya kita mendapatkan dukungan yang positif, dukungan ya pasti positif ya, dukungan dari orang-orang sekitar supaya kita bisa menerima kita bisa ikhlas sebagai penyintas kita bisa terbuka, terus kita bisa bersosialisasi kembali dengan orang tentu dibutuhkan dukungan dari orang-orang sekitar, dibutuhkan dukungan support dan lain-lain yang mana itu bisa berdampak positif bagi penyintas jadi memang dukungan dari orang-orang sekitar itu sangat penting buat peyintas gitu.</p>	Mlf./lamp9/B8
9	<p>Ketika anda dihadapkan dengan kondisi tertekan adakah ibadah tertentu yang anda lakukan?</p>	<p>Aku biasanya yang berdoanya sebentar, pada saat itu aku berdoa jadi lebih lama, doa habis sholat tu ya aku bisannya ngga lama-lama dan aku paling suka itu doa terlama tu ketika habis sholat maghrib, kaya suasanannya adem, terus ya enak aja gitu buat doa. Jadi kalau habis maghrib itu doaku lebih di panjangkan</p>	Mlf./lamp9/B9

	<p>lagi dan kalau sholat tahajud pada saat itu engga deh soalnya ngerasa capek, jadi kaya harus istirahat. Tapi setidaknya aku sholat lima waktu. Dan sholat dhuha pun engga setiap waktu saat itu loh.</p>	
--	---	--

**Tabel 1.3 Hasil Transkrip Wawancara subjek MLF**

<b>KONSEP DIRI</b>		<b>KODE</b>	
<i>Basic self concept</i>			
1	<p>Bagaimana pendapat anda mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?</p>	<p>Sebenarnya ya kalau jadi penyintas itu banyak tekanan, apalagi saat itu kan covid lagi marak dan aku percaya sekarang pun menjadi penyintas itu ngga gampang ya tekananya juga sama sekalipun sekarang covid kaya udah dianggap remeh, pasti ketika dia bener-bener jadi penyintas itu ngga gampang, banyak tekanan seperti itu. Tapi memang balik lagi ke semangat kita. Jadi apapun, sekalipun kita mengalami tekanan pada saat menjadi penyintas kita harus punya kekuatan yang disitu ngga boleh goyah, terus harus bisa menetralsir diri kita sendiri supaya tidak semakin terjebak di situasi yang tidak enak, misal kaya “aduh aku liat berita ini kok jadi tambah down” nah itu berarti jangan liat berita itu gitu, jadi kita harus menghindari berita-berita yang membuat kita semakin down.</p>	<p>Mlf./lamp9/C1</p>

2	Bagaimana anda bersikap terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Kalau aku sendiri menerima, karena mempertimbangkan dari awal aku kayaknya positif, oke ngapapa positif yang penting aku bisa tetap kuat dalam arti tetap vit, tubuhku tetap vit. Dan dengan vit nanti aku bisa lebih mudah gitu. Jadi udah ngapapa, menerima, dan ternyata beneran tuh positif, yang udah tetap terima.	Mlf./lamp9/C2
3	Apa kelebihan dan kelemahan yang anda miliki selama menjadi penyintas COVID-19?	Selama menjadi penyintas kelemahan pasti dari fisik ya, segi fisik itu kita kaya mungkin drop gitu, kaya itu berasal dari kaya tadi dari lingkungan rumah, itu ngebuta kita kaya ngerasa ya Allah kok kaya gini banget sih. Kaya ngejebak aku sih, kaya gitu. Nah kelebihanannya kita itu jadi lebih sensitif, oh ternyata orang penyintas ini baiknya diseperti inikan, ternyata orang penyintas itu baiknya didukung, terus ngga harus di judge, terus harus diperhatikan. Terus kita kaya lebih peka, oh suatu saat ketemu penyintas lain kita itu bisa menerapkan hal itu, jangan sampai seorang penyintas itu merasa kesepian kaya yang aku rasakan dan itu berlaku untuk semua penyintas ngga harus penyintas covid aja.	Mlf./lamp9/C3
4	Bagaimana pandangan anda terhadap kelebihan	Sebenarnya wajar sih kaya, oke berarti penyintas mengalami hal yang seperti itu, yang ngebuat kita makin drop, terus	Mlf./lamp9/C4

	<p>dan kelemahan yang anda miliki?</p>	<p>makin peka juga kehal-hal lainnya. Sebenarnya wajar sih karena memang dalam situasi yang covid dan dia itu mengalami hal bener-bener jadi positif covid itu ngebuat kita terbuka kaya oh, ternyata kaya gini, jadi itu sangat malah justru aku bersyukur sih oh ternyata aku pernah covid, dinyatakan secara medis, dan dengan situasi yang aku alami itu ngebuat aku bisa mencoba untuk berpandangan lebih positif gitu. Dan menerima oh dia penyintas, oh ya nggapapa, emang kenapa kalau penyintas covid gitu.</p>	
5	<p>Bagaimana perbedaan anda dalam memandang diri anda sebelum dan sesudah menjadi penyintas COVID-19 baik secara fisik maupun psikis?</p>	<p>Dulu waktu aku belum jadi penyintas covid itu kaya deg-degan banget. Ih covid kaya gitu, bahaya banget nih. Tapi ternyata setelah aku jadi penyintas, oh ternyata kaya gini, oh sebenarnya nggapapa loh, penyintas covid ngga masalah nggapapa kaya gitu, tapi harus punya kaidah-kaidah tertentu misal kaya oh katanya dokter harus kaya gini ya kita nurut, terus harus jaga seperti ini ya kita nurut, dirumah maskeran ya kita juga tetep maskeran, terus mencoba untuk lebih berpandangan positif, kaya memberikan semangat ke diri sendiri. Jadi ada perbedaanya juga setelah itu, oh ternyata nggapapa kok.</p>	Mlf./lamp9/C5

6	Menurut anda apakah menjadi penyintas COVID-19 merupakan hal yang memalukan?	Sebenarnya kalau aku sih engga, soalnya ya nggapapa bukan hal yang memalukan, Cuma memang awalnya pasti berat, kaya hah masa sih gitu. Tapi memang ketika kita sudah bisa melewati itu, dengan baik, ya ternyata itu buka hal yang memalukan, mungkin sebagian orang yang masih malu mengakui sebagai penyintas, mungkin mereka merasa malu gitu.	Mlf./lamp9/C6
7	Apakah anda sempat merasa bahwa kehadiran anda tidak diharapkan oleh orang terdekat anda atau masyarakat disekitar anda?	Iya, contohnya tadi yang tetangga gitu, terus aku waktu itu ngga berani yang tadi aku ketemu sama ibu-ibu yang katanya habis ketemu sama orang yang reaktif, dan kayanya dia itu takut. Berartikan kehadiran penyintas itu sebenarnya tidak dihargai oleh mereka. Jadi memang merasa ngga di harapkan.	Mlf./lamp9/C7
8	Bagaimana pandangan dan solusi anda dalam menyikapi perubahan fisik, perubahan kesehatan dan perubahan psikis yang dialami selama menjadi	Pandangan dan solusiku ya terhadap..emm.. menyikapi perubahan fisik, perubahan kesehatan dan perubahan psikis yang dialami, jadi menurutku ya pandangan mengenai e.. kalau perubahan fisik aku ngga ngalami sih tapi kalau perubahan kesehatan dan psikis aku ngalamin ya, nah kalau perubahan kesehatan itu berkaitan juga sama perubahan psikis jadi oh ternyata gini ya rasanya ngga bisa merasakan	Mlf./lamp9/C8



	<p>penyintas COVID-19?</p>	<p>makanan yang kita konsumsi bener-bener anyep ngga ada rasa asin, pedes, manis itu ngga ada jadi oh ternyata gini ya gitu, oh ternyata rada menakutkan ya gitu, oh ternyata e.. kaya gini gitu, yang katanya Covid itu begini-begini dan aku tuh ngerasain kaya gitu jadi kaya apa ya, ada sesuatu yang baru tetapi hal baru itu bukan sesuatu yang baik gitu ya istilahnya, hal baru itu jadi sesuatu yang menakutkan lah ya, menakutkan, mengkhawatirkan, kaya oh kaya gini, tapi kaya mengkhawatirkan itu sih jadi lah punya pandangan oh ngerti pernah mengalami sesuatu yang baru itu dan kalau saat itu em.. khawatir menurut aku wajar dan solusinya aku ngga boleh e.. ngelihat atau cari informasi mengenai Covid, aku ngga bisa mending aku cari sesuatu informasi, tontonan itu yang menyenangkan, yang bikin kita happy kaya gitu, biar kita itu ngga terus terusan kaya gini kaya gini gitu.</p>	
<b><i>Social self concept</i></b>			
1	<p>Bagaimana pendapat orang lain tentang diri anda sebagai penyintas COVID-19?</p>	<p>Oh, kalau tetanggaku sendiri ngga menganggap bahwa penyintas itu aib dan lain sebagainya, kalau tetangga sendiri oh ya udah, jadi alhamdulillah banget, aku bersyukur banget. Mereka ngga mengulik-ngulik hal yang itu-itu aja.</p>	Mlf./lamp9/C01

		<p>Kaya ngebuat kita makin overthinking apa segala macem, itu mereka ngga. Paling yang tadi ketemu orang yang ngga dikenal yang ibu-ibu tadi, tapi ya udahlah kan mereka ngga kenal aku.</p>	
2	<p>Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain tersebut?</p>	<p>Baik anggapan orang yang aku kenal maupun yang ngga aku kenal, menurut aku sih, ngapapa sih gitu, mereka punya anggapan sendiri, Cuma memang kalau kita ada keterlibatan diskusi ya aku bakal menyuarakan pandangan aku sih, karena ini memang pernah terjadi juga, suatu ketika di komunitas lagi pada ngobrol-ngobrol, lah terus disitu ana tuh yang bilang kaya penyintas itu kaya gini-gini, gitukan, ya udah aku ngomong engga kok gitu, penyintas tetap bisa melewatilah, terus tetap bisa bertahan, tetap bisa semangatlah, gitukan, terus dia juga tetap bisa eksis, sekalipun eksis dalam arti menyuarakan gitu ya, sekalipun pernah menjadi penyintas covid, dan sebenarnya ngga perlu di tutup-tutupi juga, karena bisa jadi dengan menyuarakan itu juga buat teman-teman yang kamu kenal makin oh iya ya gitu.</p>	Mlf./lamp9/C02
3	<p>Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain apabila tidak</p>	<p>Kalau aku sendiri ngga masalah sih, karena memang ternyata banyak nah aku kan satu suara, aku ngga bisa melawan orang yang banyak gitu, tapi aku sih ya</p>	Mlf./lamp9/C03

	sesuai dengan pendapat anda mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?	udahlah nggapapa, mereka berpandangan seperti itu aku juga punya pandangan sendiri gitu. Jadi nggapapa.	
4	Menurut anda bagaimana seharusnya orang lain bersikap kepada diri anda sebagai penyintas?	Menurut saya orang lain itu hendaknya bersikap lebih menerima kondisi saya sebagai penyintas, terus bersikap jujur, didepan saya dia bersikap seperti apa, selaku menghadapi saya sebagai penyintas, dibelakang saya hendaknya seperti apa kaya gitu, terus bisa menyemangati tidak mengolok-olok tidak mengucilkan gitu sih.	Mlf./lamp9/C04
<b><i>Ideal self</i></b>			
1	Apakah anda menyukai diri anda sebelum dan sesudah menjadi penyintas COVID-19? -Jika suka, apa yang disukai? Mengapa? -Jika tidak, mengapa anda tidak suka? Apa yang ingin anda ubah?	Iya, aku menyukai diri ku sendiri sebelum dan sesudah menjadi penyintas, soalnya jadi penyintas aku bisa merasakan orang yang sedang dalam kondisi tidak baik-baik saja itu perlu kita dukung, perlu kita tanya gimana gitu, pokoknya kaya apa ya, pelu orang sekitar kita itu peka, nah mungkin kalau semisal aku ngga jadi penyintas, aku ngga punya kepekaan seperti itu, nah bisa jadi aku punya kepekaan, aku punya pandangan kaya gitu tuh setelah aku menjadi penyintas. Jadi ya itu pandangan positif sih menurut aku. Jadi I love my self.	Mlf./lamp9/C001

2	Apa harapan anda terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?	<p>Aku harap, orang disekeliling penyintas itu lebih peka, karena memang butuh banget yang namanya penyintas itu didukung. Terus juga sebagai akademisi itu coba cari literasi lebih banyak terkait covid ini, sebenarnya bisnis apa bukan gitu, terus semisal kaya di isolasi sebenarnya kaya dibiarin apa dirawat gitu, itu harusnya lebih baca, lebih cari tau lebih lanjut lagi, terutama sebagai penyintas ternyata mereka masih punya pandangan-pandangan yang negatif. Dan sebenarnya itu tidak terjadi dirumah sakit, tidak terjadi kesubjek penyintas gitu, terus ya itu sih untuk masyarakat juga lebih peka gitu.</p>	Mlf./lamp9/C002
3	Apa harapan untuk kondisi fisik anda selanjutnya?	<p>Rajin olah raga, soalnya aku tuh ngerasa aku olah raganya jarang-jarang itu mungkin bisa sedikit terbantu lah untuk lebih ketahanan fisiknya. Cuma mungkin bisa terbantu lagi kalau semisal kita lebih rajin olah raga lagi gitu.</p>	Mlf./lamp9/C003
4	Apa harapan anda untuk perkembangan pada psikis anda?	<p>Untuk perkembangan psikis aku harap, semoga bisa lebih menerima, dalam arti ya menerima kondisi sebagai penyintas, terus bukan hanya menerima buat diri sendiri tapi juga memberikan pengalaman bagi penyintas yang lain, supaya mereka bisa lebih semangat.</p>	Mlf./lamp9/C004

5	Apa harapan anda untuk kehidupan sosialisasi anda?	Aku berharap banget semoga masyarakat itu bisa memahami kesehatan fisik dan psikis, sejauh ini kan hanya kesehatan fisikkan, dan ternyata kesehatan psikis juga sangat penting, harus lebih penting karena ya itu yang tidak merasakan ini sih. Satu kata yang menyakitkan aja bisa ngebuat kita drop.	Mlf./lamp9/C005
6	Bagaimana anda mengendalikan diri anda untuk mencapai harapan anda dimasa depan sebagai penyintas COVID-19?	Yang pertama, kita harus bisa mengontrol diri kita, terus juga bisa sosialisasi dengan masyarakat, kalau kita bisa mengontrol diri, katanya kan kalau kita bisa mengontrol diri kan kita juga bisa mengontrol orang lain, dalam arti mengontrol orang lain kan memberikan gambaran ke orang lain, nah yang penting itu kita mengontrol diri kita dulu. Terus habis itu baru kita sosialisasi kemasyarakat kita bergaul, terus yang kita kenal lah sesama masyarakat, nah itu dulu, nanti setelah itu kan bisa nanti dikembangkan tinggal dengan kondisi di sekitar kita.	Mlf./lamp9/C006
7	Apakah anda yakin dapat tercapai? Mengapa?	Aku yakin sih, entah ini sebulan besok, 2 bulan, 2 tahun, atau 20 tahun kemudian gitu, tapi insyaallah tercapai, karena sosialisasi lingkungan kan sekarang bukan hanya lewat mulut kemulut, tapi juga bisa dilakukan dengan media, terus komunitas tertentu, terus kaya	Mlf./lamp9/C007

		lingkungan kita kerja mungkin kita besok, nah itu sih. Jadi ya udah tetep aja lanjutin deh.	
--	--	---	--

**Tabel 1.4 Hasil Transkrip Wawancara subjek MLF**

UPAYA YANG DILAKUKAN			KODE
1	Bagaimana anda menanggapi semua pengalaman yang anda alami sebagai penyintas COVID-19?	Menerima, terus bersyukur, dan berpandangan positif sih, jadi apapun yang terjadi oh ternyata ada hikmah dibalik itu, kita ngga bisa punya sesuatu yang bisa menguatkan diri kita lebih dari harapan, jadi tu kaya apa ya berarti kalau kita lagi ngalamin ini, kenapa kok aku dulu pernah ngerasa seperti ini berarti kerna mungkin ada sesuatu yang lebih baik, setelah saya melewati itu.	Mlf./lamp9/D1
2	Upaya apa sajakah yang telah anda lakukan dalam menghadapi permasalahan ketika anda menjadi penyintas COVID-19?	Yang pertama sih relaksasi, kita kan harus tenang dulu ya, kalau udah tenang baru tuh kita harus memaksa lebih ke memaksa sih, memaksa diri supaya kita bisa berpandangan lebih positif dalam arti kaya oh mungkin karena lagi pada liburan, atau kepengen silaturahmi ketempatnya embah, jadi rumah yang disini sepi gitu, terus normalisasi juga oh ya wajarlah mereka kaya gitu, karena memangkan menjaga diri dari covid juga gitu.	Mlf./lamp9/D2
3	Apakah upaya yang anda lakukan	Kalau aku sih merasanya berhasil, soalnya benar-benar, misal nih kaya aku diperlakukan diskriminasi terus mereka	Mlf./lamp9/D3

	berhasil atau malah sebaliknya?	melakukan seperti itu ya aku mencoba berpandangan tadikan kaya normalisasi oh, wajar gitu, ya itu berhasil sih, karena menurunkan pandangan kita, pandangan negatif, nah kalau menurunkan pandangan negatif kan kita jadi personal kita positif.	
4	Dari upaya yang anda lakukan ketika menghadapi masalah anda lebih cenderung menarik diri dari lingkungan atau mencari solusi dengan membahas permasalahan dengan keluarga, sodara maupun teman anda?	Kalau aku sih bahas sih, soalnya waktu itu kan sama ibuku juga, aku lebih ke ngobrol sama ibuku, ini gimana ya buk gitu.	Mlf./lamp9/D4
5	Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda bisa membantu anda dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?	Itu tadi, yang pandangan normalisasi, terus kita mencari hiburan. Itu membantu dalam arti kita harus lebih tenang, ketika kita sudah tenang kan kita bisa berpandangan lebih baik.	Mlf./lamp9/D5
6	Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda menghambat upaya	Uang, karena permasalahan aku pas jadi penyintas kalau ngga ada uang tu sulit. Terus juga dukungan dari keluarga, kalau ngga ada dukungan dari keluarga tuh	Mlf./lamp9/D6

	anda dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?	rasannya sendirian karena posisi tetangga juga pada ngumpet gitu.	
--	---	---	--





**LAMPIRAN 10**  
**HASIL TRANSKRIP WAWANCARA**  
**INFORMAN ARF**

**A. IDENTITAS**

Nama : ARF  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Tempat/Tanggal Lahir : Purwokerto, 21 Maret 2000  
Usia : 22  
Pendidikan : S1 (dalam Proses)  
Agama : Islam  
Jumlah saudara kandung : 3  
Anak Ke- : 3  
Suku : Jawa  
Alamat : Jl. Kol. Sugiri No 93C, Kranji, Purwokerto Timur

Nama ayah : Sutarno  
Pekerjaan ayah : Wirausaha  
Pendidikan ayah : SMA  
Usia : 58

Nama ibu : Mei Iriyanti  
Pekerjaan ibu : Wirausaha  
Pendidikan ibu : SMA  
Usia : 52

**B. DAFTAR WAWANCARA**

Hari, tanggal : Senin, 07 Maret 2022  
Tempat : Ruang UPTP Karir UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri  
Purwokerto  
Pukul : 13.30

