



ANALISIS *MEANING OF LIFE* ORANG YANG SEMBUH COVID-19

Afdal, Nurhayati, Winda Putri Amevi, Yola Risma Andini, Yona Amanda, Wiwin Andriani,
Denia Syapitri

Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang
afdal@konselor.org

ABSTRAK

Pandemi covid-19 memberikan banyak dampak bagi kehidupan secara fisik maupun psikologis dalam jangka waktu yang berkepanjangan, khususnya terhadap orang yang sembuh dari covid-19. Penelitian ini dilakukan dengan metode kualitatif dengan desain fenomenologi yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana *meaning of life* orang yang sembuh covid-19. Subyek dalam penelitian ini adalah orang yang sembuh dari covid-19 yaitu berjumlah 4 orang yaitu 1 orang perempuan berusia 23 tahun, dan 3 orang laki-laki berusia 23 tahun, 25 tahun serta 22. Instrumen yang digunakan adalah wawancara dan observasi, yang mana data dianalisis secara kualitatif. Adapun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa orang yang sembuh dari covid-19 mengalami gangguan secara psikologis, seperti stress, adanya kekhawatiran dan rasa takut yang berlebihan serta merasa buruk dalam kehidupan maupun secara fisik, seperti tidak mau makan. Namun demikian, dengan adanya dukungan sosial dari keluarga, teman, maupun lingkungan sekitar yang telah peduli, membuat subyek merasa bahwa kehidupannya lebih bermakna terutama setelah dinyatakan sembuh dari covid-19 sehingga subyek tetap semangat dan semakin termotivasi untuk dapat hidup dalam keadaan normal seperti sebelumnya. Selain itu, orang yang sembuh dari covid-19 menyadari tentang pentingnya makna hidup untuk menjalankan hidup normal tanpa melanggar aturan-aturan yang berlaku terkhusus kesehatan dan ajaran agama. Oleh sebab itu, partisipasi dari semua komponen masyarakat sangat dibutuhkan, seperti peran orang tua, keluarga, dan konselor serta lembaga masyarakat lainnya.

Kata Kunci: analisis; meaning of life; covid-19

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has had many impacts on life physically and psychologically for a prolonged period of time, especially for people who have recovered from COVID-19. This research was conducted using a qualitative method with a phenomenological design which aims to find out how the meaning of life for people who have recovered from COVID-19. The subjects in this study were people who recovered from COVID-19, which were 4 people, namely 1 woman aged 23 years, and 3 men aged 23 years, 25 years and 22. The instruments used were interviews and observations, in which the data analyzed qualitatively. The results of this study indicate that people who recover from COVID-19 experience psychological disorders, such as stress, excessive worry and fear and feel bad in life and physically, such as not wanting to eat. However, with social support from family, friends, and the surrounding environment who have cared for it, the subject feels that his life is more meaningful, especially after being declared cured of COVID-19 so that the subject remains enthusiastic and more motivated to be able to live normally as before. In addition, people who have recovered from COVID-19 are aware of the importance of the meaning of life to lead a normal life without violating applicable regulations, especially health and religious teachings. Therefore, participation from all components of society is needed, such as the role of parents, families, counselors and other community institutions.

Keywords: analysis; smeaning of life, covid-19

PENDAHULUAN

Pada dasarnya, makna hidup ada dalam hidup itu sendiri, dan dapat ditemukan dalam setiap keadaan yang menyenangkan ataupun tidak menyenangkan, keadaan bahagia, dan pendesiritaan (Maqhfirah, 2018). Frankl (Arroisi dan Mukharom, 2021) menyatakan bahwa makna hidup selalu berubah namun tidak pernah bisa. Perubahan makna hidup ini seringkali disebut sebagai *ruptures of meaning* (Graham et al., 2017) yang terjadi melalui berbagai pengalaman sebelumnya (Zakaria et al., 2017) seperti perubahan waktu dan lingkungan, kepercayaan dan sikap seseorang terhadap sesuatu (Justitia et al., 2021) yang mana nantinya akan menjadi pedoman serta arah bagi individu untuk menjalani kehidupan mereka (Utami et al., 2017).

Kebermaknaan hidup dapat ditunjukkan dalam keinginan untuk berubah menjadi individu yang berguna bagi orang lain, terlepas dari apakah anak-anak, pasangan, keluarga dekat, jaringan publik dan individu yang mengejutkan, kondisi seperti tidak adanya minat, tidak adanya dorongan, memiliki sensasi kosong, merasa bahwa individu tidak memiliki alasan sepanjang kehidupan sehari-hari, merasa kekeurangan. Atinya kelelahan dan tanpaemosi serta renungan tentang kehancuran diri merupakan salah satu bentuk kemalangan atau penurunan makna hidup (Arista, 2017). Individu dapat berusaha untuk melengkapi dan memuaskan pentingnya tujuan hidup. Individu yang telah melakukan hal-hal terbaik yang seharusnya dilakukan dalam hidup dapat memberikan arti penting bagi kehidupan mereka (Wijayanti & Lailatushifah, 2012). Tujuan sering kali dilihat sebagai inti dari makna dalam hidup (Schnell, 2009). Manusia hidup memiliki tujuan dan yang dimotivasi oleh manusia menemukan makna dalam hidup mereka (Schulenberg et al., 2010).

Pentingnya mengetahui makna hidup (Jafaria et al., 2020). Setiap manusia memiliki hasrat untuk hidup bermakna dalam kehidupannya. Makna hidup dinilai penting dalam kehidupan setiap manusia karena hal tersebut memberikan suatu dorongan agar manusia dapat terus bertahan dalam hidupnya (Hapsari & Septiani, 2015). Kebermaknaan tersedia dan signifikan bagi keberadaan manusia, dan merupakan kewajiban setiap individu menemukan arti penting dalam hidupnya, bukan menempatkan atau menjadi penting dalam kehidupan sehari-hari saja (Putri & Ambarini, 2012). Dalam kondisi dan keadaan tanpa keputusan, orang sebenarnya memiliki kesempatan untuk melihat diri mereka sendiri dan

memilih mentalitas terhadap diri mereka sendiri dan keadaan apa pun yang terjadi pada mereka (Nolte, 2010). Kebermaknaan hidup berupa hal-hal yang ditemukan seseorang dalam hidup yang mempunyai nilai khusus bagi kehidupan individu, dengan adanya nilai khusus, maka makna hidup layak untuk dijadikan tujuan hidup bagi individu tersebut. Oleh sebab itu, makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang agar layak untuk dijadikan tujuan hidup (Priatama et al., 2019).