**Tabel 2.1 Hasil Transkrip Wawancara subjek ARF**

<b>RIWAYAT COVID-19</b>			<b>KODE</b>
1	Kapan anda dinyatakan positif COVID-19?	Untuk pertama kali dinyatakan positif covid, yang waktu lagi rame-ramenya covid. Setelah lebaran, dibulan juni tahun 2021.	Arf./lamp10/A1
2	Bagaimana perasaan anda saat pertama kali dinyatakan positif COVID-19?	Ya pastinya kaget ya, karena memang sebelum-sebelumnya ini kayak lebih kurang percaya dengan adanya covid, tapi setelah dinyatakan positif ternyata covid ini memang ada gitu. Nah rasanya tuh kaget terus bingung harus ngapain karena memang itu pengalaman pertama terus kaya gelisah, takut. Sebenarnya yang positif satu keluarga hanya saja ketika saat itu keluarga ini lagi diluar kota semua jadi isolasinya itu beda kota, saya di purwokerto keluarga saya di jawa barat gitu.	Arf./lamp10/A2
3	Gejala-gejala seperti apa yang anda alami?	Gejala secara covid sendiri, itu awalnya badan itu ngga enak, greges kaya gitu, terus penciumannya itu hilang, setelah itu nafsu makannya berkurang, terus makan apa-apa itu ngga ada rasanya, bener-bener hilang rasanya, paling cuma yang berasa dilidah itu pedes sama asin, itu yang bener-bener berasa banget.	Arf./lamp10/A3
4	Bagaimana kondisi anda saat pertama kali di	Lemes, pucet, terus kaya gimana sih kantong matanya itu, terus mata panda juga gitu, kalau secara fisik sih memang	Arf./lamp10/A4

	nyatakan positif COVID-19?	ngga terlalu signifikan keliatannya, paling cuman keliatan lemes sama pucet kaya gitu. Kalau di dalemnya itu berasa banget kaya ngga apa ya, mau ngapa-ngapain itu lemes, terus ngga bisa semaksimal mungkin, apalagi ngga boleh keluar rumah, itu sangat-sangat membatasi banget.	
5	Apakah anda sempat merasa takut mati setelah di nyatakan positif COVID-19?	Ya, pasti iya, soalnya apa ya, kan disini ini aku sendiri itu ngerasa pernafasan itu engga ini ya agak sesek kaya gitu tapi ngga yang sesek banget, terus penciuman hilang, indra perasa pun hilang, hilang semua kan bingung, terus apalagi kan jauh dari keluarga, sodara-sodara paling ya jengukin cuman ngirimin makanan itu aja dari luar gitukan, engga langsung interaksi secara langsung kaya gini gitu, jadi itu yang bikin overthinking ya, kalau malem kaya gitu, kaya ngerasa ya ampun aku besok masih hidup ngga ya dengan kondisi yang saat ini kaya gini kan otomatis down banget kan waktu itu, terus kaya ngerasa ngga punya siapa-siapa, masih bisa ngga ya bertahan sampe besok kaya gitu, berat banget pasti.	Arf./lamp10/A5
6	Apakah anda memiliki riwayat penyakit sebelum	Penyakit bawaan itu asam lambung, dan itu ngaruh soalnya kan asam lambung ini kan ngga boleh telat makan, makan juga harus terkontrol ngga boleh makan ini	Arf./lamp10/A6

	dinyatakan positif COVID-19?	ngga boleh makan itu gitu, pas ketika dinyatakan positif covid nafsu makan kan berkurang ya, nah itu mungkin juga tambah juga pikiran gitu, jadi ya sangat berpengaruh kaya gitu, mungkin salah satu faktor juga yang kenapa badanku itu tambah drop, sempet turun berat badan juga, 2-5 kg an lah.	
7	Bagaimana perasaan anda ketika pertama kali harus melakukan isolasi?	Perasaan gimana ya.. ya bingung, cemas, rasa takut, karena kan memang hidup sendiri ya, ibaratnya meskipun biasanya yang biasanya ditinggal keluar kota ini masih bisa interaksi sama sodara, temen gitu, dan ini ngga sama sekali terus itu yang bikin aku tuh tambah ngerasa takut kaya gitu, takut ini aku sendirian, ngga bisa ngapa-ngapain, keluar rumah ngga boleh kaya gitukan, terus mau minta tolong kesiapa juga ngga bisa, itu yang bikin kaya makin downnya itu disitu kaya gitu, merasa sendiri takut gitu sih.	Arf./lamp10/A7
8	Apakah selama menjalani perawatan COVID-19 anda memiliki kesulitan tidur?	Iya, selama isolasi iya, isolasi mandirikan berarti 10 hari ya, 10 hari merasa setiap malem, malem itu waktu pas lagi suhu badan itu tinggi itu sampe kaya mau greges kaya gitu ngegigil kaya gitu, sampe mau ngegigil itu kaya bener-bener merem aja itu takut loh. Merem aja takut banget, akhirnya, nekat aja, kaya minum air anget, minum obat, terus baru kaya bisa tidur jam	Arf./lamp10/A8

		2 jam 3 pagi itu baru bisa tidur, terus setelah hari itu kaya apa namanya pas ngalamin demam tinggi itu hari-hari berikutnya itu ngefek loh kaya masih dibawa takut buat tidur gitu sih, sampe menjelang subuh baru bisa tidur, kurang lebih seminggu ngalamin kaya gitu.	
9	Bagaimana nafsu makan anda selama menjalani perawatan COVID-19?	Jelas berkurang, apalagi ditambah itu tadi apa namanya, hilangnya indera perasa ya yang cuman bisa ngerasain pedes sama asin itu luar biasa banget. Kalau tifus kan masih bisa kaya ditoleransi lah ya, cuman merasa buat makan pahit, tapi masih tetep ada rasanya kaya gitu, tapi ini bener-bener ngga ada rasanya sama sekali, makanan yang biasa kaya asin itu kalau masakan biasa kan normal ya asin kaya gitu, itu pas covid itu pas dinyatakan covid makan yang makanan normal biasa itu ngerasa asinnya luar biasa. Jadi kaya buat makan itu ngga mau jadinya ya mending ngga makan.	Arf./lamp10/A9
10	Kapan anda dinyatakan sembuh dari COVID-19?	Berarti, isolasi kan 10 hari terus kayaknya dihari ke berapa ya, 15 apa 16 gitu.	Arf./lamp10/A10
11	Bagaimana perasaan anda saat dinyatakan sembuh dari COVID-19?	Seneng, udah bisa keluar lagi. Maksudnya yang sebelumnya aktifitas terganggu ini udah meskipun belum terlalu normal tapi seenggaknya udah kaya sedikit-sedikit mulai terbiasa lagi kaya gitu.	Arf./lamp10/A11

Tabel 2.2 Hasil Transkrip Wawancara subjek ARF

PENGALAMAN SEBAGAI PENYINTAS COVID-19			KODE
1	Setelah anda dinyatakan sembuh dari COVID-19 hambatan apa yang anda alami selama berinteraksi dengan orang lain?	Banyak ya, terutama kalau hambatan interaksi itu masih ada terutama tetangga ya, jadi untuk interaksi ini tetangga itu meskipun udah dinyatakan negatif, itu kayak tetangga itu masih menghindar, menjauh kayak mengucilkan kaya gitu, juga ngga mau interaksi langsung, kalau teman mungkin karena memang sebelumnya memang temen-temen udah pernah ngalamin positif jadi kaya ya udah ini itu bukan saatnya untuk mengucilkan tapi saling menguatkan kaya gitu. Tetangga itu yang paling ngga bisa diajak kompromi bangetlah.	Arf./lamp10/B1
2	Selama menjadi penyintas COVID-19 bagaimana hubungan anda dengan keluarga anda (ayah, ibu, kakak, adik, paman, bibi dll), teman sebaya anda, dan tentang anda?	Kalau hubungan karena memang waktu itu beda kota paling komunikasinya lewat hp, Whatshapp video call, telfon ataupun chat biasa kaya gitu, kalau keluarga inti kaya itu kakak terus orang tua itu memang masih baik, Cuma kan karena memang beda kota jadinya ya komunikasinya cuman pada lewat sosial media. Kalau keluarga yang lain ini setelah dinyatakan negatif pelan-pelan kaya sodara ini udah mulai terbiasa kaya gitu, karena memang ada beberapa juga sodara yang pernah dinyatakan positif juga jadinya kayak, “aku udah pernah ngalamin ini, terus hal yang harus dilakukan	Arf./lamp10/B2

		<p>dan hal yang ngga harus dilakukan” itu udah tau, kayak sadar “oh ini anak butuh dukungan, butuh support” kaya gitu. Kalau hubungan dengan teman sebaya normal sih, ngga yang kayak tetangga gitu. Kalau hubungan sama tetangga itu sebulan apa ya lewat sebulan baru mau interaksi lagi jadi bener-bener kaya keluar rumah, misal nih aku mau keluar entah itu mau beli makan, kekampus ataupun yang lainnya kaya gitu, tetangga lagi jemurin denger suara pintu itu udah langsung masuk, waktu itu udah sembuh jadi kayak yang harusnya tetangga itu jadi support sistemn kedua setelah keluarga tapi malah menghancurkan kaya gitu, ngerasa kaya ngga pantes, ngerasa terdiskriminasi, terkucilkan kaya gitu. Jadi ngerasa kaya bener-bener hidup sendiri.</p>	
3	<p>Siapa yang paling memberikan pengaruh terhadap diri anda?</p>	<p>Kalau pengaruh negatif itu ya tadi lingkungan ya, lingkungan rumah. Kalau pengaruh positif ini pertama itu keluarga terus diri sendiri juga, kaya apa ya support diri itu yang lebih utama menurut aku, jadi segimana pun orang-orang itu ngasih kaya support terus kaya ngasih dukungan moral, terus psikis kaya gitu kalau memang dari dalam diri kita itu ngga memberikan pengaruh positif juga ya itu ngga bakalan jadi kaya gitu, jadi yang memberikan pengaruh ya itu tadi sama temen-temen.</p>	Arf./lamp10/B3

4	Seberapa besar pengaruh orang lain terhadap diri anda? Mengapa?	Mungkin fifty-fifty ya, 50,50 karena pengaruh orang lain itu ngga akan berdampak apa-apa kediri kita kecuali diri kita yang mengolah.	Arf./lamp10/B4
5	Apakah anda sempat menutup diri dan merasa minder setelah menjadi penyintas COVID-19?	Sempet, sempet ngerasa kaya beda dari yang lain, jadi kaya untuk berinteraksi ketika awal-awal dinyatakan negatif itu memang kaya ngerasa mendingan aku yang jauh dari orang lain dari pada nanti orang lain malah takut sama aku kaya gitu, lebih kaya gitu sih menjaga keorang lain.	Arf./lamp10/B5
6	Apakah anda pernah mengalami diskriminasi oleh orang terdekat seperti keluarga, sodara, tetangga, atau teman sebaya anda? Jika pernah, Seperti apa bentuk diskriminasi yang anda dapatkan?	Kalau dari lingkungan rumah itu diskriminasi yang kaya menjauh kaya gitu, bahkan dalam waktu yang cukup lama, sebulan itukan lumayan ya, terus ngga mau ngobrol secara langsung, terus kaya mandang keluargaku tuh sebelah mata, kaya “ih” kalau kasarannya ya, jawane itu kaya “ora usah di batiri, kae anu wong sing pernah kena” kaya gitu, kasarane kaya gitu. Jadi kaya diskriminasi tetangga itu sampe bener-bener ngefek banget, sampe down juga, kepikiran, kan setelah dinyatakan negatif itu sempet down lagi, karena kan penderita sam lambung itu ngga boleh banyak pikiran ya, sekalinya mikir kaya gitu kaya langsung naik, terus down lagi, tapi ngga nyampe positif lagi, gitu Cuma kaya sekedar efek dari respon tubuh kaya gitu.	Arf./lamp10/B6



7	Adakah dukungan dari orang lain seperti keluarga atau orang terdekat anda dalam membantu mengatasi masalah-masalah tersebut?	Dukungan pasti ada, kaya keluarga sendiri kaya ngasih support kalau dilihat dari segi diskriminasi tadi kaya “udah nggapapa, mereka belum ngalamin, makanya mereka kaya gitu” kaya lebih nguatilah saling menguatkan satu sama lain kaya gitu, terus kalau misal nkan dukungan dari temen-temen juga ya dukungan kayak ya “kamu bisa loh, kamu bisa ngelewat ini, terus udah ngga usah dengerin hal-hal yang aneh-aneh” kaya gitu.	Arf./lamp10/B7
8	Seberapa pentingnya dukungan orang sekitar terhadap diri anda sebagai penyintas?	Ya penting sekali dukungan orang sekitar karena dengan adanya dukungan orang sekitar bisa meminimalisir tingkat kestressan penyintas, dan juga kalau banyak dukungan dari orang sekitar kita sebagai penyintas menjadi lebih percaya diri, ngga minder gara-gara kena covid, terus juga adanya dukungan dapat mengurangi rasa cemas kan ada tu cemas gara-gara kena covid bisa meninggal, kalau ada dukungan kan jadi ngga cemas dalam menghadapi covid ini.	Arf./lamp10/B8
9	Ketika anda dihadapkan dengan kondisi tertekan adakah ibadah tertentu yang anda lakukan?	Ibadah ya seperti biasa kaya sholat 5 waktu, kalau memang kondisi memungkinkan itu ya sunnah kaya gitu, terus ya paling tambahan-tambahannya kaya sholawatan, terus ngaji Al-Qur'an kaya gitu setiap selesai sholat, terus yang paling a.. apa ya	Arf./lamp10/B9

	sebenarnya bukan tambahan ya, emang udah kebiasaan kaya gitu, gitu.	
--	---	--

**Tabel 2.3 Hasil Transkrip Wawancara subjek ARF**

<b>KONSEP DIRI</b>		<b>KODE</b>
<i>Basic self concept</i>		
1	<p>Bagaimana pendapat anda mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?</p>	Arf./lamp10/C1
	<p>Kalau menurut aku ya, penyintas yang namanya penyintas itu inikan orang yang pernah ya kan, orang yang pernah mengalami gitu, kita sebagai orang indonesia yang memang lagi dilanda hal seperti ini, ngga semestinya saling menjudge ataupun mendiskriminasi gitu, karena tanpa kita sadari orang yang pernah mengalami ini berarti mereka orang-orang terpilih gitu, orang-orang terpilih dalam arti mereka ini ditunjuk oleh Allah untuk menguji, menguji dirinya sendiri, ya terus juga kaya Allah pilih sebagai orang istimewa karena ngga semua orang pernah gitukan, secara ngga langsung itu kaya Allah pilih untuk “oh ini orang pelu diuji secara fisik, secara psikis” kaya gitu, berarti Allah itu sayang sama kita gitu, jadi mungkin buat kayak yang lain-lain yang belum atau jangan sampe positif itu, kayak berhenti memandang sebelah mata sama penyintas karena orang</p>	

		penyintas ini adalah orang-orang terpilih menurut aku.	
2	Bagaimana anda bersikap terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Kalau diri aku pribadi justru malah menerima, karena itu tadi penyintas ini hanya orang-orang tertentu yang dapat dikatakan penyintas gitu, karena ngga semua orang, terus juga lebih kaya apa ya, lebih menerima diri, lebih menerima diri terus bisa ngertiin diri sendiri gitu, posisikan diri sendiri apa yang harus kita lakukan dan apa yang harus ngga kita lakukan kaya gitu.	Arf./lamp10/C2
3	Apa kelebihan dan kelemahan yang anda miliki selama menjadi penyintas COVID-19?	Berarti terhitung mau satu tahun ya, dikatakan penyintas ini, kelebihan dan kelemahan kayak ngalir gitu ya kelebihan yang aku rasain sekarang itu kaya lebih bisa menerima diri dengan kondisi apapun kaya gitu. Kayak mungkin ngga banyak dari orang lain itu merasa penyintas, jadi seorang penyintas itu sebuah aib kaya gitu, jadi kayak lebih ini itu bukan aib gitu, ini suatu apa ya, hal yang harus kita terima kaya gitu, jadi lebih bisa lebih self love kaya gitu. Terus kalau buat kelemahan sendiri itu memang kadang itu, dengerin apa kata orang gitu, itu yang menjadi kelemahan. Kerena memang penyintas ini banyak ya, banyak yang memandang sebelah mata itu mungkin menjadi	Arf./lamp10/C3

		<p>sebuah kelemahan kayak kadang itu berfikir “oh apakah kaya gini ya” kaya gitu, ternyata setelah berinteraksi dengan diri sendiri kayak ngga harus kaya gini, jadi kelemahan itu bisa ditutup sama kelebihan.</p>	
4	<p>Bagaimana pandangan anda terhadap kelebihan dan kelemahan yang anda miliki?</p>	<p>Kelebihan dan kelemahan seseorang pasti berbeda-beda, kaya aku sendiri mandang hal tersebut menjadi suatu hal yang wajar setiap orang pasti punya kelebihan dan kekurangan, dan kekurangan seseorang itu bakal ketutupi sama kelebihan, nah menurut aku kelebihan sama kekurangan ini, apa ya, bisa jadi suatu hal positif untuk diri kita sendiri, pertama kita itu bisa mengoreksi kesalahan kita dimana, terus yang kedua, kita itu bisa mengontrol diri kita, terus yang ketiga kita itu bisa memahami prasangka-prasangka orang, jadi ketika kita berhadapan dengan seseorang yang pernah juga itu kita bisa menyikapi gitu. Apalagi ketika kita lagi kaya gini terus kita berdampingan sama orang yang sedang positif itu lebih bisa apa ya, mengontrol terus bisa menghargai satu sama lain.</p>	Arf./lamp10/C4
5	<p>Bagaimana perbedaan anda</p>	<p>Emm.. mengalami perubahan ya, jelas banget. Sebelum aku kena itu kayak apa</p>	Arf./lamp10/C5

	dalam memandang diri anda sebelum dan sesudah menjadi penyintas COVID-19 baik secara fisik maupun psikis?	ya, secara fisik mungkin memang lebih keliatan kuat gitu terus setelah positif terus ngerasa badan ku itu kayak lebih sering capek kaya gitu, terus kayak apa namanya asam lambung itu sering kambuh terus juga sakit yang apa sih, terutama itu sih sakit lambung itu. Terus kalau secara psikis ini sebelum dan sesudah kayaknya lebih kuat yang sekarang, setelah menghadapi hantaman-hantaman keras, karena ya memang ngga mudah ya, itu menurut aku lebih kuat yang sekarang sih.	
6	Menurut anda apakah menjadi penyintas COVID-19 merupakan hal yang memalukan?	Menurut aku engga, dengan alasan yang sama kaya yang tadi, karena seorang penyintas ini ngga semua orang punya sebutan penyintas gitu, karena seorang penyintas ini adalah orang-orang istimewa dari pandangan Allah.	Arf./lamp10/C6
7	Apakah anda sempat merasa bahwa kehadiran anda tidak diharapkan oleh orang terdekat anda atau masyarakat disekitar anda?	Awal-awal iya, setelah dinyatakan negatif itu ini, pernah ngerasa kayak apalagi kan waktu itu masih sendiri ya waktu pas di nyatakan negatif itu posisi dirumah masih sendiri keluarga belum pada pulang karena memang masih isolasi juga disana, kaya ngerasa “ih aku kok hidup sendiri ya” kaya gitu, ngga punya siapa-siapa keluarga jauh, terus juga sodara-sodara mungkin memang masih menjaga gitu takutnya sana yang	Arf./lamp10/C7

		<p>bawa penyakit kaya gitu, ditambah lagi tetangga yang seperti itu, kaya ngerasa apa ya, ngga bisa ngapa-ngapain terus kaya, ngga guna gitu loh. Yang sebelumnya kan belum pernah ngerasain hal kaya gitu yang apa-apa kalau ditetangga itu mau minta tolong apa aja itu langsung terus temen-temen minta tolong apa-apa itu ya langsung itu setelah itu kayak, “ih ya ampun, ngga bisa kaya gini ya” kaya gitu.</p>	
8	<p>Bagaimana pandangan dan solusi anda dalam menyikapi perubahan fisik, perubahan kesehatan dan perubahan psikis yang dialami selama menjadi penyintas COVID-19?</p>	<p>Pandanganku terkait hal tersebut adalah wajar. Karena menurutku setiap kejadian dan situasi bakal ada perubahan meskipun ngga terlalu banyak atau signifikan. Solusinya cukup menerima semua perubahan maka dapat beradaptasi dan berjalan sebagaimana mestinya.</p>	Arf./lamp10/C8
<b><i>Social self concept</i></b>			
1	<p>Bagaimana pendapat orang lain tentang diri anda sebagai penyintas COVID-19?</p>	<p>Ya ada yang negatif ada yang positif, yang negatif pasti banyak juga, kayak mungkin orang-orang yang berpandangan negatif tentang penyintas itu akan menjauh, itu terlihat dari, mungkin memang menjaga tapi</p>	Arf./lamp10/C01

		<p>menjaga dan menjauh ini beda tipis lah ya, jadi kayak keliatan aja yang menjaga yang mana, yang menjauh yang mana itu sangat keliatan, contohnya ya yang kaya tadi tetangga kaya gitu, kayak kalau menjaga itu cukup menggunakan masker kita masih berinteraksi, tapi sebaliknya tidak hanya menggunakan masker tapi diajak ngobrol, bertegur sapa pun ngga mau, terus kalau yang berpandangan positif ini ya kayak temen-temen keluarga kayak saling support.</p>	
2	<p>Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain tersebut?</p>	<p>Kalau menanggapi hal-hal yang negatif itu kayak ya udah gitu, mereka kan belum pernah ngerasain apa yang aku rasain, mungkin itu suatu perlindungan diri, terus kalau misalkan untuk orang-orang yang berpandangan positif ini kayak lebih ya berterimakasih aja memang siklusnya sperti itu. Ya terimakasih udah mau support, udah mau berteman kaya gitu, masih mau keluar bareng, masih mau jalan-jalan bareng, masih mau berinteraksi itu memang ngga gampang kaya gitu.</p>	Arf./lamp10/C02
3	<p>Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain apabila tidak sesuai</p>	<p>Yang ngga sesuai ya, mungkin pertamanya kayak kepikiran gitu ya, tapi setelah kesini-sini setelah mendapatkan support dari temen-temen</p>	Arf./lamp10/C03

	dengan pendapat anda mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?	itu kaya, ya udah ngga usah terlalu mikirin apa kata orang kaya gitu, orang yang ngomong kaya gitu itu biasanya orang yang sok tau, terus orang yang belum ngerasain apa yang kita rasain, jadinya mereka dengan seenaknya kaya ngejudge kamu itu buruk, kamu itu gini-gini. Jadi kaya sempet kepikiran tapi setelah itu kaya ya udah.	
4	Menurut anda bagaimana seharusnya orang lain bersikap kepada diri anda sebagai penyintas?	Harusnya mereka menghormati dan menghargai, jangan malah meninggalkan, jangan karena kita kena covid mereka jadi menjauh, ya walaupun perlu sih menjaga jarak agar tidak tertular tapi menjaga jarak dengan menjauh itu berbeda.	Arf./lamp10/C04
<b><i>Ideal self</i></b>			
1	Apakah anda menyukai diri anda sebelum dan sesudah menjadi penyintas COVID-19? -Jika suka, apa yang disukai? Mengapa? -Jika tidak, mengapa anda tidak suka? Apa	Tentunya iya, karena dengan mengalami hal seperti itu banyak perubahan dari mengontrol emosi cara kita menghargai diri kita sendiri terus jujur sekarang itu lebih apa ya, lebih cinta sih lebih self love gitu, soalnya kan ngga semua orang itu kaya bisa menerima kekurangan dari diri sendiri dengan adanya yang kemarin itu kaya pelan-pelan aku pribadi itu belajar kekurangan itu bukan suatu hal yang harus ditakuti ataupun ditutupi justru	Arf./lamp10/C001



	yang ingin anda ubah?	dari kekurangan itu kita bisa belajar apa yang harus kita perbaiki.	
2	Apa harapan anda terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Harapannya pasti, harus bisa lebih jaga kesehatan, entah itu fisik maupun psikis kaya gitu, karena kesehatan itu yang paling berpengaruh itu dari psikis kalau psikis kita sehat fisik kita juga sehat gitu.	Arf./lamp10/C002
3	Apa harapan untuk kondisi fisik anda selanjutnya?	Kondisi fisik harapannya, ya jangan sakit-sakitan lagi kaya gitu, terus lebih jaga kesehatan, terus lebih jaga makanan ngontrol makanan terus banyakin olah raga.	Arf./lamp10/C003
4	Apa harapan anda untuk perkembangan pada psikis anda?	Harapan harus lebih kuat, dari yang sekarang memang perkembangan psikis itu kan terjadi dengan seiring berjalannya waktu, harapannya ya makin, mentalku makin kuat gitu, terus makin bisa memilah mana yang baik mana yang buruk, mana yang harus diterima dan yang ditolak kaya gitu.	Arf./lamp10/C004
5	Apa harapan anda untuk kehidupan sosialisasi anda?	Harapan bersosialisasi itu harapannya makin ini ya, makin luas lagi terus pertemanan pun makin meluas terus pengalaman pun makin meluas. Jadi semakin kita punya banyak temen sosialisasi kita akan lebih luas kaya gitu.	Arf./lamp10/C005
6	Bagaimana anda mengendalikan diri anda untuk	Harapan-harapan itu akan tercapai, dengan proses yang kita lakukan jadi mungkin ketika kita ingin mendapatkan	Arf./lamp10/C006

	mencapai harapan anda dimasa depan sebagai penyintas COVID-19?	hasil yang baik kita harus melihat proses kita gitu, jadi misalkan proses kita ngga baik ya hasilnya akan kurang baik, jasi memperbaiki prosesnya gitu.	
7	Apakah anda yakin dapat tercapai? Mengapa?	Sangat yakin ya, karena memang kalau kita ngga yakin ya kita ngga akan bisa mencapai kaya gitu, kita itu punya mimpi, punya tujuan, kalau kita ngga yakin akan hal itu kita ngga akan bisa mulai proses gitu, jadi harus yakin dulu, yakin prosesnya akan baik, dan hasil pun akan mengikuti prosesnya gitu.	Arf./lamp10/C007

**Tabel 2.4 Hasil Transkrip Wawancara subjek ARF**

UPAYA YANG DILAKUKAN		KODE	
1	Bagaimana anda menanggapi semua pengalaman yang anda alami sebagai penyintas COVID-19?	Kalau dari aku pribadi ya udah gitu, itu masalah yang kemarin bisa dijadiin buat pembelajaran terus kaya bagaimana kita bersikap kepada orang-orang yang ngga suka sama kita tapi kita harus tetep ramah itu hal yang sangat sulit gitu, dan itu harus belajar terus karena memang kita berdampingan dengan orang-orang seperti itu gitu, dan ini kemungkinan akan berlanjut sampai covid ini selesai.	Arf./lamp10/D1
2	Upaya apa sajakah yang telah anda lakukan dalam menghadapi permasalahan	Upaya ya, usaha itu kaya lebih menguatkan diri sendiri sih, setelah mendapat support dari temen, support dari keluarga itu satu langkah yang buat aku kuat ya diri aku sendiri, dengan misalnya	Arf./lamp10/D2

	ketika anda menjadi penyintas COVID-19?	mengubahnya, mengubah cara pandang, mengubah pola pikir yang tadinya kaya ih aku ngga bisa ngapa-ngapain nih selama jadi korban covid ini gitu, terus upaya untuk mencintai diri sendiri.	
3	Apakah upaya yang anda lakukan berhasil atau malah sebaliknya?	Sejauh ini alhamdulillah berhasil, karena dengan danya hal-hal seperti itu sangat membantu, contohnya kaya misal merubah pola pikir kita ketika kita merubah pola pikir kita yang tadinya melihat orang-orang menjauhi kita krena kita sebagai penyintas kita harus bisa mengembalikan pikiran itu, “oh mungkin dia ini menjaga” kaya gitu itu akan lebih berdampak positif terhadap diri kita kaya gitu.	Arf./lamp10/D3
4	Dari upaya yang anda lakukan ketika menghadapi masalah anda lebih cenderung menarik diri dari lingkungan atau mencari solusi dengan membahas permasalahan dengan keluarga, sodara maupun teman anda?	Lebih ke yang kedua tadi, mencari solusi karena semakin lama kita memendam masalah itu bukannya selesai malah makin banyak, jadi dengan cara itu kaya berdiskusi sama keluarga, ketika di telfon ataupun pas udah, posisi udah kumpul gitu itu diskusi ringan itu bisa menyelesaikan masalah.	Arf./lamp10/D4
5	Faktor-faktor apa sajakah yang	Yang pertama itu pikiran kita, terus mental kita juga, terus support dan	Arf./lamp10/D5

	menurut anda bisa membantu anda dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?	dukungan dari keluarga terutama, terus orang-orang terdekat, terus kaya sekali-kali kita itu harus menulikan telinga untuk mendengarkan hal-hal yang negatif.	
6	Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda menghambat upaya anda dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?	Faktor penghambat untuk menyelesaikan masalah itu dari diri sendiri juga, dari internal diri sendiri kadang itu kaya terlalu overthinking ya gitu, semakin kita banyak pikiran itu malah makin menyusahkan diri sebenarnya gitu, terus kalau apa namanya dari yang lain itu ya dari omongan-omongan, terus dari pandangan orang lain ke kita, terus dari hal-hal yang apa ya, ya itu tadi hal-hal yang ngga seharusnya ngga kita pikirin malah kita pikirin.	Arf./lamp10/D6

**LAMPIRAN 11**  
**HASIL TRANSKRIP WAWANCARA**  
**INFORMAN ZF**

**A. IDENTITAS**

Nama	: ZF
Jenis Kelamin	: Laki-laki
Tempat/Tanggal Lahir	: Cilacap, 20 Agustus 2001
Usia	: 20 thn
Pendidikan	: S1 (dalam proses)
Agama	: Islam
Jumlah saudara kandung	: 4
Anak Ke-	: 3
Suku	: Jawa
Alamat	: Karangsalam Kidul, Kedungbanteng, Banyumas
Nama ayah	: Ragiel Ahmad Hadi
Pekerjaan ayah	: Petani
Pendidikan ayah	: SMA
Usia	: 55
Nama ibu	: Fadilatul Hijriyah
Pekerjaan ibu	: Pedagang
Pendidikan ibu	: SMA
Usia	: 50

**B. DAFTAR WAWANCARA**

Hari, tanggal	: Selasa, 08 Maret 2022
Tempat	: Ruang Mitra Remaja UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
Pukul	: 14.25

**Tabel 3.1 Hasil Transkrip Wawancara subjek ZF**

<b>RIWAYAT COVID-19</b>			<b>KODE</b>
1	Kapan anda dinyatakan positif COVID-19?	Awal agustus kayaknya, pertengahan agustus keluar. Awal kena covid itu tante habis itu nular ke aku, tante juga bidan sih di puskesmas.	Zf./lamp11/A1
2	Bagaimana perasaan anda saat pertama kali dinyatakan positif COVID-19?	Awalnya itu kaya itu loh gejala tipes, itu berjalan 3 hari apa ya, terus habis itu periksa ke klinik di ini lah daerah mana ini, terus di PCR. Sakitnya itu kaya sakit tipes gitu loh terus di PCR nunggu berapa hari, sehari apa ya itu keluar hasilnya positif. Aku sih biasa aja, soalnya aku percaya kalau orang sakit di PCR maupun di antigen itu hasilnya positif.	Zf./lamp11/A2
3	Gejala-gejala seperti apa yang anda alami?	Pas awal itu panas, dingin terus kaya sering banget batuk, batuknya itu hampir 10 harian, terus pas aku pulang karantina pun penciuman udah ngga ada, tapi ngerokok lancar, kalau rokok lancar tapi kalau makan itu kan kadang kan di karantina itu makan sehari 3 kali, kalau aku mah sekali dua kali.	Zf./lamp11/A3
4	Bagaimana kondisi anda saat pertama kali di nyatakan positif COVID-19?	Kondisi tubuh ngga vit banget, 2 bulan koh. Udah 3 hari, kata dokternya sih ini udah positif dari seminggu yang lalau kaya gitu katanya.	Zf./lamp11/A4
5	Apakah anda sempat merasa takut mati setelah	Oh iya, Aku sampe di oksigen loh, sampe di oksigen pas dikarantina itu pake botol yang ini terus kaya gini, berapa ya,	Zf./lamp11/A5

	di nyatakan positif COVID-19?	semalem satu malam sampe pagi kan aku dikarantina di baturaden aku aja khusus, “ini buat Z sendirian” gitu, satu kamar buat aku sendirian sampe apa itu, yang anak KKN itu sehari bisa sampe 3 kali kesitu, ya aku biasa aja sih, ya emang disana kan dingin mungkin badanku jadi tambah drop gitu, tensi itu yang di itu di bawah terus ngga pernah keatas, makannya karantina ada itu 24 harian.	
6	Apakah anda memiliki riwayat penyakit sebelum dinyatakan positif COVID-19?	Ngga, ngga punya.	Zf./lamp11/A6
7	Bagaimana perasaan anda ketika pertama kali harus melakukan isolasi?	Mungkin itu sih yang bikin aku ngga mau itu karena isolasinya, ya gimana ya mau ngga mau aku harus isolasi iya kan, ya nerima aja.	Zf./lamp11/A7
8	Apakah selama menjalani perawatan COVID-19 anda memiliki kesulitan tidur?	Ya selayaknya orang sakit sih, kayak tidurnya ngga jelas, kadang siang malah buat tidur, sore maghrib itu tidur. Sebenarnya lebih enak karantina sih tidurnya sering.	Zf./lamp11/A8

9	Bagaimana nafsu makan anda selama menjalani perawatan COVID-19?	Iya itu tadi, jarang makan. Makan sehari cuma sekali padahal makannya enak terus. Sehari makan cuma sekali dua kali.	Zf./lamp11/A9
10	Kapan anda dinyatakan sembuh dari COVID-19?	Ngga sembuh sih, udah selesai karantina itu tanggal 25 agustus. Pokoknya aku ulang tahun itu dikarantian, sedih banget, awalnya aku itu udah 20 hari dokternya bilang “mas nambah dulu ya, belum sehat” kaya gitu, ya udah terus pas nambah 3 hari ditanya “mas kalau mbok mau pulang juga nggapapa yang penting udah 20 hari karantina”, terus pulang di rumah aja masih dikamar belum sehat. Akhir agustus lah udah sehat.	Zf./lamp11/A10
11	Bagaimana perasaan anda saat dinyatakan sembuh dari COVID-19?	Ya kaya, oh jadi kaya gini yah ngga lagi-lagi. Awalnya sih aku ngga percaya covid, kaya aku sering banget ditilang ngga pake masker, naik mobil ngga pake masker sering banget, ngga percaya, lah males lah. Mungkin karena ngga sukanya dikarantina gitu, ya udahlah yang penting manut aja.	Zf./lamp11/A11

**Tabel 3.2 Hasil Transkrip Wawancara subjek ZF**

PENGALAMAN SEBAGAI PENYINTAS COVID-19			KODE
1	Setelah anda dinyatakan sembuh dari COVID-19	Ngga ada loh, kaya orang tua ya bukannya ngejauh malah mendekat “lah udah sembuh juga, ya jangan dijauhi orang kaya gitu” gitu, padahal dulu pas pertama malah dijauhi tas,	Zf./lamp11/B1



	<p>hambatan apa yang anda alami selama berinteraksi dengan orang lain?</p>	<p>semua koper di lempar-lemparin keluar. Kan aku pake mobil ke klinik terus aku foto terus barang-barang aku udah diluar semua, duh sakit banget. Tapi ya pas dikarantina ya aku dijenguk biasa, tapi ngga ketemu pun engga. Habis di karantina ya biasa “sini om masuk, sini mas” kaya gitu, biasa.</p>	
2	<p>Selama menjadi penyintas COVID-19 bagaimana hubungan anda dengan keluarga anda (ayah, ibu, kakak, adik, paman, bibi dll), teman sebaya anda, dan tentang anda?</p>	<p>Pas aku itu keluarga ku kan di majenang, aku ngga ngabarin, ngabarin itu 3 hari udah karantina, aku ngabarin ke oarang tua kalau aku positif, ya orang tua ya kaget, pada ya ngga percaya kaya gitu, aku videoin tempatnya, kasurnya, obat-obatan banyak banget, sampe ibu itu setiap hari telfon biasanya kan engga, kalau teman ya banyak yang care hampir tiap hari ada yang jenguk, serius, aku seneng banget. Kalau tetangga ya biasa sih, ya engga keliatan care, mungkin yang dirumah malah pada dijauhin, jadi aku karantina terus yang dirumah purwokerto nih kaya menyendiri gitu, orang-orang lain pun kalau mau kerumah pake masker pake ini, soalnya kan tante ku keluar karantina hari senin terus kamisnya aku masuk karantina kata tetangga “entar mbok nular, mbok nular” kaya gitu.</p>	Zf./lamp11/B2
3	<p>Siapa yang paling memberikan pengaruh terhadap diri anda?</p>	<p>Keluarga sih, kaya ibu yang jarang banget telfon, jarang banget ngechat, jarang banget apa, jadi sering banget ngabarin, kakak juga iya, terus yang disini juga tiap hari jadi care</p>	Zf./lamp11/B3

		gitu loh, nyampe hp kadang belum bangun udah di bangunin dianterin obat, pokoknya care bangetlah.	
4	Seberapa besar pengaruh orang lain terhadap diri anda? Mengapa?	Engga aku mah bodoamat, kadang aku juga gampang terpengaruhi, tapi kadang juga ya udahlah positif thingking aja, mau nular juga aku kan ngga nularin, di yang ngedeketin, dia yang berinteraksi ya bodoamat dia. Pertamanya aja aku ngga percaya corona aku itu vaksin kelaur karantina baru vaksin malah.	Zf./lamp11/B4
5	Apakah anda sempat menutup diri dan merasa minder setelah menjadi penyintas COVID-19?	Kayak malu, kayak ya minder sih iya sih. Ya males aja gitu ditanyain lah, rasanya gimanalah, terus kaya ya banyak yang masih ngejauh dari aku itu masih banyak, sampe ya males aja main-main.	Zf./lamp11/B5
6	Apakah anda pernah mengalami diskriminasi oleh orang terdekat seperti keluarga, sodara, tetangga, atau teman sebaya anda? Jika pernah, Seperti apa bentuk diskriminasi yang anda dapatkan?	Ya kaya kemaren aku pas pulang, kan aku pulang naik motor, aku pulang terus sampe kasur dijemur di luar, lemari wah parah banget. Waktu aku berangkat karantina juga naik ambulans pu ngga ada yang liat, ya kaya gitu, ya mungkin menghindari.	Zf./lamp11/B6
7	Adakah dukungan dari orang lain	Ya banyak, dari orang tua pun sampe ya ngirimi kuota lah, ngirimin apalah. Dari	Zf./lamp11/B7

	seperti keluarga atau orang terdekat anda dalam membantu mengatasi masalah-masalah tersebut?	keluarga sini juga banyak sih, setiap hari malah dijenguk, senengnya di situ.	
8	Seberapa pentingnya dukungan orang sekitar terhadap diri anda sebagai penyintas? Mengapa?	Penting, karena seorang penyintas butuh dorongan serta motivasi dimana nantinya ketika dia mendapatkan itu dia akan berpengaruh terhadap kondisi psikologisnya dia, jadi bagaimana dukungan orang disekitar itu dapat dikatakan sebagai coping stress.	Zf./lamp11/B8
9	Ketika anda dihadapkan dengan kondisi tertekan adakah ibadah tertentu yang anda lakukan?	Malah di karantina malah jarang beribadah, menurutku kayak jamaah aja jarang, terus sholat aja ngga ada yang ngingetin gitu, kaya tim satgas yang diluar bukannya jumat malah pada ngobrol, ya bingungnya di situ. Kalau aku sendiri ya jadi terpengaruh yang biasanya malam jumat yasinan sekarang jadi engga, males sih mau ngapain gitu, mending tidur, kalau sholat 5 waktu sih ya insyaallah lah tetep sholat.	Zf./lamp11/B9

Tabel 3.3 Hasil Transkrip Wawancara subjek ZF

KONSEP DIRI			KODE
<i>Basic self concept</i>			
1	Bagaimana pendapat anda	Yang penying ya kalau misal ada yang positif lagi janganlah disikriminasi kaya	Zf./lamp11/C1

	mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?	tadi, dikucilkan jangan, lebih baik kita beri masukan yang positif, gimana caranya biar dia sehat, terus ngga menular gitu.	
2	Bagaimana anda bersikap terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Awalnya sih menolak ya, soalnya aku itu dipaksa buat swab gitu loh, kaya di ngga sukanya di klinik itu kaya gitu, aku niatnya periksa tapi dokternya itu bilang “tapi harus PCR dulu ya mas” terus ya gimana lagi, langsung positif, ya pertamanya ya ngga suka, nolak, siapa sih yang mau positif corona.	Zf./lamp11/C2
3	Apa kelebihan dan kelemahan yang anda miliki selama menjadi penyintas COVID-19?	Ngga ada bedanya sih, ya kalau awal-awal sih aku lebih, awal ya sekarang udah engga sih, jadi kaya lebih terawat, olah raga itu sering banget olah raga, terus lebih disuruh makan ya nurut, minum obat ya nurut. Kalau kelemahan sendiri jadi sering banget kaya ngedrop, overthingking “duh takut aku positif lagi, aku males banget corona” kaya gitu, aku udah sakit 2 kali apa ya selama keluar karantina, aku juga masih chattingan sama dokternya sampai sekarang.	Zf./lamp11/C3
4	Bagaimana pandangan anda terhadap kelebihan dan kelemahan yang anda miliki?	Lebih ke self reward apa ya.	Zf./lamp11/C4

5	<p>Bagaimana perbedaan anda dalam memandang diri anda sebelum dan sesudah menjadi penyintas COVID-19 baik secara fisik maupun psikis?</p>	<p>Ya katanya sih aku kalau sebelum covid sama sesudah itu katanya lebih fress gitu, sebelum corona kaya sama sesudah corona juga karena mungkin obat yang dikasih kaya obat nafsu makan, vitaminnya sering diberikan jadi aku lebih fress, lebih sehat, tapi aku masih sering merasakan pusing sampe sekarang. Kalau secara psikis sendiri mungkin kalau overthinking masih ada tapi mentalnya itu kayak apa kebal banget gitu loh, kaya percaya diri banget, dulu kan sempet insecurean terus sekarang mah udah engga.</p>	Zf./lamp11/C5
6	<p>Menurut anda apakah menjadi penyintas COVID-19 merupakan hal yang memalukan?</p>	<p>Iya sih, siapa sih orang yang mau jadi penyintas, awalnya sempet ada rasa malu, siapa orang yang mau jadi penyintas gitu loh, bahkan yang sekarang karantina sama aku pun banyak yang sehat, banyak yang masih ngerokok banter banget, jadi ngga adalah orang yang mau positif covid itu ngga ada, bukan hal yang memalukan juga engga sih ya, tapi ya ngga mau sih positif covid.</p>	Zf./lamp11/C6
7	<p>Apakah anda sempat merasa bahwa kehadiran anda tidak diharapkan oleh orang terdekat anda</p>	<p>Ya semenjak jadi penyintas itu engga, tapi pas menjadi penyintas itu sehari kan aku ngga langsung karantina to, bahkan masih keluar itu ya kaya pada ngejauh semua, pas karantina pun efeknya itu orang terdekat ku juga banyaklah yang</p>	Zf./lamp11/C7

	atau masyarakat disekitar anda?	dijauhin kaya gitu, sekarang ya udah engga.	
8	Bagaimana pandangan dan solusi anda dalam menyikapi perubahan fisik, perubahan kesehatan dan perubahan psikis yang dialami selama menjadi penyintas COVID-19?	Pandangannya kan menyikapi perubahan fisik, karena orang yang mengalami Covid itu pastikan secara fisik lemah dari yang biasa berkegiatan sehari-hari akhirnya badtresh dirumah secara kesehatan, kemudian dari secara psikis pun pastikan khawatir akan diri sendiri bahkan sampe menganggap bahwa akan meninggal besok karena mengalami Covid, itu yang menjadi masalah psikologis. Jadi solusinya secara fisik kita harus kegiatan dengan yoga atau tracing sedikit demi sedikit untuk menggerakan badan dan secara psikis bisa dengan mencari hiburan lewat media sosial agar tidak stress seperti liat video tiktok untuk merefresh stress.	Zf./lamp11/C8
<b><i>Social self concept</i></b>			
1	Bagaimana pendapat orang lain tentang diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Kalau yang aku temui itu orang yang ngga percaya kalau aku itu pernah positif, kaya orang yang kena covid itu ngga ada, jadi mereka menganggap kaya orang yang kena covid itu dipoitifkan, terus aku juga “lah kalian ngga ngerasain gimana rasanya sih”, mereka sampe nanya gejalanya apa aja, obatnya apa aja, dan mereka pun tau. Aku nemunya Cuma orang yang kaya gitu sih. Terus	Zf./lamp11/C01

		yang kaya temen-temen terdekat ya biasa, Cuma “oh yang sehat-sehat ya, yaudah sekarang kamu jaga makan, jaga ini, jaga ini, jaga imun” gitu doang sih .	
2	Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain tersebut?	Menerima, cuman kita juga harus menyangkal pendapat itu, begitu. Kalau dia ngga percaya kita jelaskan apa yang terjadi, selama aku disana (selama karantina) kalau dia percaya pun kita harus menanggapi juga.	Zf./lamp11/C02
3	Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain apabila tidak sesuai dengan pendapat anda mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Ya itu tadi, kalau dia ngga percaya, dia ada argumen yang lain kita harus menerima tetapi kita harus jelaskan juga, selama saya menjadi penyintas itu kaya apa, mungkin bisa jadi dia langsung kaya menghindari gejala-gejalanya mungkin.	Zf./lamp11/C03
4	Menurut anda bagaimana seharusnya orang lain bersikap kepada diri anda sebagai penyintas?	Harusnya memberikan dukungan, memberikan motivasi jadi bukan malah menjudge mereka tapi justru memberikan emosi atau hal-hal yang positif kepada seorang penyintas, misal mengajak bergaul dengan masyarakat.	Zf./lamp11/C04
<b><i>Ideal self</i></b>			
1	Apakah anda menyukai diri anda sebelum dan sesudah menjadi	Kalau sebelum sih aku kaya bandel banget, kalau setelah menjadi itu jadi berubah pola makan, pola pikirnya juga. Ya harusnya menerima apa adanya sih.	Zf./lamp11/C001