Pentingnya kehidupan mungkin merupakan bagian terbaik dari hipotesis Frankl yang paling penting, menjadi logoterapi spesifik, salah satu standar dan pendekatan eksistensial (Putri & Ambarini, 2012). Dalam logoterapi, cinta merupakan aspek esensial dari makna Hidup. Sederhananya, logoterapi berfokus pada nilai kesesuaian perilaku. Apakah orang menjalani hidup mereka dan membuat keputusan secara konsisten dengan nilai-nilai mereka? Logoterapi menyatakan bahwa jika orang membuat keputusan dan menjalani hidup sesuai dengan nilai mereka, lalu mereka cenderung menganggap hidup mereka bermakna (Schulenberg et al., 2010). Menurut teori eksistensial, manusia perlu percaya bahwa hidup itu berguna dan penting (Pines et al., 2011). Pentingnya hubungan dalam terapi eksistensial untuk dapat mengeksplorasi makna dalam hidup. Pendekatan eksistensial pada dasarnya membahas makna, kreativitas, dan cinta. Berdasarkan pendekatan eksistensial kita belajar untuk mengambil tanggung jawab hidup kita dan mengetahui bahwa pilihan kita menentukan takdir kita (Jafaria et al., 2020). Eksistensialisme adalah pendekatan filosofis. Eksistensialisme dapat mengeksplorasi kehidupan dan tantangannya, individu dan hubungan mereka dengan orang lain, proses kehidupan dari lahir sampai mati dan umumnya apa yang membentuk keberadaan seseorang (Jafaria et al., 2020).

Tingginya pencarian makna hidup dan rendahnya kemunculan makna hidup mengakibatkan depresi (Cohen & Cairns, 2010). Individu yang kehilangan makna hidupnya (*meaningless*) akan kehilangan harapan dan tujuan hidup (Argo et al., 2014). Jacobs et al mengemukakan bahwa adanya intervensi berbasis kesadaran dapat meningkatkan tingkat makna dalam hidup (Jacobs et al., 2010), dan membantu meringankan tekanan psikologis selama epidemi COVID-19. Kesadaran dan makna dalam hidup merupakan faktor pelindung untuk mengurangi atau menghilangkan dampak negatif epidemi

COVID-19 pada kesehatan mental individu (Y. Yu et al., 2020). Pandemi dikaitkan dengan peningkatan beban tekanan psikologis (Chao et al., 2020). Perhatian dan makna dalam hidup adalah faktor pelindung penting kesehatan mental dan makna dalam hidup dapat berfungsi sebagai mediator selama wabah COVID-19 saat ini (Y. Yu et al., 2020). Sejumlah besar penelitian telah dilakukan untuk memahami efek psikologis dari bencana, termasuk wabah epidemik (Xiang et al., 2020). Makna dalam hidup mempengaruhi kesehatan psikologis (Brassai et al., 2011).

Kehadiran rasa akan makna dalam hidup telah dikaitkan dengan berbagai domain kesejahteraan di seluruh rentang hidup (M. A. Steger et al., 2009) termasuk kesehatan fisik dan mental yang lebih baik (Kim et al., 2012; M. F. Steger & Kashdan, 2009). Hubungan yang kuat telah terungkap antara makna hidup dan hasil kesehatan mental (Doğan et al., 2012). Sebagaimana diungkapkan oleh Sherman et al bahwa makna hidup dapat mempengaruhi kesehatan (Sherman et al., 2010; Sherman & Simonton, 2012). Akan tetapi, tidak secara langsung mempengaruhi kesehatan (Setyarini & Atamimi, 2011). Saat ini, khususnya dalam keadaan yang masih pandemi COVID-19 tidak hanya mempengaruhi kesehatan fisik, tetapi juga kesehatan mental, yang mengakibatkan masalah tidur, depresi, dan stres traumatis. Salah satu penelitian yang dilakukan oleh Nowicki et al bahwa pada periode tekanan psikologis yang intens terkait epidemi COVID-19 menunjukkan gejala stres traumatis (Nowicki et al., 2020).

Semakin jauh berkembang dan dampak kritis dari infeksi virus di bagian kehidupan masyarakat Indonesia, menjaga kesehatan psikologis dalam kondisi prima adalah kebutuhan mutlak (Buana, 2020). Salah satu dampak jangka panjang Covid-19 yang menjadi semakin nyata adalah efeknya pada fungsi kognitif, bahkan pada mereka yang memiliki gejala ringan (Nugraha et al., 2020). Salah satunya pasien yang sembuh dari Covid-19 memiliki beberapa keluhan pada daya ingat (Ratmadewi et al., 2021). Menjadi orang yang pernah dinyatakan terinfeksi covid-19 serta

membutuhkan waktu lama untuk pulih membuat pasien merasa asing ketika kembali ke lingkungan masyarakat. Ditambah dengan pandangan masyarakat yang tidak semuanya positif. Hal ini menjadikan pasien merasa tidak percaya diri untuk berbaur di masyarakat seperti sebelumnya dan memerlukan adaptasi kembali (Aslamiyah & Nurhayati, 2021).

Victor Frankl menjelaskan bahwa seseorang akan senang ketika dia merasakan pentingnya dalam hidupnya. Jika dikaitkan dengan pandemi virus covid-19, maka pada saat itu ada baiknya masyarakat memikirkan dan menguraikan sisi positif dari kehadiran virus tersebut. Setiap individu akan menjadi lebih sadar akan substansi kehidupan, sehingga beberapa saat kemudian mereka dapat bertindak lebih baik. Dari hal-hal tersebut, masyarakat akan berada dalam kondisi tenang dan siap meskipun dengan adanya pandemi ini. Demikian juga, orang-orang juga akan lebih siap dan lebih membunsi dalam mengelola peristiwa traumatis lainnya dikemudian hari (Calhoun et al., 2010), khususnya bagi pasien covid-19 yang telah sembuh. Sehubungan dengan hal itu, artikel ini akan menganalisis *meaning of life* (makna hidup) terhadap pasien yang telah sembuh dari covid-19.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain fenomenologis yang bertujuan untuk memahami dan menggambarkan sebuah fenomena spesifik yang mendalam dan diperolehnya esensi dari pengalaman hidup subyek pada suatu fenomena (Yuksel & Yildirim, 2015). Penelitian dimulai dengan menyusun asumsi dasar, aturan berpikir yang diterapkan secara sistematis dalam pengumpulan dan pengolahan data untuk memberikan penjelasan serta argumentasi. Dalam penelitian ini, menggunakan instrumen berupa wawancara dan observasi. Berkaitan dengan hal itu, penelitian ini akan melihat bagaimana *meaning of life* orang yang sembuh covid-19. Adapun subyek dalam penelitian ini adalah orang yang sembuh dari covid-19 yaitu berjumlah 4 orang, seperti yang terlihat pada tabel 1.

Tabel 1. Subjek Penelitian

Inisial	Jenis Kelamin	Umur	Pekerjaan	Waktu Menderita Covid-19	Waktu Sembuh
PP	P	23	-	2020	2021
R	L	23	Pegawai PT	2020	2021
E	L	25	-	2020	2020
WW	L	22	-	2020	2020

HASIL DAN PEMBAHASAN

Makna hidup menunjukkan bahwa dalam makna hidup terkandung juga tujuan hidup, yakni hal-hal yang perlu dicapai dan dipenuhi (Maqhfirah, 2018). Kepuasan hidup yang lebih besar, lebih bahagia, dan depresi yang rendah dijumpai pada individu yang telah memiliki makna hidup yang kuat (Park et al., 2008). Makna hidup tersebut dapat diperoleh melalui upaya sendiri ataupun hasil memanfaatkan dan memperoleh dukungan dari lingkungan sosial (Priatama et al., 2019). Baik itu kesejahteraan spiritual maupun makna dalam hidup tampaknya menjadi faktor pelindung potensial terhadap tekanan psikologis di akhir kehidupan. Karena faktor penentu non-fisik memainkan peran utama dalam membentuk kualitas hidup di akhir kehidupan (Bernard et al., 2017).