	<p>penyintas COVID-19?</p> <p>-Jika suka, apa yang disukai? Mengapa?</p> <p>-Jika tidak, mengapa anda tidak suka? Apa yang ingin anda ubah?</p>		
2	<p>Apa harapan anda terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?</p>	<p>Ya itu sih kaya tadi itu, kaya kita memberi kejelasanlah kalau penyintas itu kaya gimana, rasanya apa, jangan dikucilkan, bisa memberi motivasi lah.</p>	Zf./lamp11/C002
3	<p>Apa harapan untuk kondisi fisik anda selanjutnya?</p>	<p>Jauh dari kata pusing, katanya sih kalau kata dokter yang dikarantina, kalau abis positif itu sering banget pusing.</p>	Zf./lamp11/C003
4	<p>Apa harapan anda untuk perkembangan pada psikis anda?</p>	<p>Pola pikirnya lebih teratur, kaya lebih percaya diri untuk menjalani hidup.</p>	Zf./lamp11/C004
5	<p>Apa harapan anda untuk kehidupan sosialisasi anda?</p>	<p>Wah malah lebih yang ngedeketin, malah banyak yang care sama aku malah, setelah menjadi penyintas malah banyak yang ngedeketin.</p>	Zf./lamp11/C005
6	<p>Bagaimana anda mengendalikan diri anda untuk mencapai harapan anda dimasa depan sebagai penyintas COVID-19?</p>	<p>Kalau bisa sih yang bener-bener kena corona itu jangan dibuat-buat, kaya aku bener corona gitu loh, jangan kaya OTG, ngga percaya banget aku kaya gitu, aku yang sakit bener-bener yang sekarat kaya gitu dikarantina malah banyak orang-orang yang masih bisa ngerokok, “dia</p>	Zf./lamp11/C006



		positif pak?”, “iya”, “aduh malah ngerokok”, kaya orang ngga sakit gitu loh, kalau bisa ya dibilangin lah, memberi motivasi, aku sekarang kalau ada orang sakit juga masih takut. Sampai sekarang, takut positif, soalnya aku ngerasain positif itu kaya apa.	
7	Apakah anda yakin dapat tercapai? Mengapa?	Ngga sih, karena aku itu orangnya kurang PD, bodoamatan juga, apalagi masalah kaya gini, masalah besar loh, kurang yakin sih karena ini masalah besar, jarang harapan yang tercapai dimasalah ini jarang banget.	Zf./lamp11/C007

**Tabel 3.4 Hasil Transkrip Wawancara subjek ZF**

UPAYA YANG DILAKUKAN		KODE	
1	Bagaimana anda menanggapi semua pengalaman yang anda alami sebagai penyintas COVID-19?	Percaya ngga percaya harus percaya gitu, soalnya aku sendiri mengalami hal tersebut, entah itu dia OTG, entah itu dia ngga bisa makan, ngga bisa itu, soalnya aku juga mengalami, awalnya ya ngga percaya.	Zf./lamp11/D1
2	Upaya apa sajakah yang telah anda lakukan dalam menghadapi permasalahan ketika anda menjadi peyintas COVID-19?	Menjalani hidup sehat, lebih pola makan teratur, lebih menjauhi tentang covid, memakai masker, sampai sekarang pun aku bawa hand sanitizer, sering banget pake hand sanitizer, aku orang terakhir yang terkena covid dirumah jadi keluarga semua hampir terkena covid, aku yang paling parah.	Zf./lamp11/D2

3	Apakah upaya yang anda lakukan berhasil atau malah sebaliknya?	Nggak sih masih belum berhasil, kaya aku sekarang juga masih sering sakit-sakitan, masih sering pusing, itu belum kata berhasil, tapi masih dalam proses.	Zf./lamp11/D3
4	Dari upaya yang anda lakukan ketika menghadapi masalah anda lebih cenderung menarik diri dari lingkungan atau mencari solusi dengan membahas permasalahan dengan keluarga, saudara maupun teman anda?	Lebih ke mencari solusi sih, membahas masalah itu sih, sharing ke keluarga, ke sesama peyintas juga, samapi sekarang pun aku sama dokter, sama penyintas itu masi kenal dekat.	Zf./lamp11/D4
5	Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda bisa membantu anda dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?	Yang lebih dekat sih faktor sesama penyintas sih, jadi dia ngalamin, dia ngalamin terus kita tau cara bikin kita itu nggak positif lagi, soalnya kan kalau udah ngalamin, udah pengalaman kan udah tau, kalau sama keluarga sama temen kan belum tentu dia ngalami kaya gitu.	Zf./lamp11/D5
6	Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda menghambat upaya anda dalam menyelesaikan	Ya kepercayaan orang masing-masing, kepercayaan orang masing-masing kan berbeda-beda, jadi pendapatku yang penyintas belum tentu masuk dalam pemikiran dia, pendapat dia pendapat dia, pendapat ku ya pendapat ku kaya gitu, itu	Zf./lamp11/D6

permasalahan tersebut?	yang menghambat upaya permasalahan tersebut.	
------------------------	--	--



**LAMPIRAN 12**  
**HASIL TRANSKRIP WAWANCARA**  
**INFORMAN HSA**

**A. IDENTITAS**

Nama	: HSA
Jenis Kelamin	: Perempuan
Tempat/Tanggal Lahir	: Brebes, 02 Agustus 2002
Usia	: 19
Pendidikan	: S1 (dalam proses)
Agama	: Islam
Jumlah saudara kandung	: 3
Anak Ke-	: 4
Suku	: Jawa
Alamat	: Kalinusu, Buamiayu, Brebes
Nama ayah	: Taslam
Pekerjaan ayah	: Sopir
Pendidikan ayah	: SD
Usia	: -
Nama ibu	: Wahyuni
Pekerjaan ibu	: Pedagang
Pendidikan ibu	: SD
Usia	: -

**B. DAFTAR WAWANCARA**

Hari, tanggal	: Rabu, 09 Maret 2022
Tempat	: Perpustakaan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri
Purwokerto	
Pukul	: 10.17 WIB

**Tabel 4.1 Hasil Transkrip Wawancara subjek HSA**

RIWAYAT COVID-19			KODE
1	Kapan anda dinyatakan positif COVID-19?	Seingat saya bulan september, yang positif ngga hanya aku, ada temen pondok juga, jadi aku ikut klaster pondok.	Hsa./lamp12/A1
2	Bagaimana perasaan anda saat pertama kali dinyatakan positif COVID-19?	Biasa aja, tapi sodara saya yang nangis, pernah sedih juga pas waktu, kan pas dinyatakan positif setelah itu langsung dibawa ke karantina di baturaden, pas di bawa karantina kan pake ambulan, jadinya lebih ngeri aja.	Hsa./lamp12/A2
3	Gejala-gejala seperti apa yang anda alami?	Kebetulan saya ngga punya gejala, tapi dinyatakan positif.	Hsa./lamp12/A3
4	Bagaimana kondisi anda saat pertama kali di nyatakan positif COVID-19?	Sebelum dinyatakan positif kan kaya ada karantina mandiri di pondok, sebelum ada karantina itu saya dinyatakan sakit radang tenggorokan. Setelah di karantina kan sembuh tidak ada tanda-tanda atau gejala itu.	Hsa./lamp12/A4
5	Apakah anda sempat merasa takut mati setelah di nyatakan positif COVID-19?	Iya, terus panik juga.	Hsa./lamp12/A5
6	Apakah anda memiliki riwayat penyakit sebelum	Ya itu tadi radang tenggorokan	Hsa./lamp12/A6

	dinyatakan positif COVID-19?		
7	Bagaimana perasaan anda ketika pertama kali harus melakukan isolasi?	Seneng, maksudnya itu seneng di tempatnya, untuk keadaan saya sendirinya sih, saya orang yang ngga terlalu memikirkan, baturaden kan sejuk mba.	Hsa./lamp12/A7
8	Apakah selama menjalani perawatan COVID-19 anda memiliki kesulitan tidur?	Kalau tidur ngga masalah cuman pencernaanya yang tiba-tiba, saya kan punya penyakit, oh saya juga punya penyakit bawaan mba, ambein. Jadi pas karantina pencernaan saya jadi terganggu.	Hsa./lamp12/A8
9	Bagaimana nafsu makan anda selama menjalani perawatan COVID-19?	Nafsu makan iya, karena kan ada beberapa makanan yang ngga boleh dimakan sama penderita ambein.	Hsa./lamp12/A9
10	Kapan anda dinyatakan sembuh dari COVID-19?	Sekitar 1 minggu setelah karantina apa ya kalau ngga salah.	Hsa./lamp12/A10
11	Bagaimana perasaan anda saat dinyatakan sembuh dari COVID-19?	Seneng, karena maksudnya bisa kembali lagi kepondok, bisa aktivitas kembali, eh belum bisa aktivitas kembali deh, jadi harus ada karantina lagi di pondok, sekitar 2 minggu, katanya harus steril dulu.	Hsa./lamp12/A11

**Tabel 4.2 Hasil Transkrip Wawancara subjek HSA**

<b>PENGALAMAN SEBAGAI PENYINTAS COVID-19</b>		<b>KODE</b>	
1	Setelah anda dinyatakan sembuh dari COVID-19 hambatan apa yang anda alami selama berinteraksi dengan orang lain?	Kebetulan kan langsung dipondok jadi langsung bareng sama temen-temen jadi ngga terlalu, cuman pas lagi di tempat karantina baturaden itu ada beberapa kendala kaya mau pesen makanan itu kan ngga bisa mba, harus pake uang case tapikan kaya semacam gojek, go food kan harus pake non tunai ya, terus kaya ngerasa banget oh positif. Kalah untuk masyarakat di pondok sih aku denger-denger lumayan ngga bagus, karena maksudnya dari luar kaya menilai kenapa, kan satu pondok itu mba kan aku, kaya menilai kenapa harus pondok itu, jadi kaya berpengaruh sama lingkungan sekitar.	Hsa./lamp12/B1
2	Selama menjadi penyintas COVID-19 bagaimana hubungan anda dengan keluarga anda (ayah, ibu, kakak, adik, paman, bibi dll), teman sebaya anda, dan tentangga anda?	Lebih ke itu sih, komunikasi lebih sering karena mereka kayaknya khawatir, kalau sama temen biasa aja, karena posisinya di isolasi mba jadi kaya disekitaran daerah pondok ku kan di isolasi di buat kaya pembatas jadi ngga terlalu, ngga tau gitu.	Hsa./lamp12/B2

3	Siapa yang paling memberikan pengaruh terhadap diri anda?	Kalau pengaruh positif keluarga pastinya, kalau negatif, cuman yang bikin nyaman itu sih kaya ada pembatasan. Kalau media iya karena waktu itu ada beberapa media yang memberitakan kaya ngga itu, ngga bener, ngga sesuai dengan keadaan, itu yang ngga bikin nyaman.	Hsa./lamp12/B3
4	Seberapa besar pengaruh orang lain terhadap diri anda? Mengapa?	Lumayan berpengaruh, karena saya bisa merubah pola pikir saya ya yang mungkin awalnya negatif jadi positif.	Hsa./lamp12/B4
5	Apakah anda sempat menutup diri dan merasa minder setelah menjadi penyintas COVID-19?	Ya itu tadi pas pesen makanan, udah dipesen udan udah mau pesen ternyata di tolak.	Hsa./lamp12/B5
6	Apakah anda pernah mengalami diskriminasi oleh orang terdekat seperti keluarga, sodara, tetangga, atau teman sebaya anda? Jika pernah, Seperti apa bentuk diskriminasi yang anda dapatkan?	Ngga sih, cuman kaya pas lagi kuliah onlien terus ada dosen yang membahas “oh kamu positif ya” kaya gitu aja kaya merasa kan aku tanpa gejala gitu, tanpa tau tanpa gejala jadinya positif. Kalau temen-temen sih karena banyak yang positif kan lebih dari 500 atau berapa orang positif jadi biasa.	Hsa./lamp12/B6



7	Adakah dukungan dari orang lain seperti keluarga atau orang terdekat anda dalam membantu mengatasi masalah-masalah tersebut?	Ada, mulai dari kakak saya kalau pas waktu karantina kakak saya nganterin obat-obatan kaya tadi obat ambein kan tidak disediakan dari pihak karantina jadi harus pesen, alhamdulillahnya kakak saya mau kesitu nganterin obat.	Hsa./lamp12/B7
8	Seberapa pentingnya dukungan orang sekitar terhadap diri anda sebagai penyintas? Mengapa?	Penting banget karna mempengaruhi mental dan perubahan pola pikir. Mungkin yang awalnya negatif jadi positif,yg positif makin positif.	Hsa./lamp12/B8
9	Ketika anda dihadapkan dengan kondisi tertekan adakah ibadah tertentu yang anda lakukan?	Ada, mungkin puasa senin-kamis kalau ngga sholat.	Hsa./lamp12/B9

**Tabel 4.3 Hasil Transkrip Wawancara subjek HSA**

KONSEP DIRI		KODE
<i>Basic self concept</i>		
1	Bagaimana pendapat anda mengenai diri anda	Positif thingking, paling pentingkan pola pikirnya kalau pola pikirnya udah
		Hsa./lamp12/C1

	sebagai penyintas COVID-19?	salah biasanya perbuatan atau tindakannya nanti salah.	
2	Bagaimana anda bersikap terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Menerima, karena kata guru saya terima aja kalau semisal ada kebenaran alhamdulillah, kalau ngga ada ya udah biarin aja.	Hsa./lamp12/C2
3	Apa kelebihan dan kelemahan yang anda miliki selama menjadi penyintas COVID-19?	Kelebihannya pertama bisa refleshing, baturaden kan lebih segar jadi kaya lebih, kebetulan kalau aku di pondok itu kaya peraturan di pondok saya kan kalau keluar lumayan susah karena ketat dari peraturannya, jadi di karantina itu kaya ada kelebihan disitu bisa refreshing juga, terus kekurangannya paling apa ya, ngga ada menurut saya, mungkin ada tapi saya ngga tau. Mungkin ada beberapa berita yang kaya merasa dirugikan karena lingkungan saya positif covid.	Hsa./lamp12/C3
4	Bagaimana pandangan anda terhadap kelebihan dan kelemahan yang anda miliki?	Kalau kelebihan di alhamdulillah pengennya sih lebih banyak lagi, untuk kekurangan saya sendiri tipe orang yang kalau semisal memikirkan kekurangan saya langsung down biasanya, lebih dipikirin bukannya menyelesaikan masalah justru kaya saya merasa menambah masalah, jadi menambah kekurangan bukan menambah kelebihan.	Hsa./lamp12/C4

5	Bagaimana perbedaan anda dalam memandang diri anda sebelum dan sesudah menjadi penyintas COVID-19 baik secara fisik maupun psikis?	Nggak ada, cuman lebih banyak itu doang, istirahatnya.	Hsa./lamp12/C5
6	Menurut anda apakah menjadi penyintas COVID-19 merupakan hal yang memalukan?	Engga, kerna bisa jadi pengalaman, kalau semisal ada yang tanya siapa yang pernah jadi peserta covid atau pasien covid bisa di ceritakan pengalamannya pas waktu karantina.	Hsa./lamp12/C6
7	Apakah anda sempat merasa bahwa kehadiran anda tidak diharapkan oleh orang terdekat anda atau masyarakat disekitar anda?	Nggak sih biasa aja, ya paling itu yang di lingkungan itu sama yang pas pesen makanan itu, kaya ngerasa banget oh ternyata kaya gini nih rasanya disudutkan. Kalau masyarakat sih karena adanya pembatasan jadi nggak terlalau tau. Cuman ada beberapa media sosial dari mungkin warga sekitar atau dari oknum-oknum tertentu yang memanfaatkan keadaan jadi ada beberapa media sosial yang mengkritik lingkungan pondok kaya merasa dirugikan aja gitu.	Hsa./lamp12/C7
8	Bagaimana pandangan dan solusi anda dalam	Yang terpenting pada saat pandemi kita harus tetap menjaga kesehatan agar terhindar dari virus2 yang berbahaya	Hsa./lamp12/C8

	menyikapi perubahan fisik, perubahan kesehatan dan perubahan psikis yang dialami selama menjadi penyintas COVID-19?	dengan cara mengonsumsi makanan yang sehat dan seimbang olahraga teratur dan juga untuk sering berkumpul dengan orang-orang terdekat, menurut saya ketika kita meluangkan banyak waktu dengan keluarga atau orang-orang terdekat akan membuat kita Lebih bahagia, senang dan itu tentunya akan mengurangi perubahan psikis pada diri kita.	
<b><i>Social self concept</i></b>			
1	Bagaimana pendapat orang lain tentang diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Mereka lebih penasaran sih maksudnya kamu jadi pasien covid itu pengalamannya apa aja, terus tandanya apa aja, kaya lebih tau aja jadi pasien covid itu kaya gimana. Cuman kan sebelum ada covid di indonesia kaya meninggal kan itu sih yang lebih kaya gimana gitu, cuma temen-temen dari lingkungan engga mendeskriminasi, cuman mereka lebih penasaran aja.	Hsa./lamp12/C01
2	Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain tersebut?	Kalau pas waktu covid kebetulan dari pondok itu ada peraturan jangan menjelaskan karena media lagi memburu lingkungan pondok tentang pasien covid jadi ada beberapa peraturan dari pondok kalau semisal ngga boleh sembarangan menjawab orang lain, maksudnya berbahaya bisa	Hsa./lamp12/C02

		jadi bahan media untuk lebih mengembangkan berita.	
3	Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain apabila tidak sesuai dengan pendapat anda mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Kalau saya sih maksudnya kaya rugi bagi mereka sendiri ya, maksudnya kaya semisal jumlah covid waktu itu kan semisal 200 tapi yang mereka beritakan bisa lebih. Maksudnya kan kaya rugi bagi mereka karena kebohongan-kebohongan sendiri. Sebenarnya ngga sebanyak itu, terus juga ada berita yang itu mba, yang ada ibu wali santri apa ya, dari pondok lain yang diwawancara salah satu stasiun TV tapi mengatakan kaya kasian sama anaknya padahal kita di pondok biasa aja, maksudnya kaya dilayani loh, justru pelayanannya lebih baik itu pondok menurut saya dari pada di rumah, karena terpenuhi semua, lebih panas yang diluar dari pada yang di dalam.	Hsa./lamp12/C03
4	Menurut anda bagaimana seharusnya orang lain bersikap kepada diri anda sebagai penyintas?	Seharusnya Bukan menghindar apalagi pergi tapi disupport dan di doakan. Berikan energi positif semampunya.	Hsa./lamp12/C04
<b><i>Ideal self</i></b>			
1	Apakah anda menyukai diri anda sebelum dan	Iya, karena bisa tau ya itu tadi pengalamannya gimana jadi pasien covid, terus sama pengalaman baru	Hsa./lamp12/C001

	<p>sesudah menjadi penyintas COVID-19?</p> <p>-Jika suka, apa yang disukai? Mengapa?</p> <p>-Jika tidak, mengapa anda tidak suka? Apa yang ingin anda ubah?</p>	<p>lainnya yang awalnya pertama kan kalau di pondok itu ada kaya semacam rusun atau asrama khusus putra itukan ada pembatasan disitu untuk wilayah putra Cuma kan kebetulan ada covid jadi asrama putra dijadikan asrama puti untuk karantina, jadi tau tempat-tempat yang sebelumnya ngga di bolehkan jadi diperbolehkan.</p>	
2	Apa harapan anda terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Lebih menjaga pola makan, sama kesehatan mungkin.	Hsa./lamp12/C002
3	Apa harapan untuk kondisi fisik anda selanjutnya?	Hmm apa ya, lebih sehat mungkin.	Hsa./lamp12/C003
4	Apa harapan anda untuk perkembangan pada psikis anda?	Ngga terlalu, karena saya ngga terlalu memikirkan sih, maksudnya kaya biasa aja.	Hsa./lamp12/C004
5	Apa harapan anda untuk kehidupan sosialisasi anda?	Lebih bisa bersosialisasi sama lingkungan sekitar, karena kalau semisal di pondok karena ini kan termasuknya udah normal terus pas waktu dulu belum normal, kaya lebih semoga bersosialisasi lebih sama lingkungan sekitar, karena kan kita	Hsa./lamp12/C005

		keluar itu jarang, sekalinya keluar itu paling kuliah.	
6	Bagaimana anda mengendalikan diri anda untuk mencapai harapan anda dimasa depan sebagai penyintas COVID-19?	Mungkin dari hal-hal terkecil apa ya, kaya mungkin harus di ubah.	Hsa./lamp12/C006
7	Apakah anda yakin dapat tercapai? Mengapa?	Tegantung pola pikir lagi, kalau pola pikir kita yakin bisa mungkin bisa dilakuin juga, kalau aku sih yakin.	Hsa./lamp12/C007

**Tabel 4.4 Hasil Transkrip Wawancara subjek HSA**

UPAYA YANG DILAKUKAN		KODE	
1	Bagaimana anda menanggapi semua pengalaman yang anda alami sebagai penyintas COVID-19?	Ya, menurut saya sih harusnya lingkungan sekitar itu lebih mendukung ya, yang harusnya, maksudnya kita harus gimana sih, terus motivasi apa yang diberikan, bukan malah dikucilkan, karena kita kan ngga tau pengalaman aslinya itu kaya gimana, harusnya kita tau dulu baru komentar.	Hsa./lamp12/D1
2	Upaya apa sajakah yang telah anda lakukan dalam menghadapi permasalahan ketika anda	Untuk menanggapi kaya berita-berita hoax tadi, ya biarin aja, kalau semisal kita merespon mereka malah tambah menambah berita baru dan ditambah.	Hsa./lamp12/D2

	menjadi peyintas COVID-19?		
3	Apakah upaya yang anda lakukan berhasil atau malah sebaliknya?	Ada beberapa yang berhasil, ada yang engga.	Hsa./lamp12/D3
4	Dari upaya yang anda lakukan ketika menghadapi masalah anda lebih cenderung menarik diri dari lingkungan atau mencari solusi dengan membahas permasalahan dengan keluarga, sodara maupun teman anda?	Ngga cari solusi atau pun menarik diri, tengah-tengah sih.	Hsa./lamp12/D4
5	Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda bisa membantu anda dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?	Faktor lingkungan, dari mulai pertemanan, keluarga, itu paling sih menurut saya maksudnya lingkungan juga berpengaruh juga buat kita sendiri.	Hsa./lamp12/D5
6	Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda menghambat upaya	Faktor penghambatnya, apa ya paling itu lingkungan, baik dari media maupun warga sekitar.	Hsa./lamp12/D6



	anda dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?		
--	---	--	--



**LAMPIRAN 13**  
**HASIL TRANSKRIP WAWANCARA**  
**INFORMAN NNR**

**A. IDENTITAS**

Nama	: NNR
Jenis Kelamin	: Perempuan
Tempat/Tanggal Lahir	: Brebes, 17 Desember 2000
Usia	: 21 thn
Pendidikan	: S1 (dalam proses)
Agama	: Islam
Jumlah saudara kandung	: 2
Anak Ke-	: 2
Suku	: Jawa
Alamat	: Tegal Munding, Pruwatan, Bumiayu, Brebes
Nama ayah	: Sumadi
Pekerjaan ayah	: Pensiun
Pendidikan ayah	: SMA
Usia	: 63
Nama ibu	: Sri Rokhayati
Pekerjaan ibu	: Ibu Rumah Tangga
Pendidikan ibu	: SMP
Usia	: 51

**B. DAFTAR WAWANCARA**

Hari, tanggal	: Rabu, 16 Maret 2022
Tempat	: UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
Pukul	: 12.29

**Tabel 5.1 Hasil Transkrip Wawancara subjek NNR**

RIWAYAT COVID-19			KODE
1	Kapan anda dinyatakan positif COVID-19?	Pada bulan juli tapi tanggalnya lupa, satu keluarga yang covid, terus yang pertama covid itu kakak aku, karena kakak aku itu kerja diluar kan lah awalnya itu mau diisolasi di rumah sakit berhubung waktu pas juli itu rumah sakitnya itu lagi penuh-penuhnya karena kakak aku itu kan cuma ringan ya akhirnya di rumah isolasinya dirumah.	Nnr./lamp13/A1
2	Bagaimana perasaan anda saat pertama kali dinyatakan positif COVID-19?	Emm, sedih, kaget, terus takut.	Nnr./lamp13/A2
3	Gejala-gejala seperti apa yang anda alami?	Banyak, pertama aku ngga bisa nyium bau, terus batuk pileg, sama menggigil. Menggigilnya itu sampe kaya dingin banget, ngga bisa gerak, kaya kejang gitu. Ngga kaya sakit biasa, sampe nyentuh lantai pun juga ngga kerasa.	Nnr./lamp13/A3
4	Bagaimana kondisi anda saat pertama kali di nyatakan positif COVID-19?	Kalau aku sih biasa-biasa aja sih, karena yang pertama kena kan kakak ku, terus kedua ibu, ketiga bapak, baru aku, jadi aku kaya ya, apa ya, ya udahlah aku juga pasti positif, makanya kaya udah biasa aja karena aku tau, pertama kan aku batuk terus nular-nular kaya gitu, lagian	Nnr./lamp13/A4

		serumah kan mandi bareng, makan bareng, apa-apa bareng, tidur bareng gitu.	
5	Apakah anda sempat merasa takut mati setelah di nyatakan positif COVID-19?	Iya aku takut, malah aku waktu ngaca ya muka itu bener-bener ngga karuan banget, kaya mata ku itu udah item, bibir aku itu pecah-pecah, pucet, gitu, sampe ibu aku takut kan aku anaknya ngga doyan sayur buah gitu kan sampai itu mikirnya kejauhan sampe situ, eh ternyata bapak aku yang meninggal, sebenarnya aku belum sanggup sih diwawancara tapi karena maksudnya apa ya, aku udah menyetujui terus juga kasian lah kalau ngga di itu, makannya gapapa.	Nnr./lamp13/A5
6	Apakah anda memiliki riwayat penyakit sebelum dinyatakan positif COVID-19?	Engga, aku ngga punya. Paling punya ya tipes si, heem tipes waktu aku SD. Tapi ngga berpengaruh, eh cuma itu oh ya aku ada sakit ini dada, sesek, tapi itu ngga kenapa-kenapa cuman kalau semisal lagi ya hawanya dingin apa kecapean lah baru aku sesek, karena waktu itu aku alergi dingin, alergi minum es, kalau kebanyakan minum es pasti aku tidurnya itu sesek, makanya aku ngga suka minum air es dingin, kalau kecapean, kena debu, kalau hujan itu mesti sesek. Makanya aku jarang minum es.	Nnr./lamp13/A6
7	Bagaimana perasaan anda ketika pertama	Ya kayak apa ya, emm kaya kaget, maksudnya kaya kok bisa ya aku yang kena, keluarga ku yang kena gitu, kaya	Nnr./lamp13/A7

	kali harus melakukan isolasi?	semua orang kaya ketakutan terus juga aku kan itu dibelanjain sama keluarga aku cuman dari luarg gitu, kaya ngerasa terkucilkan banget ngga sih, waktu pertama aku sembuh juga keluar masih takut banget, ketemu orang itu malu tau, kaya dikucilin kaya di omongin, ini itu ini itu, main-main aja, padahal ngga tau kan bawa virus dari mana kan, kita juga ngga mau kena kan, ya itu.	
8	Apakah selama menjalani perawatan COVID-19 anda memiliki kesulitan tidur?	Iya aku ngga bisa tidur, ngga bisa tidurnya itu karena itu ngga pernah bisa tidur sendirian makanya waktu covid itukan tidurnya misah-misah ya, ya jadi aku ngga bisa tidur aku anaknya ngga bisa sendiri, ngga bisa tidur sendiri, walaupun tidur cuman kaya ngga nyenyak gitu.	Nnr./lamp13/A8
9	Bagaimana nafsu makan anda selama menjalani perawatan COVID-19?	Ngga, ngga ada, ngga nafsu. Ada gangguan aku sempet ngga makan ya di paksa sih karena emang makannya itu ngga ada rasa, cuman ada rasa pedes doang padahal kata ibuku itu ngga pedes tapi kata aku itu pedes banget, makannya kaya ngga ada rasa asin, rasa manis, cuman ada rasa pedes makannya aku ngga, hambar gitu.	Nnr./lamp13/A9
10	Kapan anda dinyatakan sembuh dari COVID-19?	17, eh 19 juli. Isolasinya 2 minggu. Waktunya aku sembuh itu bener-bener maksundya sembuhnya bener-bener total itu pas bulan juli tanggal 17 nya cuman	Nnr./lamp13/A10

		yang bener-bener total di peroksa lagi itu, eh di swab lagi itu tanggal 19 juli.	
11	Bagaimana perasaan anda saat dinyatakan sembuh dari COVID-19?	Ya seneng, cuman kan ada sedihnya karena ditinggal gitu.	Nnr./lamp13/A11

**Tabel 5.2 Hasil Transkrip Wawancara subjek NNR**

<b>PENGALAMAN SEBAGAI PENYINTAS COVID-19</b>			<b>KODE</b>
1	Setelah anda dinyatakan sembuh dari COVID-19 hambatan apa yang anda alami selama berinteraksi dengan orang lain?	Ada, kaya takut banget, takut kena lagi, kaya semisal aku mau kerumah temen aku juga kaya ngerasa takut, terus takutnya juga dari sananya ngga bisa terima aku gitu. Kaya ibaratnya takut ketemu oranglah, trauma gitu, trauma keramaian juga kalau semisal temen aku ngajak kemana itu kaya takut banget harus pake masker 2 terus juga pake hand sainitizer ini itu segala macam, kalau pulang itu kan aku waktu itu kan aku KKN ngajar diniyah eh ngajar ngaji isya' kan, nah otomatis habis ngajikan apa, rame-rame kan kumpul sama anak-anak aku pulang dari situ langsung mandi, saking takutnya, padahal udah isya' udah malem pulang dari situ jam 8 lah aku langsung mandi, saking takutnya sih, trauma banget tau. Kalau kuliah kan libur cuman kalau itu pas KKN aku takut banget aku ngga berani lepas masker sebelum aku pulang kerumah,	Nnr./lamp13/B1

		<p>sempet aku juga terus minum vitamin terus biar imunya itu stabi. Kalau sekarang udah biasa sih karena udah ada dukungan terus semangat-semangat kaya gitu jadi ketemu temen juga udah biasa, trauma itu hampir 3 bulan, lama banget, takut banget ketemu orang-orang, apa ya kalau pun mau ketemu aku mending orangnya yang kerumah dari pada aku yang keluar, tapi kadang takut juga orangnya yang kerumah takutnya bawa virus dari luar gitu, makanya aku takut banget, apalagi posisinya pas aku KKN aku ngga tau ya kalau aku sakit, tadinya kan juga mau dibatalin cuman kan kalau semisal dibatalin KKN nya tahun depan lagi, malah tambah lama, udah jalanin aja lah gitu, dengan rasa takut aku memberanikan diri.</p>	
2	<p>Selama menjadi penyintas COVID-19 bagaimana hubungan anda dengan keluarga anda (ayah, ibu, kakak, adik, paman, bibi dll), teman sebaya anda, dan tentang anda?</p>	<p>Ih baik banget, kaya disitu itu kekeluargaan banget, emm kaya habis kena musibah kan, makanya kaya intropeksi, terus ekarang kaya lebih terbuka, apa-apanya ngomong terus saling sayang, lah gitulah jadi akrab. Kalau sama keluarga yang bukan inti kaya paman, bibi dll itu baik, cuma ada ya namanya juga keluarga ya, ya ada, ada apa ya, kaya waktu pas aku covid kaya mengucilkan gitu loh, ibaratnya kaya ngga suka, kaya “apa sih, anakmu juga sering keluar-keluar terus, makanya bawa covid”, apalagi bapakku kan meninggalkan,</p>	Nnr./lamp13/B2

		rumornya dari sini-sini, keluarga sini, jadi ketauan disitu kalau yang bener-bener keluarga gitu ya ada. Kalau temen oke-oeke aja. Kalau tetangga malah ngedukung, kan bapakku meninggalkan kaya ngga nyangka gitu pada terharu gitu, kaya “aduh aku boleh ngga ya ngaji disitu” maksudnya katanya “engga ngajinya itu dipondok”, 40 harinya.	
3	Siapa yang paling memberikan pengaruh terhadap diri anda?	Emm pengaruh keluarga, ibu sih sama kakak. Kalau pengaruh negatif sendiri dari media sama keluarga aku yang satu itu.	Nnr./lamp13/B3
4	Seberapa besar pengaruh orang lain terhadap diri anda? Mengapa?	Kalau aku lebih kebodoamat sih, kaya “udah sih orang udah kejadian juga mau gimana lagi, yang penting kita ngga berbuat ngga baik” gitu, jalanin aja.	Nnr./lamp13/B4
5	Apakah anda sempat menutup diri dan merasa minder setelah menjadi penyintas COVID-19?	Sempet, emm karena aku takut pembawa virus jadi kaya ketemu orang pun aku takut, ya itu sih aku trauma bener-bener aku trauma kaya takutnya aku yang bawa virus nanti misal orangnya sakit ngga taukan imun nanti aku yang habis kena covid, orangnya kena covid lagi nanti aku yang disalahin kaya gitu rasanya, apalagikan sampe ayahku meninggal kan, makanya aku takut banget buat ketemu orang.	Nnr./lamp13/B5
6	Apakah anda pernah	Emm lebih ke kaya semisal ngomong gini sih “kamu kan bapaknya udah berumur”	Nnr./lamp13/B6



	mengalami diskriminasi oleh orang terdekat seperti keluarga, sodara, tetangga, atau teman sebaya anda? Jika pernah, Seperti apa bentuk diskriminasi yang anda dapatkan?	maksudnya kaya gitu, “kamu sukanya pergi-pergi, main-main” gitu, “kamu ngga tau kalau dirumah itu ada bapak yang usianya udah rentan” kaya gitu, lebih kesitu sih, kaya lebih ke ngga menjaga gitu, padahalkan aku juga ngga tau ya orang bapakku itu umur segitu juga sehat-sehat aja, dan ngga punya riwayat penyakit apa-apa jadi karena aku sering main sama kakak aku, jadi disitu itu permasalahannya gitu.	
7	Adakah dukungan dari orang lain seperti keluarga atau orang terdekat anda dalam membantu mengatasi masalah-masalah tersebut?	Ada, yang paling itu, anaknya adinya dari embah itu yang paling ngurusin aku yang kaya semisal tentang swab, terus makanan, terus ngejaga kalau apa, liat kondisinya yang dirumah aku kaya gimana, terus nanyain obat-obat, terus kaya apa, manggilin dokter kerumah kaya gitu, sampe sempet kaya gitu, ngasih vitamin, buah, ngasih semangat.	Nnr./lamp13/B7
8	Seberapa pentingnya dukungan orang sekitar terhadap diri anda sebagai penyintas? Mengapa?	Penting sekali karena dukungan itu akan membuat mental kita para penyintas menjadi lebih sehat.	Nnr./lamp13/B8
9	Ketika anda dihadapkan dengan kondisi	Waktu itu sih aku lagi halangannya, jadi paling cuman sholawatan aja sih, sama berdoa aja.	Nnr./lamp13/B9

tertekan adakah ibadah tertentu yang anda lakukan?		
--	--	--

**Tabel 5.3 Hasil Transkrip Wawancara subjek NNR**

<b>KONSEP DIRI</b>			<b>KODE</b>
<i>Basic self concept</i>			
1	Bagaimana pendapat anda mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Orang yang pernah terkena covid itu lebih ke trauma sih, kalau aku sendiri sih trauma banget ya, kaya apa ya, kok bisa ya aku terkena covid, padahal aku kesana kesini juga menjaga banget loh, kaya gitu, tapi kenapa aku bisa kena, kadang-kadang nyalahin diri sendiri kan, karena aduh coba aja aku ngga isoman bareng sama keluarga gitu pasti aman-aman aja gitu, kaya menyesali diri sendiri aja gitu.	Nnr./lamp13/C1
2	Bagaimana anda bersikap terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Iya aku menerima, aku menerima kaya ya udahlah lagi dikasih musibah namanya juga musibah ngga ada yang tau gitu. Kaya lebih nguatin diri sendiri sih.	Nnr./lamp13/C2
3	Apa kelebihan dan kelemahan yang anda miliki selama menjadi penyintas COVID-19?	Kelebihan aku sekarang kaya lebih banyak mengambil dari hikmah sih, sama musibah, terus kaya lebih belajar mandiri, kuat, apalagi kan setelah ditinggal bapak ya, sekarang kaya aku itu sebagai pemeran, pemeran kaya di	Nnr./lamp13/C3

		rumah utama loh, soalnya kan kakakku kerja kan jadi apa-apa aku itu sama ibu, sama ibu, jadi apa-apa aku yang ngehandle gitu. Kalau kelemahannya takut, takut banget, takut kesepian.	
4	Bagaimana pandangan anda terhadap kelebihan dan kelemahan yang anda miliki?	Emm pandangan ya, ya kaya lebih mensyukuri sih karena kalau ngga diberi musibah aku ngga bakalan sekuat ini, aku ngga bakalan setegar ini, gitu. Jadi kaya “oh jadi Allah ngasih cobaan ini ada hikmahnya” gitu.	Nnr./lamp13/C4
5	Bagaimana perbedaan anda dalam memandang diri anda sebelum dan sesudah menjadi penyintas COVID-19 baik secara fisik maupun psikis?	Kalau secara fisik, emm memandang diri aku ya, aku gampang sakit sekarang, kaya apa-apa aku batuk pileg pun aku takut kesitu lo, trauma, karena trauma, takutnya kesitu, masih kepikiran takutnya kalau semisal kan aku lagi disini ya kalau aku pulang lagi batuk pileg nanti nular lagi ke ibu aku atau gimana, jadi takut, terus lebih ke sekarang lemes sih, lemes kaya ngelakuin apa-apa yang berat-berat itu belum, belum kuat banget. Kalau psikis sendiri, psikis ya, mental ya, kesepian, terus takut, aku orangnya ngga suka sepi sedangkan sekarang rumah ku sepi ya, makannya aku takut banget kalau sendirian, kalau ditinggal kemana-mana juga aku takut.	Nnr./lamp13/C5

6	Menurut anda apakah menjadi penyintas COVID-19 merupakan hal yang memalukan?	Kalau waktu pertama sih iya, malu banget waktu pas kena covid, tapi kalau sekarang ya udah engga ya karena sakit, siapa sih yang maksudnya pengen sakit, kan itu musibah gitu, pertama sih aku belum bisa nerima kalau aku itu covid, sekarang-sekarang waktu aku isoman ya udahlah nggapapa jalanin aja, bismillah gitu.	Nnr./lamp13/C6
7	Apakah anda sempat merasa bahwa kehadiran anda tidak diharapkan oleh orang terdekat anda atau masyarakat disekitar anda?	Engga, karena keluarga aku semuanya ngerangkul apalagi kaya orang tua aku, kakak aku gitu, jadi aku disitu pun juga ya ngga merasa seperti itu.	Nnr./lamp13/C7
8	Bagaimana pandangan dan solusi anda dalam menyikapi perubahan fisik, perubahan kesehatan dan perubahan psikis yang dialami selama menjadi penyintas COVID-19?	Saya berusaha lebih berhati-hati lagi dalam menjaga kesehatan diri serta dengan pernah terkenanya saya bukan malah menjadi sebuah trauma ya mungkin pernah trauma juga tetapi dengan terkenanya virus covid 19 dan setelah melalui proses penyembuhan yang sangat luar biasa dapat menjadikan pembelajaran buat diri saya agar bisa hidup dengan lebih baik dan lebih sehat lagi.	Nnr./lamp13/C8
<i>Social self concept</i>			