Pencarian makna dapat mengarah pada peningkatan keberadaan makna, yang menunjukkan hubungan dinamis antara pencarian makna dan keberadaan makna sebagai salah satu komponen dari psikologis (M. F. Steger & Kashdan, 2007). Sebagaimana dikemukakan oleh King et al bahwa kapasitas untuk merasakan makna dalam hidup merupakan aspek penting dari kesejahteraan psikologis, aspek yang sangat menonjol bagi dewasa muda saat mereka bertransisi ke peran baru dan membangun masa depan pribadi mereka sebagai orang dewasa. Makna dalam hidup melibatkan pemahaman tentang seseorang terutama bagaimana arah dan nilai yang dimiliki oleh seseorang dalam hidupnya (King et al., 2016; M. A. Steger et al., 2009; Zhong et al., 2019). Lebih lanjut Steger et al membedakan dua komponen makna dalam hidup (M. F. Steger et al., 2006). Aspek pertama, *presence of meaning*, menunjukkan apakah individu memandang hidup mereka sebagai sesuatu yang penting dan bertujuan. Istilah ini mengacu pada pemahaman diri sendiri dan lingkungan. Dunia pembulatan, termasuk pemahaman tentang bagaimana seseorang cocok ke dunia (King et al., 2006; M. F. Steger et al., 2008). Aspek kedua, *search for meaning*, mengacu pada kekuatan, intensitas, dan aktivitas dari upaya orang untuk membangun atau meningkatkan pemahaman mereka memahami arti dan tujuan hidup mereka (M. F. Steger et al., 2008).

Dalam kehidupan ini terdapat tiga bidang kegiatan yang secara potensial mengandung nilai-nilai yang memungkinkan seseorang menemukan makna hidup didalamnya apabila nilai-nilai itu diterapkan dan dipenuhi (Maqhfirah, 2018). Frankl mengemukakan bahwa pentingnya kebermakna

hidup terdiri dari tiga ide utama, khususnya (Nolte, 2010):

1. Nilai Kreatif

Nilai kreatif adalah nilai yang diperoleh melalui komitmen individu sepanjang kehidupan sehari-hari dan juga dapat terdiri dari komitmen yang disebabkan oleh seseorang yang menyebabkan orang tersebut merasa bahwa orang tersebut adalah bagian dari kehidupan yang signifikan.

2. Nilai Penghayatan

Nilai penghayatan sering disinggung sebagai hadiah yang didapat sepanjang kehidupan sehari-hari. Dengan bersungguh-sungguh dan baik hati, orang bisa merasakan makna. Nilai penghayatan juga diperoleh dari bagaimana orang mengetahui dan menguraikan apa yang sudah ada.

3. Nilai Sikap

Nilai bersikap diidentifikasi dengan nilai yang dialami oleh orang-orang karena perilaku mereka sepanjang kehidupan sehari-hari dan nilai ini sangat penting dalam pengalaman bertahan dalam kondisi yang tidak dapat dihindari.

Sehubungan dengan hal tersebut, terungkap bahwa dari hasil wawancara yang dilakukan secara langsung dan melalui via telpon terhadap subyek penelitian diketahui faktor penyebab subyek dinyatakan positif covid-19 setelah peneliti bertanya "Apa yang menyebabkan anda bisa terdampak covid-19?" jawaban dari PP "Waktu itu teman saya pulang dari perantauan nah dia pergi lah kerumah saya tujuannya untuk menjalin silaturahmi, padahal keluarga saya yang lain tidak terpapar tapi mungkin fisik saya yang lemah jadi saya yang terpapar." (Wawancara PP 22- Mei-2021), lalu Jawaban R "Terkena covid di karenakan saudara kandung di kos terdampak positif covid juga, dan dia terdampak karena rekan kerjanya di kantor " (Wawancara R 10- Mei-2021), Kemudian Jawaban E "Karna gejala yang saya alami" (Wawancara E 22- Mei-2021), dan Jawaban WW "Awalnya saya pergi bersama keluarga teman saya, dari salah satu mereka ternyata ada yg terpapar covid19" (Wawancara WW 23- Mei-2021). Pernyataan dari PP, R, E dan WW mengenai faktor penyebab subyek terpapar covid-19 berbeda-beda, kemungkinan PP terpapar covid melalui temannya yang baru pulang dari perantauan dan kondisi fisik saat itu sedang lemah, R melalui saudara kandung yang awalnya didapat dari rekan kerjanya di kantor, E merasa terpapar covid melalui gejala yang ia alami tanpa tahu darimana ia terpapar sedangkan WW ketika pergi

bersama keluarga temannya. Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara tentang:

1. Makna Hidup

Dalam hal ini, terungkap bahwa ketika peneliti bertanya “bagaimana anda memaknai hidup dalam kehidupan sehari-hari anda?” jawaban dari PP, “Ya, dengan bersyukur serta menjalani kehidupan secara normal tanpa melanggar norma dan agama.” (Wawancara PP 22- Mei-2021), lalu Jawaban R, “Dengan mensyukuri apa yg ada dan hidup penuh makna itu berarti kita mempunyai suatu tujuan tertentu dalam hidup saya” (Wawancara R 10- Mei-2021), Kemudian Jawaban E, “Memaknai hidup dalam kehidupan sehari-hari yang saat ini? Seperti sebelumnya ada peraturan kesehatan kita jauhi lah kerumunan supaya kita terhindar dari itu semua, dan juga bersyukur masih diberikan kehidupan” (Wawancara E 22- Mei-2021), dan Jawaban WW, “Ya, dengan cara bersyukur dan menjalankan aturan perintah tuhan” (Wawancara WW 23- Mei-2021).

Pernyataan dari PP, R, E dan WW diketahui bahwa cara subyek memaknai hidupnya adalah dengan bersyukur, tidak melanggar norma hukum dan agama, serta memiliki tujuan yang jelas. Rochmawati & Febriana menjelaskan bahwa makna hidup mempunyai arti yang berbeda pada setiap individu tergantung dari sudut pandang tertentu individu melihat dan mengartikan tentang kehidupannya. Dengan adanya harapan dan tujuan hidup, akan ada upaya untuk melakukan kegiatan yang berguna bagi dirinya dan orang lain sehingga terhindar dari rasa bosan, hampa, putus asa, tidak berdaya, merasatidak berguna dan dapatmeningkatkan harga diri (Rochmawati & Febriana, 2017).

2. Suasana Hati (Perasaan)

Pandemi covid-19 sangat mempengaruhi suasana hati, tidur dan menyebabkan stres. Ketakutan dan kecemasan tentang penyakit covid-19 dapat menimbulkan emosi yang berlebihan, terutama yang menderita penyakit kronis (Amelia et al., 2021). Suasana hati dan emosi yang berkaitan dengan kesehatan mental merupakan faktor penting dalam menjalankan segala aktivitas manusia. Kestabilan emosi dan mood individu dipengaruhi oleh faktor keturunan, lingkungan dan keadaan saat ini (Rifani & Rahadi, 2021). Dalam hal ini, terungkap ketika peneliti bertanya,

“Bagaimana cara abg untuk membangkitkan semangat, sehingga bisa menjalani kehidupan seperti sedia kala sebelum terpapar covid?” jawaban dari PP, “Tentunya, dibantu oleh keluarga serta berserah diri kepada allah swt dan juga memotivasi diri agar tidak mudah putus asa” (Wawancara PP 22- Mei-2021), lalu Jawaban R, “Dengan adanya orang sekitar yg tetap memberikan dukungan dan tetap peduli dengan keadaan kita dengan dukungan orang tua, teman mensupport saya” (Wawancara R 10- Mei-2021), Kemudian Jawaban E, “Ya kita ngak boleh stres kita harus tetap semangat, kita apa namanya itu kalau kita pernah mengalami atau kita bisa melihat bagaimana cara pengobatan gimana cara supaya kita bisa kembali apa negatif dari covid 19, jadi kita ngikutin kayak rajin olahraga makan yang teratur alhamdulillah kemaren itu jadi ada sisi positifnya untuk hidup sehat kuncinya kita ngak boleh panik, jika kita panik maka apapun yang kita kerjakan kita ngak akan fokus.” (Wawancara E 22- Mei-2021), dan Jawaban WW, “Tentunya, dengan tidak memikirkan masalah2 yang ada pada sebelumnya” (Wawancara WW 23- Mei-2021).

Artinya, PP, R, E dan WW menyadari bahwa pentingnya dukungan dari keluarga, teman, dan orang-orang sekitarnya sehingga tidak mudah menjadi putus asa ketika positif covid-19 dan berusaha untuk tetap berpikir secara tenang, tidak panik agar tidak stress serta mengikuti peraturan yang diberlakukan terutama pada saat masih terdampak covid-19. Sehubungan dengan hal itu, Rifani & Rahadi mengemukakan beberapa cara sederhana yang bisa dilakukan setiap hari untuk menjaga semangat tetap stabil yaitu (Rifani & Rahadi, 2021):

- a. Mengenali diri sendiri dengan mengetahui apa yang membuat diri sendiri merasa bahagia, senang, tenang dan nyaman.
- b. Selalu bersyukur dengan hal apapun yang dialami setiap saat dan selalu melihat dari sudut pandang positif setiap hal apapun yang di alami.
- c. Menyibukkan diri dengan hal-hal yang produktif sesuai dengan hobi.
- d. Berada dilingkungan orang-orang yang positif.

3. Menghargai Makna Hidup

Situasi yang kurang menguntungkan yang dialami oleh individu mampu

menyebabkan hilangnya tujuan hidup (Utami et al., 2017). Dalam hal ini, terungkap ketika peneliti bertanya “Apakah sekarang anda sudah menyadari bahwa hidup itu punya makna?” jawaban dari PP, “Sudah, saya sangat menyadari sekali bahwa hidup itu punya makna dan hidup itu sangat berharga” (Wawancara PP 22- Mei-2021), lalu Jawaban R, “Sudah, sadar ketika kita menyadari bahwa orang di sekeliling kita masih peduli terhadap kita dari orang-orang baik dari keadaan kita” (Wawancara R 10- Mei-2021), Kemudian Jawaban E, “Iya tentu menyadari karna memang sangat penting bagi saya.” (Wawancara E 22- Mei-2021), dan Jawaban WW, “Sudah, seperti yg saya ucapkan tadi, dengan penyakit ini menyadarkan saya tentang pentingnya kesehatan dalam kehidupan” (Wawancara WW 23- Mei-2021).

Artinya, pengalaman PP, R, E dan WW setelah terpapar covid-19 menjadikan subyek lebih menghargai kehidupan dengan cara menjaga kesehatan salah satunya, dan merasakan masih banyak orang yang peduli ketika subyek mengalami musibah.

4. Dukungan Sosial

Thoits mengungkapkan bahwa lingkungan di sekitar individu berperan dalam memberikan bantuan sosial, seperti pasangan, keluarga, teman atau sahabat, serta jaringan yang berbeda (Almasitoh, 2011) untuk kesejahteraan mental menghadapi pandemi virus Covid-19. Apabila dukungan sosial tidak ada dan tidak pantas maka dapat menimbulkan kecemasan (Santoso, 2020). Dalam hal ini, terungkap ketika peneliti bertanya “Bagaimana dukungan sosial anda saat tau anda terpapar covid-19 sampai sembuh?” jawaban dari PP, “Dukungan sosial seperti dari keluarga sangat memberikan support kepada saya terutama ibu dan ayah saya sangat peduli kepada saya serta lingkungan sekitar juga” (Wawancara PP 22- Mei-2021), lalu Jawaban R “Ini sangat mempengaruhi, sebab dukungan dari orang terdekat yg membuat kita termotivasi untuk sembuh dari sakit, utk dukungan lainya juga ada seperti : memberikan sembako dan makanan ke rumah”(Wawancara R 10- Mei-2021), Kemudian Jawaban E “Alhamdulillah banyak yang peduli dengan saya dan tidak di jauhi oleh org banyak karna saya tinggal dimesjid banyak jamaah yg nanya kesehatan saya.” (Wawancara E 22- Mei-2021), dan Jawaban WW “Dukungan sosial seperti dari

keluarga sangat memberikan support kepada saya” (Wawancara WW 23- Mei-2021).

Secara keseluruhan, PP, R, E dan WW mendapatkan dukungan sosial dari keluarga, dan orang terdekat lainnya, seperti mendapatkan makanan dan peduli terhadap kesehatan subyek. Yu et al mengklarifikasi bahwa orang-orang tetap berhubungan dengan teman atau keluarga selama pandemi covid-19 dapat bekerja dengan bantuan ramah dan kesejahteraan mental (H. Yu et al., 2020). Dalam hal ini, dukungan sosial teman adalah pemberian dan penerimaan bantuan, kesepakatan bersama, penghargaan dan penguatan bersama individu dalam situasi yang sama melalui bantuan persekutuan, kasih sayang, berbagi dan saling memberikan bantuan mental (Mead et al., 2001). Sedangkan keluarga merupakan lingkungan terdekat individu dan memiliki ikatan yang kuat antar individu, dapat saling mempengaruhi, baik secara nyata maupun mental (Rustina, 2014). Adapun hasil konstruktif dari dukungan sosial dapat memberikan kepastian/keyakinan diri, kenyamanan, merasakan arah sepanjang hidup dan keamanan sehari-hari dan dapat mengurangi berbagai tekanan mengembangkan lebih lanjut metode untuk mengatasi stress dan bekerja untuk kepuasan pribadi (Santoso, 2020).