1	Bagaimana pendapat orang lain tentang diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Pandangan orang lain kaya, apa ya orang itu mandang aku itu “lah orang anaknya aja sering jalan-jalan” gitu, “ya pantas aja kena covid” kaya gitu, jadi kaya aib banget tau, aku keluar rumah pun diliatin, diliatin sampe aku itu bener-bener ngerasa ih aku aib banget apa ya kena covid gitu.	Nnr./lamp13/C01
2	Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain tersebut?	Aku kan apa ya, waktu kena covid aku kan jarang keluar ya, dirumah terus kalau pun beli apa-apa juga online jadi ya aku dirumah, paling ya denger dari orang-orang, dari orang keorang, katanya gini-gini, ya udah sih lagian aku ngga ngerugin dia, orang aku yang kena, juga orang ini namanya musibah gitu, ya paling nguatn diri sendiri sama keluarga, habis itu ya biasa lagi.	Nnr./lamp13/C02
3	Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain apabila tidak sesuai dengan pendapat anda mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Ya ngomong, maksudnya salahnya gimana, terus kenapa sih bisa sampe segitunya ngomong kaya gitu, kenapa ngga ngomong langsung aja didepan, kenapa di belakang gitu, ya paling ngomong-ngomong sama keluargaku sih, ngga ngomong langsung keorangnya gitu.	Nnr./lamp13/C03
4	Menurut anda bagaimana seharusnya orang	Ya harus didukung. Karena dengan adanya dukungan dapat membuat kesehatan mental kita menjadi lebih	Nnr./lamp13/C04

	lain bersikap kepada diri anda sebagai penyintas?	baik ketika mental baik maka imun tubuh juga akan baik.	
<b><i>Ideal self</i></b>			
1	Apakah anda menyukai diri anda sebelum dan sesudah menjadi penyintas COVID-19? -Jika suka, apa yang disukai? Mengapa? -Jika tidak, mengapa anda tidak suka? Apa yang ingin anda ubah?	Aku ngga menyukai diri aku waktu aku kena covid, karena waktu itu aku mikir aku ngga bakalan kuat, aku ngga akan bisa gitu, eh ternyata sampai sekarang pun masih juga, masih bisa, cuma karena itu aku belum bisa terima apa, kenyataan sebelumnya, sampe sekarang pun juga, ya taulah ya orang namanya juga. Kalau sekarang, sekarang ya udah mulai menerima diri, ya tahap-tahap sih, cuman kaya ngejalani hidup itu kaya berat banget, masih kepikiran terus juga kenapa sih kok aku kaya gini gitu, tapi ya balik lagi keluarga yang nguatin.	Nnr./lamp13/C001
2	Apa harapan anda terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Ya lebih ke hati-hati, jaga kesehatan, lebih kewaspada aja gitu, membatasi sama orang-orang.	Nnr./lamp13/C002
3	Apa harapan untuk kondisi fisik anda selanjutnya?	Harapan fisik aku, lebih kuat lagi, ngga sakit-sakitan, terus juga ngga telat makan, ngga pilih-pilih makan gitu, ya rajin olah raga.	Nnr./lamp13/C003
4	Apa harapan anda untuk	Ya pengen lebih kuat aja sih, bisa menerima kenyataan, terus bisa menjalani hidup dengan seadanya gitu.	Nnr./lamp13/C004

	perkembangan pada psikis anda?		
5	Apa harapan anda untuk kehidupan sosialisasi anda?	Pengennya sih lebih berbaur lagi ya sama orang-orang disekitar, orang-orang diluar sana gitu, pengennya lebih aktif lagi sih, tapi aku jujur aku juga suka kok sosialisasi sama orang-orang cuman kadang kaya orang-orangnya itu belum tentu bisa nerima aku gitu.	Nnr./lamp13/C005
6	Bagaimana anda mengendalikan diri anda untuk mencapai harapan anda dimasa depan sebagai penyintas COVID-19?	Ya kaya belajar aja, kaya apa ya mengendalikan ya, mengendalikan diri aku ya kaya belajar aja dari pengalaman gitu, kaya semisal aku dulunya gini, ini aku harus berubah jadi gini gitu, kaya lihat dari aspek kesalahan aku dulu dimana, kenapa aku bisa kaya gini, berarti aku harus diperbaiki dari sisi ininya kaya gitu.	Nnr./lamp13/C006
7	Apakah anda yakin dapat tercapai? Mengapa?	Emmm, iya yakin. Karena aku itu orangnya kalau apa-apa itu harus jadi kalau sebisa mungkin apa-apa ya harus tercapai kaya semisal step by step juga insyaallah selangkah-selangkah itu aku harus bisa nyapai gitu apa yang aku mau, aku itu orangnya keras kepala, makanya kaya apa-apa itu harus sesuai sama target aku, tapi ya emang sih susah tapi kan seiringnya berjalannya waktu mungkin bisa.	Nnr./lamp13/C007

**Tabel 5.4 Hasil Transkrip Wawancara subjek NNR**

UPAYA YANG DILAKUKAN			KODE
1	Bagaimana anda menanggapi semua pengalaman yang anda alami sebagai penyintas COVID-19?	Ya sedih, banyak hikmah yang aku ambil, terus jadi tau orang ini baiknya burunya gitu, terus belajar juga dari pengalaman, terus lebih ke menguatkan diri sendiri sih kaya kita itu hidup harus berdiri dikaki sendiri kaya gitu, tidak apa ya ibaratnya, tidak bisa mengandalkan orang lain itu pengen apa yang kita mau.	Nnr./lamp13/D1
2	Upaya apa sajakah yang telah anda lakukan dalam menghadapi permasalahan ketika anda menjadi penyintas COVID-19?	Kalau aku sih lebih ke karena ya, karena temen-temen aku terus keluarga aku, disekeliling aku juga mendukung kaya lebih ke, ya lebih ke hati-hati aja sih kalau semisal kamu mau kemana-mana harus pake ini-ini kaya lebih mengingatkan kaya gitu, keluarga aku juga ya sayang sih biasa aja, engga ngejudge aku “itu kamu salah loh, kamu covid harusnya kamu dirumah terus, jangan kemana-mana” engga, malah kan kita juga manusia kan punya kesibukan jadi ngga selamanya kaya kamu itu harus ini-ini, engga, engga sih keluarga aku ngga sih.	Nnr./lamp13/D2
3	Apakah upaya yang anda lakukan berhasil atau malah sebaliknya?	Berhasil karena sekarang walaupun mental aku gini ya ada yang nguat in sih dari keluarga, temen-temen, makanya aku bisa sampe sekuat ini gitu.	Nnr./lamp13/D3
4	Dari upaya yang anda lakukan	Iya aku lebih ke membahas masalahnya sama keluarga, ini baiknya gimana, terus	Nnr./lamp13/D4



	<p>ketika menghadapi masalah anda lebih cenderung menarik diri dari lingkungan atau mencari solusi dengan membahas permasalahan dengan keluarga, sodara maupun teman anda?</p>	<p>solusi yang tepat apa, kita itu harus gimana gitu, kaya diselesain keluarga bareng-bareng.</p>	
5	<p>Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda bisa membantu anda dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?</p>	<p>Iya faktor keluarga, faktor temen-temen yang ngedukung aku, kaya ibarat kata covid itu hal biasa loh nggapapa its okay, kamu ngga kenapa-napa gitu, kaya lebih ke nguatin aku, terus kaya aoa, bantu aku untuk bangkit, dukungan orang disekitar itu sangat penting banget karena kalau ngga dari situ kayaknya aku lebih ke mentalnya itu udah diajar habis-habisan juga sih.</p>	Nnr./lamp13/D5
6	<p>Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda menghambat upaya anda dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?</p>	<p>Kaya lebih ngga enakan, kaya semisal “bu aku mau kesini tapi aku takut loh dikiranya aku mau apa-apa gitu, aku ngga enak ngomongnya” gitu, paling kerikuh sih kaya ngga enak buat ngomong-ngomong, faktor penghambatnya sih itu waktu pertama sih lebih malu, malu untuk berinteraksi, malu banget, kaya keluar itu aku itu jadi fokus utama loh diliatin orang-orang, minder gitu.</p>	Nnr./lamp13/D6

**LAMPIRAN 14**  
**HASIL TRANSKRIP WAWANCARA**  
**INFORMAN HJT**

**A. IDENTITAS**

Nama	: HJT
Jenis Kelamin	: Laki-laki
Tempat/Tanggal Lahir	: Purbalingga, 11 Desember 2002
Usia	: 19
Pendidikan	: S1 (dalam proses)
Agama	: Islam
Jumlah saudara kandung	: 3
Anak Ke-	: 3
Suku	: Jawa
Alamat	: Bojongsari, Purbalingga
Nama ayah	: Dimas Sriyono Madya
Pekerjaan ayah	: -
Pendidikan ayah	: SMA
Usia	: 52
Nama ibu	: Tanti Rianti
Pekerjaan ibu	: Pedagang
Pendidikan ibu	: SMP
Usia	: 51

**B. DAFTAR WAWANCARA**

Hari, tanggal	: Selasa, 22 Maret 2022
Tempat	: Ruang UPTP Karir UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri
Purwokerto	
Pukul	: 10.41

**Tabel 6.1 Hasil Transkrip Wawancara subjek HJT**

RIWAYAT COVID-19		KODE	
1	Kapan anda dinyatakan positif COVID-19?	Positif Covid itu 2 kali mba, pertama itu tanggal 21 April 2021 yang kedua tanggal 19 September 2021, kalau yang pertama itu jadi pakde saya meninggal nah itu habis dines di luar kota terus pulang itu sakit kan nah terus karena dia deketnya sama aku terus akhirnya aku ngerawat dia gitu, nah terus sampai beberapa saat, terus dia ngga mau di rumah sakit mba, karena udah tau itu si ya penyebaran covid waktu itukan lagi itulah lancar gitu, nah akhirnya dari keluarga “udah dibawa kerumah sakit aja” terus akhirnya jam 3 dibawa kerumah sakit habis ashar meninggal, nah terus akhirnya dari petugas puskesmas kan datang ke rumah di swab semua akhirnya kena, nah terus yang kedua aku mau ke jogja, mau ke UIN SUKA kan nah terus tes PCR malah dinyatakan positif akhirnya dikarantika di wisma baturaden, terus udah sih sampe situ.	Hjt./lamp14/A1
2	Bagaimana perasaan anda saat pertama kali dinyatakan positif COVID-19?	Kalau pas pertama tah maras (was-was/takut) ya mba ya kan lagi banter-banternya, terus “apa ini aku yang selanjutnya meninggal” gitu, sampai punya perasaan gitu mba, terus yang kedua tah happy-happy aja soalnya ditanggung pemerintah sih.	Hjt./lamp14/A2

3	Gejala-gejala seperti apa yang anda alami?	Kalau yang pertama sih ngga ada gejala sama sekali mba, cuma habis pemakaman aku ini apa pingsan terus udah ngga asadar apa-apa disitu, terus yang kedua itu emang pusing berangkat kestasiun itu dalam keadaan pusing gitu, tapi kalau yang namanya apa ngga bisa nyium, ngga bisa itu engga, ngga sama sekali.	Hjt./lamp14/A3
4	Bagaimana kondisi anda saat pertama kali di nyatakan positif COVID-19?	Kondisi tubuhnya ya sehat sih mba, kecuali yang pertama itu pertama karena sorenya di tes PCR terus malemnya kan dikuburin itu terus aku pingsan gitu terus paginya keluar, terus ngga ada itu reaksi apa-apa.	Hjt./lamp14/A4
5	Apakah anda sempat merasa takut mati setelah di nyatakan positif COVID-19?	Yang pertama sempet mba, sempet “apa aku yang selanjutnya meninggal” gitukan, terus waktu itu kan juni,juli,agustus kan lagi naik banget terus ngeliatin berita covid, pemakaman covid gitu, sempet “ya udahlah kalau aku yang selanjutnya ya ngga papa”.	Hjt./lamp14/A5
6	Apakah anda memiliki riwayat penyakit sebelum dinyatakan positif COVID-19?	Riwayat penyakit sebenarnya ngga ada sih mba, kecuali dulu jaman SMA itu Maag setiap 2 minggu sekali harus kontrol kerumah sakit margono.	Hjt./lamp14/A6
7	Bagaimana perasaan anda	Kalau yang pertama itu kan dikurung dirumah ya mba ya bosan ya boring, di	Hjt./lamp14/A7

	ketika pertama kali harus melakukan isolasi?	dalam rumah itu dikurung masing-masing sama ibu dikamarnya masing-masing aku kan dikamar atas ya suruh diatas gitu, waktu yang kedualah aku bener-bener se happy itu karena pak ganjar kesitu rawuh kan, terus ngasih makanan, ngasih kaos dan lain sebagainya gitu.	
8	Apakah selama menjalani perawatan COVID-19 anda memiliki kesulitan tidur?	Kesulitan tidur engga sih, aman, lancar gitu, ya kaya biasanya sih.	Hjt./lamp14/A8
9	Bagaimana nafsu makan anda selama menjalani perawatan COVID-19?	Nah kalau nafsu makan itulah sedikit ini apa ya, kurang. Bener-bener aku 3 hari ngga makan sama sekali kecuali kaya apel kaya gitu, makan buah itulah waktu yang pertama, waktu yang kedua karena mungkin situasinya di daerah baturaden mendukung gitu ya jadi dingin kan laper gitu ya mba akhirnya kalau yang kedua itu malah ini, banter makannya gitu loh nafsu makannya tinggi gitu.	Hjt./lamp14/A9
10	Kapan anda dinyatakan sembuh dari COVID-19?	Berarti kalau yang pertama itukan masih prosesnya masih kuat banget ya mba, berarti ya kurang lebih 2 minggu setelah inilah, setelah apa dinyatakan covid itu. Kalau yang kedua 7 hari sudah disuruh pulang sama petugas satgas ininya baturadennya.	Hjt./lamp14/A10

11	Bagaimana perasaan anda saat dinyatakan sembuh dari COVID-19?	Ya waktu pertama kali langsung ya apa ya antara seneng, terus tapi senengnya itu masih dalam lautan duka lah ya mba, jadinya ya alhamdulillah gitu akhirnya sembuh. Kalau yang kedua ya udah biasa kaya habis pulang dari pesantren gitu.	Hjt./lamp14/A11
----	---	---	-----------------

**Tabel 6.2 Hasil Transkrip Wawancara subjek HJT**

<b>PENGALAMAN SEBAGAI PENYINTAS COVID-19</b>		<b>KODE</b>	
1	Setelah anda dinyatakan sembuh dari COVID-19 hambatan apa yang anda alami selama berinteraksi dengan orang lain?	Kalau yang pertama kuat banget mba, jadi dari kalau ini jujur aja ya mba rumah itu diborgol sama pak RT kan pager itu diborgol, terus emang ada bantuan dari ini sih dari RT, Desa itu ada cuman sempet pemborgolan itu, terus waktu keluar ya agak pada menyingkir gitu lah, terus “loh ora maskeran mas?” kaya gitu, padahal kan setelah kita dinyatakan negatif kan tentunya ada proses sebelumnya gitu ya tes PCR sebelum kita dinyatakan sembuh gitu.	Hjt./lamp14/B1
2	Selama menjadi penyintas COVID-19 bagaimana hubungan anda dengan keluarga anda (ayah, ibu, kakak, adik, paman, bibi dll),	Yang pertama bener-bener ngga ada ini mba interaksi kita bener-bener dikurung dikamar masing-masing paling ya kita Cuma, kan jadi yanf Cuma ngga psitif itukan ibu terus ya kita panggil-panggil itu gitu “bu makan, bu minum” gitu kalau mau kekamar mandi ya “ini ada yang mau kekamar mandi, semuanya masuk” gitu mba, kalau setelah sembuh ya biasa aja sih	Hjt./lamp14/B2

	teman sebaya anda, dan tentang anda?	mba, kembali normal pada ya saling berinteraksi, karena manusia lah ya saling membutuhkan satu sama lain. Kalau sama tetangga sempet ini, apa ya sempet ya wong kita ngga di enakin gitu ya sempet aku sama kakak-kakak ku “ ya udah mereka udah ngga butuh kita, kita juga udah ngga butuh sama mereka” gitu, cuman orang tua “ya ngga gitu layaknya manusia tetep membutuhkan satu sama lain” gitu, akhirnya hubungan baik lagi. Kalau sama temen kan waktu itu masih ini ya mba masih online jadi sempet malah belum masuk ini kayaknya masih apa ya, ya masih MABA-MABA kaya gitu lah juga jarang inikan matkul ada beberapa cuma ngga pernah mengikuti sih aku.	
3	Siapa yang paling memberikan pengaruh terhadap diri anda?	Kalau pengaruh positif ya ibu, karena kitakan anak itu jadikan aku punya bapak ya mba cuman ngga terlalu deket sama bapaknya cuman deket sama pak de nya itu nah karena sosok ayahnya udah hilang ya udah kita sebisa mungkin jaga yang satu ini gitu, terus terutama embah itu jagain embah gitu. Kalau pengaruh negatif sendiri paling dari tetangga ya yang sempet memblock itu rumah.	Hjt./lamp14/B3
4	Seberapa besar pengaruh orang	Kalau orang lain itu ya itu awalnya mungkin udah ngga butuh kita gitu ya jadinya kita no respons sama itu ya, jadinya	Hjt./lamp14/B4

	lain terhadap diri anda? Mengapa?	ya udah ngga, tapi sekarang udah baikan lagi sih.	
5	Apakah anda sempat menutup diri dan merasa minder setelah menjadi penyintas COVID-19?	Engga sama sekali, justru aku malah kan waktu itukan ada seminar covid waktu aku lagi itu terus sama ibu disuruh ikut jadi covid itu ya udah layaknya penyakit kaya maag, pusing, tipe dan lain sebagainya itu tetep akan ada di dunia ini, cuman kurun waktu kaya pandemi dan itu kata-kata itukan nantinya dengan sendirinya akan melekat gitu ya mba, akhirnya aku dengan aku keluar terus ngomong covid itu ya ada bahayanya ada ngga nya gitu itu malah lebih mungkin membuat para tetangga lebih terbuka, mengetahui loh bahwasanya covid itu ya emang ada, terus ngga berbahaya kaya pas awal-awal dulu gitu sih mba.	Hjt./lamp14/B5
6	Apakah anda pernah mengalami diskriminasi oleh orang terdekat seperti keluarga, sodara, tetangga, atau teman sebaya anda? Jika pernah, Seperti apa bentuk diskriminasi yang anda dapatkan?	Ya deskriminasi yang itu mba, pemblokiran rumah itu, paling itu sih, terus sebenarnya ngga semua tetangga kaya gitu mba cuman ada yang ya mungkin mereka cuman mau menjaga orang tuanya gitu ya, akhirnya ya udah buat mensterilkan di block aja, tapi setelah itu baikan samapai sekarang.	Hjt./lamp14/B6
7	Adakah dukungan dari orang lain	Nah yang pertama ngga sama sekali, tapi yang kedua itu waktu pak ganjar, pak	Hjt./lamp14/B7



	seperti keluarga atau orang terdekat anda dalam membantu mengatasi masalah-masalah tersebut?	husein pada rawuh ke ini isolasinya di baturaden bener-bener rawuh disitu langsung “ayo, mari (sembuh) kabeh mari (semua sembuh)” gitu “biar cepet keluar dari sini” gitu, dukungannya itu sih dari pak gubernur itu.	
8	Seberapa pentingnya dukungan orang sekitar terhadap diri anda sebagai penyintas? Mengapa?	Sangatlah penting, karena mendukung percepatan kesembuhan penyintas.	Hjt./lamp14/B8
9	Ketika anda dihadapkan dengan kondisi tertekan adakah ibadah tertentu yang anda lakukan?	Karena punya anggapan aku mau mati dan lain sebagainya kaya gitu ya jadinya untuk ibadahnya sendiri langsung lebih kenceng mungkin kalau ngga ibadah ya mungkin ngga bakal selamat dialam kubur gitu.	Hjt./lamp14/B9

**Tabel 6.3 Hasil Transkrip Wawancara subjek HJT**

KONSEP DIRI		KODE
<i>Basic self concept</i>		
1	Bagaimana pendapat anda mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Ya layaknya orang yang sedang pusing, sedang batuk, sedang apa ya punya inilah ngga seperti orang-orang yang terlalu over covid itu mematikan dan lain sebagainya karena kita hidupkan

		<p>tinggal menunggu antrian untuk meninggal ya mba ya jadi tetep biasa aja. Seharusnya orang lain bersikap terhadap penyintas itu karena sebenarnya covid itu karena sebenarnya covid itu kan ini ya mba apa bisa membuat break down si penyintas itu ya nah mungkin dari orang-orang sekitar ya dengan cara itu dari memberikan bantuan karena kita kan benar-benar di isolasi ya mba, terus memberikan ucapan semangat gitu lah ya biar menjalani itu ya normal gitu seperti orang yang sedang sakit biasanya gitu sih.</p>	
2	<p>Bagaimana anda bersikap terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?</p>	<p>Ya wajarnya manusia sih enggalah ya, maksudnya ya menolak lah ya siapa yang pengen sakit dan lain sebagainya apalagi ini mungkin yang akan datang covid akan berobatnya akan bayar dan lain sebagainya ya mba, mungkin kalau aku ya menolak sih mba, lebih baik menjaga diri gitu.</p>	Hjt./lamp14/C2
3	<p>Apa kelebihan dan kelemahan yang anda miliki selama menjadi penyintas COVID-19?</p>	<p>Kelebihannya mungkin karena inget mati ya mba jadi ibadahnya kuat, kalau kelemahannya ya itu apa punya pikiran yang jelek ke orang lain gitu.</p>	Hjt./lamp14/C3
4	<p>Bagaimana pandangan anda terhadap kelebihan</p>	<p>Ya layaknya kehidupan lah ya mba, maksudnya kelebihan dan kekurangan pastinya akan melekat pada jati diri</p>	Hjt./lamp14/C4

	dan kelemahan yang anda miliki?	masing-masing ya tentunya dengan kelebihan itu terus dibuka untuk menutupi kekurangannya seperti itu sih mba.	
5	Bagaimana perbedaan anda dalam memandang diri anda sebelum dan sesudah menjadi penyintas COVID-19 baik secara fisik maupun psikis?	Kalau sebelum ya mba ini jujur mandi itu satu hari satu kali ya, ya mubah gitu lah ya kalau mungkin anggapannya aku “lah mubadzir sabun, mubadzir air” tapi setelah aku kena ini covid jadinya kebersihan itu pertama sih. Kalau psikis sendiri ya karena udah telat itu sih ya mba jadi kenal loh tetangga oh jadi seperti ini, jadi ya gitulah, lebih kuat mentalnya.	Hjt./lamp14/C5
6	Menurut anda apakah menjadi penyintas COVID-19 merupakan hal yang memalukan?	Engga sih mba, engga karena ya itu dengan kita apa ini kan ujian ya dari Allah jadi Allah itu menguji mampu apa engganya gitu sih kalau kita dinyatakan mampu berarti Allah menganggap kita mampu tapi kok sebaliknya kalau kita ngeluh dan lain sebagainya berarti ujian akan datang lagi gitu sih.	Hjt./lamp14/C6
7	Apakah anda sempat merasa bahwa kehadiran anda tidak diharapkan oleh orang terdekat anda atau masyarakat disekitar anda?	Engga sama sekali, ya mungkin tetangga juga kasian gitu lah ya punya anggapan kasihan sama saya gitu mba, tetap ada dukungan dari ya orang lain gitu lah meskipun orang lain itu sih pernah yang itu tadi memblockir, cuman kan mungkin tujuan mereka untuk menjaga	Hjt./lamp14/C7

		lingkungan biar steril dan lain sebagainya.	
8	Bagaimana pandangan dan solusi anda dalam menyikapi perubahan fisik, perubahan kesehatan dan perubahan psikis yang dialami selama menjadi penyintas COVID-19?	Saya berusaha untuk lebih bersikap hati-hati, kesempatan menjadi penyintas covid-19 adalah kesempatan kedua dari Tuhan agar saya menjadi pribadi yg lbh baik dan tidak mudah menggampangkan sebuah fenomena yg sedang terjadi.. Kemudian saya mencoba untuk mengikuti seluruh anjuran pemerintah dalam menghadapi pandemi dan mencoba memulihkan kesehatan mental/psikis saya dengan bantuan teman atau orang yg memahami ini.	Hjt./lamp14/C8
<b><i>Social self concept</i></b>			
1	Bagaimana pendapat orang lain tentang diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Ya pernah gini “Alhamdulillah ya mas udah pernah covid, nanti jadi ngga kena covid lagi” kan katanya kalau udah pernah covid ngga bakal covid gitu ya tapi ternyata, aku juga punya pikiran “oh ya udah berarti aku udah aman dari covid” gitu, tapi setelah beberapa bulan dinyatakan covid lagi. Pendapatnya ya menjadi itu mungkin pembelajaran untuk lingkungan sekitarnya kalau disuruh menjaga peraturan prokes ya ditaati gitu.	Hjt./lamp14/C01
2	Bagaimana anda menanggapi	Kalau yang lebih ini sih ibu ya “udah ngga udah didengerin ya mereka kan	Hjt./lamp14/C02

	pendapat orang lain tersebut?	juga punya tujuan masing-masing kita juga punya tujuan masing-masing” gitu.	
3	Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain apabila tidak sesuai dengan pendapat anda mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Tentunya ini ya ada rasa apa ya kaya kurang puas lah ya mba apabila kita punya pendapat ngga didengerin terus tetangga punya pendapat kita ngga dengerin gitu ya mungkin ada rasa kecewa dan lain sebagainya sih.	Hjt./lamp14/C03
4	Menurut anda bagaimana seharusnya orang lain bersikap kepada diri anda sebagai penyintas?	Harusnya mensupport dan memberikan arahan serta motivasi agar penyintas bisa menjalani aktifitas seperti sediakala.	Hjt./lamp14/C04
<b><i>Ideal self</i></b>			
1	Apakah anda menyukai diri anda sebelum dan sesudah menjadi penyintas COVID-19? -Jika suka, apa yang disukai? Mengapa? -Jika tidak, mengapa anda tidak suka? Apa	Hmm biasa aja sih, biasa aja ngga terlalu, ya berjalan dengan normal gitu lah layaknya aku sebelum dan sesudah. Ya perbedaannya paling apa ya kurusan sih mba kalau bentuk fisiknya jadi alhamdulillah gitulah.	Hjt./lamp14/C001

	yang ingin anda ubah?		
2	Apa harapan anda terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Ya karena kita yang dijadikan sebagai “oh itu yang udah pernah covid” berartikan kenanya itu menjadi pertanyaan orang ya mba jadi dengan adanya pertanyaan dari orang-orang tersebut orang-orang semakin belajar loh “oh si H kena covid gara-gara ngga pakai masker berarti saya harus pakai masker, nah terus si H sering pergi-pergi berarti saya mengurangi bepergian itu” gitu sih mba.	Hjt./lamp14/C002
3	Apa harapan untuk kondisi fisik anda selanjutnya?	Ya lebih apa ya jangan down-down an gitu lah, aku kan pulang pergi dari purbalingga jadi ya lebih jaga kesehatan.	Hjt./lamp14/C003
4	Apa harapan anda untuk perkembangan pada psikis anda?	Ya apa ya happy-happy aja sih mba, maksudnya jangan terlalu yang dipikirin, jangan terlalu yang didengerin apa-apa ya biar semuanya berjalan dengan semestinya mengikuti aliran yang ada gitu.	Hjt./lamp14/C004
5	Apa harapan anda untuk kehidupan sosialisasi anda?	Lebih baik lagi sih dengan tetangga biar ya tidak ada seperti kejadian-kejadian sebelumnya gitu.	Hjt./lamp14/C005
6	Bagaimana anda mengendalikan diri anda untuk mencapai harapan anda dimasa depan	Dengan cara ya itu tadi tidak terlalu dimasukan kedalam hati apa yang orang pikirkan, apa yang orang bilang kepada kita, orang yang ngeblock terhadap diri kita sebagai in itu dan sebagainya, kita	Hjt./lamp14/C006

	sebagai penyintas COVID-19?	ya buka aja apa yang mereka berikan kepada kita seperti itu, olokan dan sebagainya.	
7	Apakah anda yakin dapat tercapai? Mengapa?	Yakin ngga ya, ya berjalan dengan inilah ya mba masanya semoga ya apa yang dibidang tadi terwujud gitu.	Hjt./lamp14/C007

**Tabel 6.4 Hasil Transkrip Wawancara subjek HJT**

UPAYA YANG DILAKUKAN			KODE
1	Bagaimana anda menanggapi semua pengalaman yang anda alami sebagai penyintas COVID-19?	Menanggapinya ya ada rasa kecewa, ada rasa bangga, ada rasa sedihnya, pokoknya jadi satu lah ya mba dimana ini kan jadi pengalaman buat aku buat lingkungan buat keluarga dan pengalaman itu akan berharga apabila kita menghargai sebuah pengalaman tersebut dan pengalam yang aku punya ini cukup berarti buat lingkungan ya mba, karena setelah aku covid ngga ada yang dinyatakan covid mba disitu, mungkin ya itu dari pandangan para lingkungan, para tetangga juga “oh ya berarti kita harus lebih hati-hati terhadap apa yang sedang ada didunia ini” gitu.	Hjt./lamp14/D1
2	Upaya apa sajakah yang telah anda lakukan dalam menghadapi permasalahan ketika anda	Upayanya pernah sih diem dirumah ngga usah apa ya, ya ngga bersosialisasi itu pernah cuman ternyata ya itu kita butuh orang lain meskipun hanya minta tolong mundurin motor gitu jadinya untuk kedepannya ya apa ya lebih ini,	Hjt./lamp14/D2

	menjadi peyintas COVID-19?	mempertahankan apa yang sudah terjadi sebelum-sebelum adanya covid ini gitu.	
3	Apakah upaya yang anda lakukan berhasil atau malah sebaliknya?	Berjalan dengan ini sih masanya maksudnya ya pernah naik, pernah turun, pernah didengerin sama tetangga pernah tidak gitu.	Hjt./lamp14/D3
4	Dari upaya yang anda lakukan ketika menghadapi masalah anda lebih cenderung menarik diri dari lingkungan atau mencari solusi dengan membahas permasalahan dengan keluarga, sodara maupun teman anda?	Menarik diri lebih apa ya, ya itu aku pikirannya itu jelek gitu loh mba, orang lain udah ngga butuh kita ya kenapa kita minta tolong sama orang itu gitu, karena orang lain itu tidak hanya itu, itu yang jeleknya ya mba, tapi ini kan sekarang ngga kaya gitu sih, tapi aku kalau sama lingkungan jarang berinteraksi karena aku punya anggapan seperti itu, jadi kalau keanak-anaknya lah deket sih cuman kalau keorang-orang itu ya engga.	Hjt./lamp14/D4
5	Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda bisa membantu anda dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?	Faktornya mungkin menutup lembaran yang sudah berlalu terus membuka lembaran yang baru dengan cara ya mungkin saling mengerti keadaan situasi dan kondisi yang sedang terjadi bukan malah menjudge apa yang sedang terjadi terus lebih deket sama ini sih orang-orang yang disekitar tujuan saya untuk memperbaiki apa yang terjadi.	Hjt./lamp14/D5
6	Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda	Ngga enak ya mba mungkin karena kita pernah kalau bahasa jawanya itu “tukaran	Hjt./lamp14/D6



menghambat upaya anda dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?	(berantem)” ya terus ya ngga enakan, merasa bersalah dan lain sebagainya.	
--	---	--



**LAMPIRAN 15**  
**HASIL TRANSKRIP WAWANCARA**  
**INFORMAN AB**

**A. IDENTITAS**

Nama : AB  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Tempat/Tanggal Lahir : Cilacap, 05 Maret 2000  
Usia : 22 tahun  
Pendidikan : S1 (dalam proses)  
Agama : Islam  
Jumlah saudara kandung : 2  
Anak Ke- : 1  
Suku : Jawa  
Alamat : Jl. Pertanian, Binangun, Cilacap

Nama ayah : Purwanto  
Pekerjaan ayah : Penjahit  
Pendidikan ayah : SMA/SLTA  
Usia : 50 tahun

Nama ibu : Rokhimah  
Pekerjaan ibu : IRT  
Pendidikan ibu : SMP/SLTP  
Usia :-

**B. DAFTAR WAWANCARA**

Hari, tanggal : Kamis, 24 Maret 2022  
Tempat : Perpustakaan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri  
Purwokerto  
Pukul : 11.00 WIB

**Tabel 7. Hasil Transkrip Wawancara subjek AB**

RIWAYAT COVID-19			KODE
1	Kapan anda dinyatakan positif COVID-19?	Pertama kali dinyatakan positif covid 19 itu tanggal 7 aku gejala sakit terus satu hari kemudian aku di swab 4 hari yang akan datang baru keluar hasilnya positif tapi dari tanggal 7 itu udah isolasi udah ngga kemana-mana. Yang positif itu satu keluarga tapi berawal dari saya, aku itu habis jadi apa ngehadirin pernikahan, nah pernikahan itu tu katanya itu mbahnya itu meninggal karena covid tapi kenapa aku berani kesitu juga karena sebelumnya udah dipastikan bahwa disitu udah ngga ada yang covid, terus abis dari kondangan itu aku dateng ke reoni akbar dipondok ku dulu almamater, nah disitulah aku sakit tiba-tiba, gitu jadi aku ngga tau maksudnya ketularannya dari mana, dari siapa, dimana.	Ab./lamp15/A1
2	Bagaimana perasaan anda saat pertama kali dinyatakan positif COVID-19?	Pertama kali dinyatakan positif covid rasanya marah, kaya ngga percaya gitu “gila apa bisanya aku positif” gitu, kayak apa namanya “ih aku ngga ngerasain gejala-gejala positif yang kayak bersebaran dimedia masa, terus informasi-informasi yang ada” karena aku ngerasanya aku sakit ya aku sakit biasa, karena aku telat makan gitu, kok tiba-tiba	Ab./lamp15/A2

		aku positif karena hasil swabnya negatif tapi hasil PCR positif.	
3	Gejala-gejala seperti apa yang anda alami?	Justru pas hasil keluar positif aku udah ngga bergejala, sebelumnya paling panas, sakit perut, ngga enak makan, udah. Kayak sakit biasa bahkan aku ngga batuk ngga pileg, makan ngga enak sih, tapi tetep ada rasa, bahkan tante aku kan ngerawat aku itu makan bekas sendoknya aku, terus minum juga bekas aku, tapi dia dan keluarganya ngga positif, kesel gitu.	Ab./lamp15/A3
4	Bagaimana kondisi anda saat pertama kali di nyatakan positif COVID-19?	Sehat, sehat-sehat aja. Udah bener-bener dinyatakan positif marahkan jadi kayak langsung nanemin kediri aku “engga ini salah, aku ngga positif, aku bisa sembuh, aku nggapapa” gitu.	Ab./lamp15/A4
5	Apakah anda sempat merasa takut mati setelah di nyatakan positif COVID-19?	Iya sih takut mati, karenakan kabar-kabarkan ngga bergejala tiba-tiba mati, tiba-tiba parah, apalagi yang awalnya aku udah yakin “aku ngga positif kok, aku sehat” tapi ternyata keluarga ku tiba-tiba jadi positif semua, bapak ibuku bergejala dan dari istu aku ngerasa “ih nanti kalau aku kenapa-napa atau keluargaku kenapa-napa ini karena aku” gitu, ngerasanya kaya gitu sih ngerasa bersalah, ngerasa gitulah.	Ab./lamp15/A5
6	Apakah anda memiliki riwayat penyakit sebelum dinyatakan	Riwayat penyakit maag sih, kan ngga ada hubungannya kan. Tapi waktu itu ngga kumat, ngga ada riwayat penyakit sama sekali.	Ab./lamp15/A6

	positif COVID-19?		
7	Bagaimana perasaan anda ketika pertama kali harus melakukan isolasi?	Marah sih, stress karena apa ya, isolasi kan berarti dirumah terus bangun tidur ketemu apa tembok, ngga bisa main sama temen-temen, terus ya marah sih, merasa bersalah. Isolasi hampir satu bulananlah dikarenakan isolasi itu 14 hari, aku udah negatif tapi bapak ibuku belum negatif jadi harus nungguin, aku sama ibuku udah negatif, bapakku belum, aku udah ibu bapak udah negatif adekku belum, jadi ya hampir satu bulananlah.	Ab./lamp15/A7
8	Apakah selama menjalani perawatan COVID-19 anda memiliki kesulitan tidur?	Engga, justru tidur terus, ngga ada kesulitan tidur.	Ab./lamp15/A8
9	Bagaimana nafsu makan anda selama menjalani perawatan COVID-19?	Nafsu makan justru nafsu makan ku meningkat banget, tapi badanya justru semakin menurun, ngga tau aku itu hampir sarapan, bangun tidur sarapan bangun tidur bener-bener bangun tidur, terus nantu kalau udah ibu selesai masak makan lagi, nanti sebelum dhuhur makan lagi, habis dhuhur makan lagi, makannya banyak banget tapi pas ditimbang turun drastis.	Ab./lamp15/A9
10	Kapan anda dinyatakan	Ya itu setelah 14 hari, kayak aku ngerasanya ya, swab terus awal-awal PCR	Ab./lamp15/A10

	sembuh dari COVID-19?	itu cuman sebagai formalitas yang penting kalau kamu udah 14 hari ya udah selesai.	
11	Bagaimana perasaan anda saat dinyatakan sembuh dari COVID-19?	Bahagia seneng, tapi ya masih sedih karena keluarga ku bapak ibu masih positif, nah karena aku yang udah negatif jadinya aku yang menggantikan peran ibu, aku harus masak, aku harus beres-beres rumah dan lain sebagainya itu, ya belajar sih.	Ab./lamp15/A11

**Tabel 7.1 Hasil Transkrip Wawancara subjek AB**

<b>PENGALAMAN SEBAGAI PENYINTAS COVID-19</b>			<b>KODE</b>
1	Setelah anda dinyatakan sembuh dari COVID-19 hambatan apa yang anda alami selama berinteraksi dengan orang lain?	Emmm, engga sih karena, ada sih, ngga apa ada ya, ada, kalau tetangga ada tapi kalau temen engga. Kalau tetangga itu kayak masih takut gitu, kayak aku pergi kewarung udah negatif padahal tapi kayak masih jaga jarak kan kita ngerasa ya kalau orang jaga jarak sama kita, atau ngga bahkan ngga mau, bahkan papasan ngga nyapa, kan kayak “aku berdosa banget apa positif, kan aku udah negatif” gitu. Kalau sama temen ngga sih karena temen kan kebanyakan temen kan udah pikirannya kan terbuka “ya udah, kamu udah negatif ya udah, nggapapa” gitu.	Ab./lamp15/B1
2	Selama menjadi penyintas COVID-19 bagaimana hubungan anda	Kalau sama keluarga jadi tambah hangat, karena memang lebih banyak waktu dirumah bareng-bareng 24 jam bareng-bareng dirumah, jadi lebih banyak sharing, cerita, curhat-curhatan, becanda gitu, jadi	Ab./lamp15/B2

<p>dengan keluarga anda (ayah, ibu, kakak, adik, paman, bibi dll), teman sebaya anda, dan tetangga anda?</p>	<p>tambah hangatlah. Keluarga luar juga tambah solid ya karena kan kita ngga bisa kemana-mana jadi makanan dianter,terus kalau ada keperluan-keperluan mereka yang back up gitu. Kalau sama temen awalnya, awal banget, kalau awal-awal itu aku menutup diri kaya insecure dan lain sebagainya kayak memang overthingkingnya aku sih padahal mereka biasa aja kaya kalau mereka nanya aku ngerasanya mereka akan menyalahkan aku padahal ngga bakal kaya gitu, padahal mereka nanya ya peduli tapi akunya yang ngerasa “nanti mereka nyalahin aku” karekan aku berwalnya kan habis ketemu sama temen-temen kan direoni akbar jadinya kayak “nanti mereka nyalahin aku deh, dibelakang kayaknya mereka ngomongin aku deh” gitu, aku ngerasa kayak gitu. Kalau tetangga itu sih itu yang paling bikin stress itu tetangga, walaupun ngga semuanya ya, walaupun banyak juga tetangga yang masih peduli, kayak nganter makanan, nganter obat, dan lain sebagainya, tapi banyak tetangga yang kaya kedengeran isu, karena aku itu keluarga ku itu keluarga pertama yang kena, yang positif di daerah ku, terus “itu gara-gara si A itu keluar-keluar terus sih, jadinya positif, jadinya disini ada yang positif” kalau ngga ya harus jaga jarak “awas jangan deket-deket” gitu.</p>	
--	---	--

3	Siapa yang paling memberikan pengaruh terhadap diri anda?	<p>Memberikan pengaruh, aku inget banget ada satu usatad namanya ustad tuslim jadi awal-awal aku positif itu aku bener-bener menutup diri aku sengaja ganti unistall WhatsApp tapi aku ganti nomor WhatsApp yang tau ya Cuma temen-temen terdekat yang harus aku masuk grup, kayak misal kelas lah, kan kelas harus kuliah kan, paling cuman itu doang, terus karena aku ngga mau di WA sama orang ditanya “kamu kenapa,kamu gimana kabarnya?” ngga mau, terus utad itu tu nelfon aku ngasih semangat, ngasih “nggapapa loh kamu, yang namanya corona ini harus dibikin happy, obatnya itu happy, ngga usah dipikirin” jadi kaya ngebuka bahwa ngebuka pikiran aku yang tadinya corona ini menyeramkan jadi dibikin happy aja gitu, aku inget banget, itu telfonan lama banget. Pengaruh negatif ya itu tetangga, kalau media ngga sih justru aku belajar dari media. Oh ya sama satu lagi ada satu orang itu mas jundi, mas jundi itukan sama-sama positif waktunya barengan orang-orang juga pada ngirannya kita habis bareng, padahal lama ngga ketemu, itu aku banyak tanya sama dia “mas jundi ini aku ngga begejala, ini,ini,.. mas jundi bapak ku ini,ini.. gimana ya?” gitu, kayak konsultanlah.</p>	Ab./lamp15/B3
4	Seberapa besar pengaruh orang	<p>Besar, sangat besar. Karena aku orang yang overthinking terus gampang terpengaruh</p>	Ab./lamp15/B4



	lain terhadap diri anda? Mengapa?	sama omongan orang kayak omongan orang, pendapat orang, itu apa ya dipikir, ngga bisa yang bodoamat, bukan orang yang bodoamat. Makanya kalau misal aku lagi down, kemaren down makannya ya sengaja ngga main sosial media, ngga balesin WA, ngga balesin chat-char dari orang.	
5	Apakah anda sempat menutup diri dan merasa minder setelah menjadi penyintas COVID-19?	Setelah menjadi penyintas engga, karena justru hasbis aku dinyatakan negatif aku langsung pergi beli es krim, ya bodoamat, aku langsung sengaja ya karena aku udah sebel sama tetangga ku yang nyinyir kaya gitu aku justru malah sengaja, sengaja main, sengaja memperlihatkan diri “ini loh aku udah sembuh, kalian masih takut sama aku?” gitu, kayak malah nantang, kaya sengaja aku upload foto yang jaman dulu tapi aku lagi main dimana gitu, sengaja mancing gitu “loh kok udah main-main” gitu “baru sembuh udah main” gitu, kaya sengaja mancing gitu.	Ab./lamp15/B5
6	Apakah anda pernah mengalami diskriminasi oleh orang terdekat seperti keluarga, sodara, tetangga, atau teman sebaya anda? Jika pernah,	Kalau dari keluarga engga ya, terus dari sodara juga engga Alhamdulillah, dari tetangga itu, lagi-lagi dari tetangga, aku lagi berjemur didepan rumah, halamanku itu cukup luas antara halaman kejalan itu jauh banget ya ngga jauh banget, jauh, itu orang lewat “ih coronannya lagi pada diluar, coronannya lagi pada diluar” terus kalau ngga yang tadinya lagi ngobrol langsung	Ab./lamp15/B6

	<p>Seperti apa bentuk diskriminasi yang anda dapatkan?</p>	<p>diem, terus langsung kayak acuh gitu, padahalkan ngga mungkin juga ya, padahal jauh, kayak aku dan keluarga aku itu hina banget, kayak terkucilkan banget, kayak penyakit ini itu penyakit yang sangat menular, ya emang menular tapikan kita udah jaga jarak.</p>	
7	<p>Adakah dukungan dari orang lain seperti keluarga atau orang terdekat anda dalam membantu mengatasi masalah-masalah tersebut?</p>	<p>Keluarga pasti ya, kalau orang terdekat iya sih, kaya tadi ustad tuslim, mas jundi, terus pada saat itu saya masih mempunyai pasangan, support sistem jadi dia juga yang kan aku juga merasa bersalah karena yang nganterin aku kerumah pada saat sakitkan dia, takutnya dia juga ketularan tapi dia nggapapa, justru dia orang yang termasuk sebenarnya ini salah sih, termasuk orang yang acuh yang ngga percaya sama covid jadi dia kaya “lah covid ini itu cuma perihal waktu, nanti kamu sembuh yang penting kamu happy” terus dia yang ngirimin makanan ke bapak ibu, ngirimin obat, vitamin gitu, pada saat itu.</p>	Ab./lamp15/B7
8	<p>Seberapa pentingnya dukungan orang sekitar terhadap diri anda sebagai penyintas?</p>	<p>Sangat penting sekali, kalau ngga ada dukungan meskipun aku ngga bergejala kayaknya aku bisa drop gitu, ibaratnya aku ngga bergejala kalau misal aku ngga dapet dukungan dari orang-orang yang mereka sayang sama aku dan aku sayang sama mereka pasti aku jadi ngga doyan makan,</p>	Ab./lamp15/B8

		jadi ngga semangat sembuh jadi melakukan hal-hal yang ngga produktif.	
9	Ketika anda dihadapkan dengan kondisi tertekan adakah ibadah tertentu yang anda lakukan?	Ibadaha tertentu yang dilakukan ngga ada, sholatkan pasti, oh ya ada jadi rajin sholat dhuha karenakan ngga ngapa-ngapain, jadi rajin sholat dhuha, rajin baca Qur'an, rajin baca buku.	Ab./lamp15/B9