5. Dampak Secara Fisik dan Psikologis

Pandemi virus covid-19 yang terjadi di seluruh wilayah bumi ini mempengaruhi semua bagian dari keberadaan manusia. Jumlah korban virus covid-19 yang mengalami peningkatan tajam, telah menyebabkan perubahan gaya hidup yang tiba-tiba, membuat banyak orang tidak siap untuk berubah dan menyesuaikan diri. Hal ini menyebabkan timbulnya perasaan stress, takut dan stress pada individu tertentu (Santoso, 2020). Melalui penelitian ini, terungkap ketika peneliti bertanya “Apa dampak yang dirasakan setelah dinyatakan positif covid?” jawaban dari PP “Lebih kepada stress, dan ketakutan yang berlebihan karena positif covid” (Wawancara PP 22- Mei-2021), lalu Jawaban R “lebih mengetahui mana yg baik dan buruk untuk kehidupan, seperti lebih menjaga kesehatan pola makan dan lebih mendekat ke agama” (Wawancara R 10- Mei-2021), Kemudian Jawaban E “Bercampur stres percaya atau tidak terkena” (Wawancara E 22- Mei-2021),

dan Jawaban WW “*Saya merasa stress, tidak nafsu makan, dan sedih serta tidak semangat hidup*” (Wawancara WW 23- Mei-2021).

Pernyataan dari PP, E dan WW menjelaskan bahwa subyek ketika terpapar covid merasa stress, takut yang berlebihan, bahkan ada yang sampai tidak nafsu makan dan tidak memiliki semangat hidup. Berbeda dengan R yang merasa bahwa yang ia alami membuatnya tersadar untuk bisa lebih menjaga kesehatan melalui pola makan salah satunya dan mendekatkan diri kepada agama. Dalam hal ini, Brooks et al menjelaskan bahwa kesusahan dan kecemasan adalah reaksi normal terhadap situasi yang mengancam dan tidak terduga seperti pandemi covid-19. Kemungkinan reaksi yang berhubungan dengan stres sebagai respons terhadap pandemi covid-19 dapat mencakup perubahan konsentrasi, iritabilitas, kecemasan, insomnia, berkurangnya produktivitas, konflik antarpribadi, memiliki hasil psikologis negatif, lebih meningkatkannya gejala stress, perasaan kesepian, dan ketakutan terinfeksi (Brooks et al., 2021) kembali, khususnya bagi orang yang sembuh dari covid-19.

6. Pikiran

Stigma dan diskriminasi sosial sendiri menjadialah satu dampak dari fenomena penyebaran covid-19 ini. Rasa takut yang berlebihan yang mana berasal dari masyarakat tentu dapat menyebabkan berbagai penolakan, dengan dirinya memiliki riwayat positif terinfeksi oleh satu virus yang serius tersebut tentu akan menyengsarakan penderitanya (Azizah et al., 2020). Berkenaan dengan hal itu, terungkap ketika peneliti bertanya “Apakah setelah anda dinyatakan positif covid-19 anda berfikir bahwa makna hidup anda sudah hilang atau sebaliknya?” jawaban dari PP, “*Disaat itu saya merasa makna hidup saya sudah hilang namun karena keluarga saya selalu membarikan saran, semangat saja kembali bersemangat dan saya berfikir bahwa makna hidup saya masih ada*” (Wawancara PP 22- Mei-2021), lalu Jawaban R “*Tidak, karena tau covid ini angka sembuh nya tinggi dibanding yg tidak, dan orang terdekat juga yg masih selalu support kepada kita*” (Wawancara R 10- Mei-2021), Kemudian Jawaban E “*Tidak. Khawatir iya jika ada jamaah yang kena karna sebelum tes ada akhtifitas dengan org*” (Wawancara E 22- Mei-2021), dan Jawaban WW “*Saya merasa down dan saya merasa*

sedih dengan keadaan saya pada saat itu” (Wawancara WW 23- Mei-2021).

Pernyataan dari PP, dan R diketahui bahwa dengan dukungan yang diterimanya menjadikan PP, dan R kembali bersemangat dan dapat memaknai kehidupannya. Berbeda dengan E yang lebih merasa khawatir terhadap orang yang pernah berinteraksi dengannya sedangkan WW menjadi merasa sedih dengan keadaannya saat itu. Lebih lanjut Collins menjelaskan bahwa dukungan merupakan salah satu sistem yang paling signifikan yang terkait dengan mengelola tekanan (Collins, 2008). Untuk situasi ini, pasien covid-19 terlepas dari apakah dinyatakan positif atau tidak, tidak berdaya melawan bahaya penyakit dan masalah kesejahteraan emosional yang tinggi. Merak mungkin juga menghadapi ketakutan akan penularan dan penyebaran infeksi (Rosyanti & Hadi, 2020) pada keluarga, teman (Ichwanhaq, 2021) dan masyarakat sekitarnya yang pernah berinteraksi sebelumnya, khususnya bagi orang yang sembuh dari covid-19.

7. Hubungan

Ketakutan akan virus ini justru akan memberikan pengaruh yang berbeda terhadap hubungan sosial yang ada dan tidak menutup kemungkinan bahwa ancaman virus corona ini tidak hanya akan merenggut kesehatan seseorang tetapi juga merenggut rasa sosial kita terhadap sesama. Ketidakmampuan dalam mengelola rasa curiga, takut, dan sikap over-protektif memiliki potensi untuk merusak hubungan sosial dengan individu lain. Dalam perspektif sosiologi kesehatan, kondisi sehat jika secara fisik, mental, spritual maupun sosial dapat membuat individu menjalankan fungsi sosialnya (Sumandiyar & Nur, 2020). Dalam penelitian ini, terungkap ketika peneliti bertanya “Bagaimana hubungan dengan orang tua, teman kerja/sekolah dan lingkungan sekitar saat anda terkena covid-19?” jawaban dari PP “*Hubungan dengan keluarga baik-baik saja, dan teman-teman saja juga tidak ad yang menjauh malah mereka memberikan saya support yang besar kepada saya*” (Wawancara PP 22- Mei-2021), lalu Jawaban R “*Untuk orang terdekat masih peduli kepada kita, disinj kita mengetahui mana orang yg tetap peduli dengan kita mana yg tidak*” (Wawancara R 10- Mei-2021), Kemudian Jawaban E “*Alhamdulillah tetap*

baik, malahan mereka mensupport untuk sembuh.” (Wawancara E 22- Mei-2021), dan Jawaban WW *“Hubungan dengan keluarga baik-baik saja, dan teman-teman saya juga mensupport keadaan saya pada saat itu.”* (Wawancara WW 23- Mei-2021).