**Tabel 7.3 Hasil Transkrip Wawancara subjek AB**

<b>KONSEP DIRI</b>		<b>KODE</b>
<i>Basic self concept</i>		
1	Bagaimana pendapat anda mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Ab./lamp15/C1
		Bangga, sangat bangga. Karena dari aku positif covid dari keluarga aku belajar banyak hal yang tadinya itu aku menganggap bahwa covid itu hal yang sepele, penuh konspirasi ternyata itu seriusan, ternyata kita ngga bisa menyepelkan apapun nyatanya kalau kita menyepelkan sesuatu pasti Allah kayak “kamu jangan menyepelkan” gitu, ngasih peringatan, nyatanya aku menyepelkan tapi satu keluarga bapak ibu, kalau bapak ibu sakit itu rasanya hancur banget ya, terus juga terlepas dari covid itu yang penuh dengan konspirasi tapi itu benar adanya, gimana kita menyikapinya ya happy, apa namanya berarti aku dan keluarga ku

		termasuk orang yang mengikuti perkembangan zaman, covid kan penyakit zaman ya, aku keluarga LC lulusan covid.	
2	Bagaimana anda bersikap terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Awalnya menolak, lama-lama menerima karena ya itu dari covid itu aku juga belajar penerimaan, hidup itu ngga selamanya sesuai dengan apa yang kita inginkan kita ngga bisa takabbur “aku sehat, aku ngga mungkin kena covid, alah covid apa sih” lalu pas kena ya juga shock, karena sekecil apapun bentuk sakitnya, bentuk lukanya, luka tetap luka yang sakit tapi mau bagaimanapun babak belurnya kita sakitnya kita hidup itu akan terus berjala, bumi itu akan terus berputar ngga akan berhenti cuman nunggu kita buat pulih.	Ab./lamp15/C2
3	Apa kelebihan dan kelemahan yang anda miliki selama menjadi penyintas COVID-19?	Kelebihannya itu aku sehat, ngga bergejala terus aku masih bisa happy, masih bisa sama keluarga itu makin akrab, makin ngerti, belajar banyak, pada saat itu mentalnya jadi lebih kuat tapi itu setelah di nasehatin itu aku jadi “wah aku harus menunjukkan kepada dunia, aku ini positif loh” kalau awal-awalkan aku menutup gitu, aku takut kalau orang lain tau aku itu positif, tapi setelah itu aku kayak “nih aku positif,	Ab./lamp15/C3

		tapi aku positif aku harus ngelakuin ini,ini.. nanti kalau kalian positif juga kaya gini kaya gini..” ngajarin tips kaya gitu, terus jadi semangat untuk baca buku, nulis-nulis gitu sih. Kalau kelemahanya itu lebih sensitif, lebih kaya suudzon sama orang, lebih “hihh” gitu, aku itu kalau ngeliat orang kaya “lah pasti kamu cuma tanya-tanya ajakan, pura-pura tanyakan, kamu dibelakangnya aku kamu ghibahin aku kan” gitu.	
4	Bagaimana pandangan anda terhadap kelebihan dan kelemahan yang anda miliki?	Padangan terhadap kelebihan dan kelemahan itu aku jadi ini, jadi kebanggan tersendiri karena aku bisa cerita sama orang ya bisa sharing sama orang yang setelah itu tu dia juga mengalami ini, terus tapi nasibnya kurang beruntung mungkin, lebih parah mungkin, terus juga setelah itukan ngga lama setelah itu tu ada KKN nah dari KKN itu juga aku lebih kalau ada warga yang positif juga lebih kaya aku pernah dulu, jadi aku prokernya terbentuk karena kelebihan dan kekurangan tersebut, kaya konten-konten dan lain sebagainya.	Ab./lamp15/C4
5	Bagaimana perbedaan anda dalam memandang	Lebih aware sama kesehatan, kalau psikis sendiri juga lebih aware sama kesehatan mental. Karena kaya misal	Ab./lamp15/C5

	diri anda sebelum dan sesudah menjadi penyintas COVID-19 baik secara fisik maupun psikis?	dulu nih aku cuma mikirin aku tok, tapi kaya ya udah aku happy ngga tentu orang lain happy, apa yang aku lain terpenting untuk aku tapi orang lain ngga, padahal kalau orang lain happy itu menjadi jalan kita happy, kalau kita membuat orang lain bahagia kita juga bahagia.	
6	Menurut anda apakah menjadi penyintas COVID-19 merupakan hal yang memalukan?	Enggallah, engga ini membanggakan sama sekali, happy kayak kalau kita cerita nih simplenya kalau kita cerita sama temen-temen “udah pernah covid belum.. udah pernah covid belum..” kalau belum pernah menurut aku itu ih belum pernah, ih aku pernah, terus jalan covidnya aku itu bukan yang parah jadi bangga aja gitu, bisa cerita ke anak cucu.	Ab./lamp15/C6
7	Apakah anda sempat merasa bahwa kehadiran anda tidak diharapkan oleh orang terdekat anda atau masyarakat disekitar anda?	Oh pernah, bener-bener ya pada saat itu aku ngerasa kayak aku penyebab dari bapak ibuku sakit, karena bapak ibuku sakit kan lumayan parah, terus “nanti kalau misalnya bapakku sama ibuku ngga selamat gimana ya” gitu, sedih jadinya. Terus setelah itu setelah keluarga ku pulih orang-orang juga masih belum menerima keluargaku, kalau mungkin aku ngga diterima sama tetanggaku nggapapa karena aku juga jarang interaksi, tapi bapak ibuku yang harus, harus kewarung harus ketemu	Ab./lamp15/C7

		<p>sama orang kerjanya juga jadi ngerasa ekonomi keluargaku yang namanya kan ngga kerja ya harus down banget sedangkan kebutuhan tetap butuh ngga mungkin terus orang-orang ngasih kan ngga mungkin, jadi mungkin ngerasa “huh.. aku ni gara-gara aku bapak sama ibuku susah, jadi ekonomi keluargaku berantakan, jadi aku ngga bisa beli ini, aku ngga bisa beli itu”.</p>	
8	<p>Bagaimana pandangan dan solusi anda dalam menyikapi perubahan fisik, perubahan kesehatan dan perubahan psikis yang dialami selama menjadi penyintas COVID-19?</p>	<p>e.. kalau aku menanggapi pandangan terkait perubahan fisik sih perubahan fisik sama kesehatan sih aku merasanya malah bersyukur ya karena pada saat aku menjadi penyintas Covid, pada saat atau setelahnya itu aku jadi merasa aku lebih aware sama kesehatan kaya misal aku dulu ngga suka makan, makan itu kalau laper aku tu jarang laper tapi setelah menjadi penyintas Covid tu aku jadi menganggap bahwa makan itu penting bukan hanya karena aku laper tapi emang aku butuh gitu, itu jadinya aku sampai sekarang aku jadi doyan maem, terus kalau fisik juga sama aku merasanya aku banyak makan tapi aku ngga gendut itu happy sih, terus kalau perubahan psikis juga ya meskipun sebelumnya memang pernah down pernah stress tapi ya alhamdulillah karena support sistem dari temen-temen</p>	Ab./lamp15/C8

		dari lingkungan dari orang tua dari keluarga itu bikin perubahan itu perubahan yang tadinya menjadi, apalagi ngga terlalu lama yang ngga terlalu gimana-gimana gitu.	
<b><i>Social self concept</i></b>			
1	Bagaimana pendapat orang lain tentang diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Kalau dari tetangga pasti yang nyebelin tadi, kalau dari temen-temen itu mereka khawatir bener-bener khawatir karena aku dari dulu itu tipe orang yang lemah, lemah mental, lemah fisik, jadi gampang kepikiran gampang stress juga gampang sakit, jadi mereka bener-bener khawatir “si A bisa ngga ya ngelewatin ini” gitu, terus pas setelah aku bisa kan aku juga balik lagi ke WA, aku balik lagi sama mereka, aku dengan bangganya cerita sama mereka, mungkin dari temen-temen nyalahin orang lain karena kejadian ini kayak nyalahin keluarga A nyalahin keluarga B, tapi aku bisa “engga ini bukan salah siapa-siapa, ini ya aku” gitu, jadi ngerasa “oh ternyata aku disayangi sama temen-temen aku”. Paling tetangga itu yang “ih coronanya keluar”.	Ab./lamp15/C01
2	Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain tersebut?	Kalau tetangga kesel lah, kesel pasti kesel tapi ya udahlah ya tetangga yang namanya tetangga kesel terus habis aku positifkan abis itu banyak banget yang	Ab./lamp15/C02



	<p>positif tapi kan ngga dari keluarga ku, orang keluarga ku isolasi dengan bener-bener isolasi tapi setelah itu tu tetangga ku banyak yang positif tapi ngga isolasi kaya mengabaikan loh kaya “lah ini sakit biasa, sakit biasa” terus aku nya yang jadi kayak “orang aku udah pernah positif loh” terus kaya “kamu sih kemaren ngeledek aku, positifkan, terus sekarang kamu nyebar-nyebar, ngga mau isolasi mandiri, huh aku laporkin” aku bener-bener kaya gitu, aku bener-bener yang orang yang suka ngelaporkan orang. Sebel ngga aku udah isolasi satu bulan sekarang kok ada yang positif tapi di kluyuran tetangga-tetangga biasa aja, padahal kan aku dikucilkan kan kesel, ya aku laporkinlah, dari situ awal mula kalau ada yang positif didepan rumahnya ditulisin “sedang isolasi”. Kalau teman ya seneng banget jadi lebih menghargai makna pertemanan kayak silaturahmi, terus peduli sama temen apapun keadaannya gitu, apapun bantuannya kehadiran kita untuk mereka itu sangat berharga walaupun cuman pertanyaan, ternyata pertanyaan nanya kabar juga hal yang penting, replay stori itu hal yang penting, bales WA itu hal yang penting, walaupun aku juga ngga bisa kaya gitu sih, Cuma kayak</p>	
--	---	--

		peduli itu bukan rasa kasih cinta itu ngga melulu hal yang besar tapi pemberian kecil kaya doa yang tulus.	
3	Bagaimana anda menanggapi pendapat orang lain apabila tidak sesuai dengan pendapat anda mengenai diri anda sebagai penyintas COVID-19?	Ya udah ngapapa, ya udah ngapapa kan setiap orang punya perspektif masing-masing, punya kacamataanya masing-masing dalam memandang kalau menurut dia kaya gitu ya udah nggapapa toh sama seperti aku juga engga setuju, ngga semuanya setuju sama pendapat orang lain, juga kalau pendapatku ngga disetujui sama orang ya nggapapa.	Ab./lamp15/C03
4	Menurut anda bagaimana seharusnya orang lain bersikap kepada diri anda sebagai penyintas?	Oh harusnya, ngga usah banyak tanya tapi langsung aksi gitu loh jangan nanya kamu gimana keadaanya karena kalau kayak gitu itu justru kadang-kadang bikin down, bikin kaya “huh” gitu, tapi langsung aja kalau mau kirim makanan misal, atau ngga kasih informasi-informasi terkait covid gitu, misal caranya untuk misalnya kalau nanti kamu butuh apa-apa butuh tanya, tanyanya kesini atau melink kan lah ibaratnya atau ngga dengan doa sih, doakan ngga terlihat ya.	Ab./lamp15/C04
<b><i>Ideal self</i></b>			
1	Apakah anda menyukai diri anda sebelum dan sesudah menjadi	Menyukailah, karena itu aku jadi tau orang-orang yang bener-bener sayang sama aku itu kayak gimana, lebih taat ibadahnya juga, lebih menemukan	Ab./lamp15/C001

	<p>penyintas COVID-19?</p> <p>-Jika suka, apa yang disukai? Mengapa?</p> <p>-Jika tidak, mengapa anda tidak suka? Apa yang ingin anda ubah?</p>	<p>kenyamanan, kekhusyu'an dalam beribadah itu sangat dirasakan, lebih kayak oh ternyata orang tua ku kaya gini ya og ternyata dalam keluargaku itu love language bapak ibu A,B, oh love language nya ibu itu C,D, oh aku itu gini, oh ternyata bapakku harapannya ke aku itu gini, jadi lebih terbuka sama keluarga, terus sama temen juga, kesehatan mental itu jadi aku lebih ngorek-ngorek kesehatan mental apalagi dimasa pandemi.</p>	
2	<p>Apa harapan anda terhadap diri anda sebagai penyintas COVID-19?</p>	<p>Harapannya aku semoga aku lebih kalau menanggapi isu-isu itu lebih dengan terbuka gitu, sekalipun pemerintah mungkin banyak sekali konspirasi dengan kepentingan mereka yang tidak pro dengan rakyat tapi kita sebagai orang, manusia yang baik ya udah ikutin aja tapi jangan mentah-mentah, karena kalau itu ngga sesuai sama kita ya udah jangan dipaksakan apalagi kalau itu tentang kesehatan mental, karena yang mematikan justru itu, aku pengen bilang sama temen-temen yang lain itu kalau kita positif covid selain kita harus jaga kesehatan, pasti jaga kesehatan, makan itu bukan hanya untuk biar kenyang tapi biar sehat, terus ibadah, terus ini kita harus tetap dibawa happy, karena kalau kita meninggal yang sedih itu orang-</p>	Ab./lamp15/C002

		orang yang sayang sama kita, bukan pemerintah, pemerintah bodoamat.	
3	Apa harapan untuk kondisi fisik anda selanjutnya?	Kondisi fisik ya sehat, makannya teratur, menghargai waktu makan, aku dulu pas sebelum covid ngga bisa makan banyak makan muntah makan muntah, sekarang engga sih, ngga terlalu.	Ab./lamp15/C003
4	Apa harapan anda untuk perkembangan pada psikis anda?	Lebih enjoy, lebih simple dalam hidup kayak ngga disukai sama orang ya nggapapa aku juga ngga suka sama orang, ngga suka sama semua orang, terus aku ngerasain sedih ya nggapapa sedih itu wajar, emosi-emosi negatif itu pasti kan manusia ngga mungkin ngerasain emosi positif tok, ya lebih banyak menggapapain banyak hal, hal yang ngga dipapain emang ngga selesai tapi dengan nggapapa kita lebih tenang.	Ab./lamp15/C004
5	Apa harapan anda untuk kehidupan sosialisasi anda?	Lebih toleransi, lebih ngga egois, lebih bisa memahami orang lain dari sudut pandangan yang berbeda, ngertiin sebagaimana kita pengen dingertiin.	Ab./lamp15/C005
6	Bagaimana anda mengendalikan diri anda untuk mencapai harapan anda dimasa depan sebagai penyintas COVID-19?	Selain positif thingkin, perbanyak relasi jadi relasinya itu dari berbagai kalangan, jadi jangan malu tanya, kaya relasi ke puskesmas oh dipuskesmas itu aksesnya ada apa aja, apakah cuma kesehatan fisik tok atau ada layanan konseling, terus didesa juga ya jangan malu tanya, terus jangan cuman ngandalin informasi	Ab./lamp15/C006

		dari hp dari internet lebih baik banyak relasi tanya keorang langsung, terus banyak ikut kaya bisa dibilang ngisi waktunya dengan seminar gitu, pada saat itu kan webinar-webinar.	
7	Apakah anda yakin dapat tercapai? Mengapa?	Yakinlah karena yang pertama kita melakukan itu karena kesadaran kita, kita happy kita nyaman, sesuatu yang kita pake happy, nyaman, pake hati akan membawa orang-orang yang positif juga mendekat kekita orang-orang positif akan secara tidak langsung akan menjadi support sistem kita, dengan kita punya support sistem yang baik itu akan lebih mudah untuk mencapai target kita atau gol kita.	Ab./lamp15/C007

**Tabel 7.4 Hasil Transkrip Wawancara subjek AB**

UPAYA YANG DILAKUKAN		KODE	
1	Bagaimana anda menanggapi semua pengalaman yang anda alami sebagai penyintas COVID-19?	Menanggapinya ya happy, seneng, bersyukur, bersyukur sih paling bersyukur banget karena dapet hal yang jauh lebih banyak dari pada aku kehilangannya mungkin aku dengan menjadi penyintas covid mungkin kesehatan fisik, mentalku pernah terganggu tapi Allah gantikan dengan kesehatan yang lebuah sehat, mental juga lebih kuat dari sebelumnya gitu.	Ab./lamp15/D1

2	Upaya apa sajakah yang telah anda lakukan dalam menghadapi permasalahan ketika anda menjadi peyintas COVID-19?	Banyak cerita, karena kita butuh cerita buar tetap waras, bapak cerita, banyak baca buku, buku-buku yang jaman dulu belum dibaca-baca tiba-tiba jadi baca karena ngga ada waktu, terus mintal pendapat, minta saran sama orang yang lebih ngerti.	Ab./lamp15/D2
3	Apakah upaya yang anda lakukan berhasil atau malah sebaliknya?	Berhasil, sangat berhasil, karena dai semua upaya yang dilakukan mindsatnya jadi berubah jadi lebih positif jadi lebih memandangnya itu ngga cuma hitam putih tapi ada banyak warna didunia ngga cuman hitam dan putih.	Ab./lamp15/D3
4	Dari upaya yang anda lakukan ketika menghadapi masalah anda lebih cenderung menarik diri dari lingkungan atau mencari solusi dengan membahas permasalahan dengan keluarga, sodara maupun teman anda?	Mencari solusi dengan membahas permasalahan, ya awalnya pasti menarik diri tapi kan terus ditelfon sama ustad tuslim jadi “oh ya yah” gitu, terus akhirnya mulai detik itu aku membagikan kaya aku udah berani curhat sama orang berani ngobrol, sharing sama orang, aku juga berani show up “aku positif loh” kaya “aku lagi berjemur” tapi juga diselipin sama tips-tips.	Ab./lamp15/D4
5	Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda bisa membantu anda	Faktor keluarga, dari diri sendiri, spiritual terus temen, lingkungan.	Ab./lamp15/D5

	dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?		
6	Faktor-faktor apa sajakah yang menurut anda menghambat upaya anda dalam menyelesaikan permasalahan tersebut?	Pikiran sendiri sama ini sih orang-orang diluar, tetangga karena mau gimanaapun kita terlihat baik-baik aja tetep aja kita ngga baik-baik aja, kita Cuma terlihat untuk bisa baik-baik aja dalam segala hal, tapi yang namanya dirumah terus kita sebagai makhluk sosial ya butuh untuk interaksi sama orang butuh untuk melihat dunia, ngga cuman rumah saja gitu loh, ngeliat sana ya sana ya sana gitu itu hambatannya, stress biasa pergi-pergi tiba-tiba dirumah aja stress. kalau sekarang sih udah biasa aja udah finish.	Ab./lamp15/D6

**LAMPIRAN 15**  
**DOKUMENTASI**



**Gambar 2. Wawancara dengan MLF**



**Gambar 3. Wawancara dengan ARF**



**Gambar 4. Wawancara dengan ZF**



**Gambar 5. Wawancara dengan HSA**



**Gambar 6. Wawancara dengan NNR**



**Gambar 7. Wawancara dengan HJT**





**Gambar 8. Wawancara dengan AB**



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

1. Nama : Silfia Putri Widiya Sari
2. Tempat, Tanggal Lahir : Banyumas, 17 November 1999
3. Alamat : Pancasan Rt 01/01, Ajibarang, Banyumas
4. E-mail : [silfiaputriwdyas17@gmail.com](mailto:silfiaputriwdyas17@gmail.com)
5. No. HP : 085875254632

### B. Riwayat Pendidikan Formal

1. SMK AL-Basthomi Nganjuk (Multimedia), Lulus Tahun 2018
2. UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2018 – Sekarang

### C. Riwayat Pendidikan Informal

1. PPTQ Al-Mardliyah Mojosari, Nganjuk
2. PTIQ Al-Husaini Rejasari, Purwokerto

### D. Kegiatan/Pengalaman Organisasi

1. PMII Rayon Dakwah
2. Komunitas Motivator
3. Panitia PBAK (Pengenalan Budaya Akademik dan Kemahasiswaan) Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, divisi Desain Garfis dan Publikasi
4. Panitia SIG (Sekolah Islam Gender) KOPRI PMII Komisariat Wali Songo Purwokerto, divisi Perlengkapan
5. Staff Kementrian Media Informasi dan Komunikasi Dewan Eksekutif Mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

**E. Pengalaman Pekerjaan**

1. Magang sebagai Call Center di UPTP Karir UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, Juli 2020-Juli 2021
2. Magang sebagai Peer Counselor di UPTP Karir UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, Juli 2021-Juli 2022
3. Guru Madrasah Diniyah Al-Munawwir, Pondok Pesantren Darul Muhajirin Pandansari, Ajibarang.

Purwokerto, 13 Juli 2022

Silfia Putri Widiya Sari

NIM. 1817101040