Pernyataan PP, R, E dan WW dapat dimaknai bahwa subyek tidak dijauhi oleh orang terdekatnya, melainkan subyek mendapatkan dukungan untuk segera sembuh dari covid-19. Azizah et al berpendapat bahwa dukungan serta perhatian secara emosional dari orang-orang terdekat seperti keluarga, sahabat, tetangga, dan sebagainya akan menimbulkan perasaan nyaman dan aman sehingga dapat mempengaruhi fungsi sosial di masyarakat (Azizah et al., 2020), khususnya bagi orang yang sembuh dari covid-19.

Sehubungan dengan itu, kejadian depresi, kecemasan dan masalah psikologis meningkat pada saat pandemi covid-19 (Amelia et al., 2021). Menurut Saputra (2020) rasa cemas dan khawatir terjadi karena terbentur dengan sebuah peristiwa yang menakutkan. Pasien covid-19 yang mengalami peningkatan dapat menimbulkan berbagai permasalahan, termasuk gejala gangguan kesehatan mental (Ichwanhaq, 2021). Pada umumnya dukungan dari sesama (Rosyanti & Hadi, 2020), tindakan nyata, dan informasi sangat dibutuhkan (Kundari et al., 2020), terutama bagi orang yang sembuh dari covid-19 untuk mencegah dari ancaman kesehatan mental (Santoso, 2020). Dalam hal ini, pentingnya melibatkan peran-peran dari pihak terkait diantaranya:

Pertama, tugas orang tua dalam mendidik anak-anaknya tentang dampak virus covid-19 dan acara pencegahannya, mengendalikan anak melalui manajemen, bekerja sama dengan instruktur untuk mengawasi latihan mengajar dan belajar anak-anak menanamkan nilai karakter dalam menyikapi pandemi virus covid-19 (Syahputra, 2020) dan memberikan semangat berupa motivasi bagi anak yang pernah terinfeksi covid.

Kedua, keluarga sebagai salah satu kontrol sosial dalam menghadapi pandemi covid-19 dapat mengintruksikan individu-individunya, untuk membantu strategi otoritas publik Republik Indonesia dengan beribadah di rumah, *telecommuting* dan belajar dari rumah (Syahputra, 2020).

Ketiga, konselor dapat memberikan layanan yang tepat bagi yang terkena dampak dari covid-19. Rosyanti & Hadimenjelaskan bahwa

menjelaskan bahwa persyaratan metode psikoterapi, misalnya bergantung pada model variasi tekanan. Mediasi mental menunjuk ke arah mengelola tantangan kesejahteraan emosional yang muncul dari cedera atau pertemuan yang mengecewakan sebagai masalah mental yang terjadi karena aktivitas atau kelambanan yang mengabaikan moral atau kode moral individu dan persyaratan untuk syafaat dan pendekatan yang akan menjunjung tinggi sentimen, kekhawatiran tentang kesejahteraan yang dekat dengan rumah, ketakutan menularkan penyakit dan mengirimkannya ke keluarga atau orang lain, pelepasan, sensai, kerentanan, demonisasi sosial dan merasa tidak aman (Rosyanti & Hadi, 2020).

Keempat, kelompok masyarakat tersebut dapat berperan sebagai item sekaligus subjek untuk penanganan covid-19. Kerja sama masyarakat pada hakikatnya merupakan keinginan yang sungguh-sungguh dari daerah setempat untuk membantu penanggulangan penularan yang terjadi di daerah masing-masing agar penyebaran virus covid-19 tidak semakin meluas. Kerja sama kelompok masyarakat yang hebat dalam menengani penyebaran virus covid-19 tentunya dilakukan dengan sengaja, dengan alasan bahwa setiap individu merasa memiliki kewajiban mengenai premi normal dan otoritas publik tidak dapat bekerja sendiri, namun membutuhkan perhatian dari seluruh lapisan masyarakat, termasuk tokoh agama, tokoh masyarakat dan lembaga masyarakat lainnya. (Mulyadi, 2020).

PENUTUP

Meaning of life atau makna hidup merupakan nilai-nilai yang dirasakan penting, benar, berharga dan sangat berarti bagi kehidupan pribadi untuk dapat memaknai keberadaannya dalam hidup sertamemberikan nilai khusus bagi seseorang yang berfungsi sebagai motivasi untuk mencari dan mencapai tujuan dalam hidup. Dalam hal ini, terutama pada pasien covid-19 yang telah sembuh. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa orang yang sembuh dari covid-19 awalnya tidak nafsu makan, mengalami stres, takut, sedih, khawatir kehidupan akan berakhir, dan keluarga yang lain ikut terpapar covid-19, serta merasa menjadi buruk dalam kehidupannya. Akan tetapi, dengan adanya dukungan sosial dari keluarga, teman, maupun lingkungan sekitar yang telah peduli menjadikannya tetap semangat dan termotivasi. Hal tersebut membuat mereka menyadari pentingnya memiliki makna hidup, salah satunya dengan cara menjalankan kehidupan normal tanpa melanggar peraturan.

Berkenaan dengan hal itu, pentingnya melibatkan peran-peran dari berbagai pihak guna meningkatkan *meaning of life* bagi orang yang sembuh dari covid-19, diantaranya *Pertama*, orang tua dapat memberikan edukasi kepada anak-anak mereka tentang dampak covid-19 dan cara mencegahnya, mengendalikan anak melalui pengawasan serta memberikan semangat berupa motivasi bagi anak yang pernah terinfeksi covid; *Kedua*, keluarga sebagai salah satu kontrol sosial dalam menghadapi pandemi covid-19 dapat mengintruksikan anggotanya, untuk membantu pendekatan otoritas publik Republik Indonesia dengan beribadah di rumah, *telecommuting* dan belajar dari rumah; *Ketiga*, konselor dapat memberikan layanan yang tepat bagi yang terkena dampak dari covid-19; *Keempat*, kelompok masyarakat tersebut dapat berperan sebagai item sekaligus subjek untuk penanganan covid-19 dengan alasan pemerintah tidak dapat bekerja namun membutuhkan kerja sama dari semua bagian masyarakat, termasuk tokoh agama, tokoh masyarakat dan lembaga masyarakat lainnya.

REFERENSI

- Almasitoh, U. H. (2011). Stres kerja ditinjau dari konflik peran ganda dan dukungan sosial pada perawat. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Islam*, 8(1), 63–82. <https://doi.org/10.18860/psi.v0i1.1546>
- Amelia, W., Despitari, L., Alisa, F., Sari, E., Lidya, Lativa, N., Yulianti, D., Heldayanti, R., & Awaliyah, P. (2021). Hubungan stres dengan kualitas tidur pada pasien kanker yang menjalani kemoterapi pada saat pandemi Covid-19 Di Rsup Dr. M.Djamil Padang. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(2), 122–130.
- Argo, A. R. B., Karyono, & Kristiana, I. F. (2014). Kebermaknaan hidup mantan punkers: Studi kualitatif fenomenologis. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(1), 93–101. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/download/8069/6620>
- Arista, D. (2017). Kebermaknaan hidup dan religiusitas pada mantan narapidana kasus pembunuhan (di kabupaten Paser). *Psikoborneo*, 5(3), 602–619. http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2017/11/JURNAL_DWI_ARISTA_11-27-17-03-00-11.pdf
- Arroisi, J., & Mukharom, R. A. (2021). Makna Hidup Perspektif Victor Frankl: Kajian Dimensi Spiritual dalam Logoterapi. *Tajdid*, 20(1), 91–115.
- Aslamiyah, S., & Nurhayati. (2021). Dampak covid-19 terhadap perubahan psikologis, sosial dan ekonomi pasien covid-19 di Kelurahan Dendang, Langkat, Sumatera Utara. *Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 56–69.
- Azizah, A., Taftazani, B. M., & Humaedi, S. (2020). Upaya peningkatan keberfungsian sosial terhadap eks pasien covid-19. *Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), 371–376.
- Bernard, M., Strasser, F., Gamondi, C., Braunschweig, G., Forster, M., Kaspers-Elekes, K., Walther Veri, S., & Borasio, G. D. (2017). Relationship between spirituality, meaning in life, psychological distress, wish for hastened death, and their influence on quality of life in palliative care patients. *Journal of Pain and Symptom Management*, 1–5. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2017.07.019>
- Brassai, L., Piko, B. F., & Steger, M. F. (2011). Meaning in life: Is it a protective factor for adolescents' psychological health? *Int.J. Behav. Med*, 18, 44–51. <https://doi.org/10.1007/s12529-010-9089-6>
- Brooks, S., Amlot, R., Rubin, G. J., & Greenberg, N. (2021). Psychological resilience and post-traumatic growth in disaster-exposed organisations: Overview of the Literature. In *King's College London*.
- Buana, D. R. (2020). Analisis perilaku masyarakat Indonesia dalam menghadapi pandemi virus corona (Covid-19) dan kiat menjaga kesejahteraan jiwa. *SALAM; Jurnal Sosial & Budaya Syar-I*, 7(3), 217–226.
- Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Cann, A., & Hanks, E. a. (2010). Positive outcomes following bereavement: Paths to posttraumatic growth. *Psychologica Belgica*, 50, 125–143.
- Chao, M., Chen, X., Liu, T., Yang, H., & Hall, B. J. (2020). Psychological distress and state boredom during the COVID-19 outbreak in China: The role of meaning in life and media use. *European Journal of Psychotraumatology*, 11, 2–7. <https://doi.org/10.1080/2008198.2020.1769379>
- Cohen, K., & Cairns, D. (2010). Is searching for meaning in life associated with reduced subjective and psychological well-being? *International Journal of Existential Psychology & Psychotherapy*, 3(1), 1–5.
- Collins, S. (2008). Statutory social workers: Stress, job satisfaction, coping, social support and individual differences. *British Journal of Social Work*, 38, 1173–1193. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcm047>
- Doğan, T., Sapmaz, F., Tel, F. D., Sapmaz, S., & Temizel, S. (2012). Meaning in life and subjective well-being among Turkish University Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 55, 612–617. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.09.543>
- Graham, K. L., Morse, J. L., O'Donnell, M. B., & Steger, M. F. (2017). Repairing meaning, resolving rumination, and moving toward self-forgiveness. In *In Handbook of the psychology of self-forgiveness*. Springer International Publishing AG. https://doi.org/10.1007/978-3-319-60573-9_7
- Hapsari, I. I., & Septiani, S. R. (2015). Kebermaknaan hidup pada wanita yang belum memiliki anak

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

- tanpa disengaja (involuntary childless). *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 4(2), 90–100.
- Ichwanhaq, S. S. (2021). Kesehatan mental pada petugas kesehatan yang menangani pasien covid-19: A systematic review. *Jurnal Empati*, 10(03), 156–166.
- Jacobs, T. L., Epel, E. S., Lin, J., Blackburn, E. H., Wolkowitz, O. M., Bridwell, D. A., Zanesco, A. P., Aichele, S. R., Sahdra, B. K., MacLean, K. A., King, B. G., Shaver, P. R., Rosenberg, E. L., Ferrer, E., Wallace, B. A., & Saron, C. D. (2010). Intensive meditation training, immune cell telomerase activity, and psychological mediators. In *Psychoneuroendocrinology*. Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2010.09.010>
- Jafaria, M. R. D., Aghaeib, A., & Rad, M. R. (2020). Existential humanistic therapy with couples and its effect on meaning of life and love attitudes. *The American Journal of Family Therapy*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/01926187.2020.1770142>
- Justitia, D., Neviyarni, S., & Syukur, Y. (2021). Studi Meta Analisis Kebermaknaan Hidup Single Parent. *Psychocentrum Review*, 3(1), 96-104.
- Kim, E. S., Sun, J. K., Park, N., Kubzansky, L. D., & Peterson, C. (2012). Purpose in life and reduced risk of myocardial infarction among older U.S. adults with coronary heart disease: A two-year follow-up. In *J Behav Med*. <https://doi.org/10.1007/s10865-012-9406-4>
- King, L. A., Heintzelman, S. J., & Ward, S. J. (2016). Beyond the search for meaning: A contemporary science of the experience of meaning in life. *Current Directions in Psychological Science*, 25(4), 211–216. <https://doi.org/10.1177/0963721416656354>
- King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J. L., & Del Gaiso, A. K. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(1), 179–196. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.90.1.179>
- Kundari, N. F., Hanifah, W., Azzahra, G. A., Islam, N. R. Q., & Nisa, H. (2020). Hubungan dukungan sosial dan keterpaparan media sosial terhadap perilaku pencegahan covid-19 pada komunitas wilayah jabodetabek tahun 2020. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 30(4), 281–294.
- Maqhfirah, D. (2018). Makna hidup pada wanita dewasa yang terlambat menikah. *Jurnal Diversita*, 4(2), 109–118.
- Mead, S., Hilton, D., & Curtis, L. (2001). Peer support: A theoretical perspective. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 25(2), 134–141. <https://doi.org/10.1037/h0095032>
- Mulyadi, M. (2020). Partisipasi masyarakat dalam penanganan penyebaran covid-19. *Bidang Kesejahteraan Sosial*, XII(8), 13–18.
- Nolte, C. B. (2010). *Meaning in life and sense of coherence in HIV-positive adults*. Nelson Mandela Metropolitan University.
- Nowicki, G. J., Ślusarska, B., Tucholska, K., Naylor, K., Chrzan-Rodak, A., & Niedorys, B. (2020). The severity of traumatic stress associated with COVID-19 pandemic, perception of support, sense of security, and sense of meaning in life among nurses: Research protocol and preliminary results from Poland. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 2–18. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186491>
- Nugraha, B., Wahyuni, L. K., Laswati, H., Kusumastuti, P., Tulaar, A. B., & Gutenbrunner, C. (2020). Covid-19 pandemic in Indonesia: Situation and challenges of rehabilitation medicine in Indonesia. *Acta Medica Indonesiana*, 52(3), 299–305.
- Park, C. L., Malone, M. R., Suresh, D. P., Bliss, D., & Rosen, R. I. (2008). Coping, meaning in life, and quality of life in congestive heart failure patients. *Qual Life Res*, 17, 21–26. <https://doi.org/10.1007/s11136-007-9279-0>
- Pines, A. M., Neal, M. B., Hammer, L. B., & Ickson, T. (2011). Job burnout and couple burnout in dual-earner couples in the sandwiched generation. *Social Psychology Quarterly*, 74(4), 361–386. <https://doi.org/10.1177/0190272511422452>
- Priatama, R. P., Supenawinata, A., & Hidayat, I. N. (2019). Makna hidup dibalik seni tradisional: Studi fenomenologi kebermaknaan hidup seniman Sunda. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 2(1), 43–64. <https://doi.org/10.15575/jpib.v2i1.2949>
- Putri, P. K., & Ambarini, T. K. (2012). Makna hidup penderita Skizofrenia pasca rawat inap. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 1(03), 118–123.
- Ratmadewi, N. M. G. S., Laksono, R. D., & Huwae, L. B. S. (2021). Gangguan kognitif pada pasien pasca sembuh dari covid-19. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 6(6), 2936–2945.
- Rifani, D. A., & Rahadi, D. R. (2021). Ketidakstabilan emosi dan mood masyarakat dimasa pandemi covid-19. *Jurnal Manajemen Bisnis*, 18(1), 22–34.
- Rochmawati, D. H., & Febriana, B. (2017). Efektifitas logoterapi dalam meningkatkan konsep diri dan kemampuan memaknai hidup pada lansia. *Jurnal Perawat Indonesia*, 1(1), 26–31.
- Rosyanti, L., & Hadi, I. (2020). Dampak psikologis dalam memberikan perawatan dan layanan kesehatan pasien COVID-19 pada tenaga profesional kesehatan. *HIJP: Health Information Jurnal Penelitian*, 12(1), 107–130.
- Rustina. (2014). Keluarga dalam kajian sosiologi. *Musawa*, 6(2), 287–322.
- Santoso, M. D. Y. (2020). Review article: Dukungan sosial dalam situasi pandemi covid-19. *In Press Jurnal Litbang Sukowati*, 5(1), 11–26. <https://doi.org/10.32630/sukowati.v5i1.184>
- Saputra, T. A. (2020). Bentuk Kecemasan dan Resiliensi Mahasiswa Pascasarjana Aceh-Yogyakarta dalam Menghadapai Pandemi Covid-19. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 6(1), 55–61.
- Schnell, T. (2009). The sources of meaning and meaning

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

- in life questionnaire (SoMe): Relations to demographics and well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 483–499. <https://doi.org/10.1080/17439760903271074>
- Schulenberg, S. E., Schnetzer, L. W., Winters, M. R., & Hutzell, R. R. (2010). Meaning-centered couples therapy: Logotherapy and intimate relationships. *J Contemp Psychother*, 40, 95–102. <https://doi.org/10.1007/s10879-009-9134-4>
- Setyarini, R., & Atamimi, N. (2011). Self-esteem dan makna hidup pada pensiunan pegawai negeri sipil (PNS). *Jurnal Psikologi*, 38(2), 176–184.
- Sherman, A. C., & Simonton, S. (2012). Effects of personal meaning among patients in primary and specialized care: Associations with psychosocial and physical outcomes. *Psychology and Health*, 27(4), 475–490. <https://doi.org/10.1080/08870446.2011.592983>
- Sherman, A. C., Simonton, S., Latif, U., & Bracy, L. (2010). Effects of global meaning and illness-specific meaning on health outcomes among breast cancer patients. *J Behav Med*, 33, 364–377. <https://doi.org/10.1007/s10865-010-9267-7>
- Steger, M. A., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). Meaning in life across the life span: Levels and correlates of meaning in life from emerging adulthood to older adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 4(1), 43–52. <https://doi.org/10.1080/17439760802303127>
- Steger, M. F., Frazier, P., Kaler, M., & Oishi, S. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Steger, M. F., & Kashdan, T. B. (2007). Stability and specificity of meaning in life and life satisfaction over one year. *Journal of Happiness Studies*, 8, 161–179. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9011-8>
- Steger, M. F., & Kashdan, T. B. (2009). Depression and everyday social activity, belonging, and well-being. *Journal of Counseling Psychology*, 56(2), 289–300. <https://doi.org/10.1037/a0015416>
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality*, 76(2), 200–228. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2007.00484.x>
- Sumandiyar, A., & Nur, H. (2020). Membangun hubungan sosial masyarakat di tengah pandemi covid-19 di Kota Makassar. *Prosiding Seminar Nasional Problematika Sosial Pandemi Covid-19 “Membangun Optimisme Di Tengah Pandemi Covid-19,”* 74–81.
- Syahputra, M. C. (2020). Pendidikan orang tua terhadap anak dalam menyikapi pandemi covid-19. *Equalita*, 2(1), 59–66.
- Utami, S., Mar’at, S., & Suryadi, D. (2017). Peranan logoterapi terhadap pencapaian makna hidup wanita dewasa awal (Studi pada wanita dewasa awal yang terdiagnosa HIV karena tertular suami). *Jurnal Muara Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 1(1), 160–170. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i1.346>
- Wijayanti, A., & Lailatushifah, S. N. F. (2012). Kebermaknaan hidup dan kecemasan terhadap kematian pada orang dengan diabetes melitus. *Insight*, 10(1), 49–63.
- Xiang, Y. T., Yang, Y., Li, W., Zhang, L., Zhang, Q., Cheung, T., & Ng, C. H. (2020). Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet Psychiatry*, 7, 228–229. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30046-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30046-8)
- Yu, H., Li, M., Li, Z., Xiang, W., Yuan, Y., Liu, Y., Li, Z., & Xiong, Z. (2020). Coping style, social support and psychological distress in the general Chinese population in the early stages of the COVID-19 epidemic. *BMC Psychiatry*, 20(426), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02826-3>
- Yu, Y., Yu, Y., & Li, B. (2020). Effects of mindfulness and meaning in life on psychological distress in Chinese university students during the COVID-19 epidemic: A chained mediation model. *Asian Journal of Psychiatry*, 53, 102211. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102211>
- Yuksel, P., & Yildirim, S. (2015). Theoretical Frameworks, Methods and Procedures for Conducting Phenomenological Studies in Educational Settings. *Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry*, 6(1).
- Zakaria, S. M., Ab. Kadir, N. B., & Subhi, N. (2017). Selarilah makna kepuasan hidup daripada perspektif wanita pertengahan usia bekerja di Hulu Langat dengan perspektif Islam? *Akademika*, 87(2), 119–131. <https://doi.org/10.17576/akad-2017-8702-09>
- Zhong, M., Zhang, Q., Bao, J., & Xu, W. (2019). Relationships between meaning in life, dispositional mindfulness, perceived stress, and psychological symptoms among chinese patients with gastrointestinal cancer. *The Journal OfNervous and Mental Disease*, 207, 34–37. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000922>