

**RESILIENSI PADA PENYINTAS  
COVID-19**

**SKRIPSI**



**OLEH:**

**Allin Yosephina Matutina**

**NRP 7103018157**

**Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
2021**

**RESILIENSI PADA PENYINTAS  
COVID-19**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Psikologi



OLEH:  
Allin Yosephina Matutina  
NRP 7103018157

Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
2021

## **SURAT PERNYATAAN**

Bersama ini, saya:

Nama : Allin Yosephina Matutina

NRP : 7103018157

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

### **RESILIENSI PADA PENYINTAS COVID-19**

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun. Apabila pada kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiat atau hasil dari manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan, pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, dan permohonan maaf kepada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran dalam membuatnya.

Surabaya, 21 November 2021

Yang membuat pernyataan,



Allin Yosephina Matutina

## **SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Dengan perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Allin Yosephina Matutina

NRP : 7103018157

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

### **RESILIENSI PADA PENYINTAS COVID-19**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 21 November 2021  
Yang membuat pernyataan,



Allin Yosephina Matutina

# HALAMAN PERSETUJUAN

## SKRIPSI

### RESILIENSI PADA PENYINTAS COVID-19

OLEH:

Allin Yosephina Matutina

NRP 7103018157

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi.

Pembimbing I : Dr. Yettie Wandansari, M.Si., Psikolog



Pembimbing II : Sylvia K. Ngonde, M.Si.



Surabaya, 21 November 2021



## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan  
memperoleh gelar Sarjana Psikologi



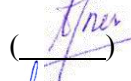


Pada tanggal 24 November 2021

Mengesahkan  
Fakultas Psikologi,  
Dekan,



(Agnes Maria Sumargi, Ph. D., Psikolog)

Dewan Penguji:

1. Ketua : Agustina Engry, M.Psi., Psikolog (  )
2. Sekretaris : Made D. Rama A., M.Psi., Psikolog (  )
3. Anggota : Agnes Maria Sumargi, Ph. D., Psikolog (  )
4. Anggota : Dr. Yettie Wandansari, M.Si., Psikolog (  )
5. Anggota : Sylvia K. Ngonde, M.Si. (  )

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

**Skripsi ini saya persembahkan untuk:**

**Kemuliaan Nama Tuhan yang Agung dan Kudus**

**Mama, Cellin, Bapa  
Ema Betan, Nene Pa, Opa  
Saudara dan Sahabat**

**serta  
Pasien COVID-19 yang masih berjuang untuk sembuh**

## HALAMAN MOTTO

*“There is always another way  
when you are in trouble,  
God never leave you.”*

- Anonim-

**“Bertekunlah dalam berusaha,  
Ketekunan tidak memungkiri banyaknya keberhasilan.”**

- Anonim -

*“Egal was passiert,  
alles hat einen Sinn und  
man muss immer das positive sehen,  
sonst macht man sich nur selber fertig.”*

- Caramellaaa -



## UNGKAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini merupakan suatu perjalanan yang panjang dan dapat terlaksana berkat kerja sama dan pengertian dari banyak pihak. Oleh karena itu, maka sudah sepatutnya peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. **Tuhan Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang**, yang telah memberikan kelimpahan berkat dan roh kudus kepada peneliti untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini.
2. **Ibu Agnes Maria S., Ph. D., Psikolog** selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, yang telah mengizinkan peneliti untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. **Ibu Y. Yettie Wandansari, M.Si.** selaku Dosen Pembimbing 1, yang selalu sabar dalam membimbing dan dapat menenangkan ketika ada kekhawatiran pada peneliti. Terima kasih juga untuk sikap kritis, kejelian, dan teratur yang menimbulkan banyak pembelajaran baru bagi peneliti.
4. **Ibu Sylvia K Ngonde, M.Si.** selaku Dosen Pembimbing 2, terima kasih sudah memberikan *insight* kepada peneliti hingga dapat menemukan topik penelitian ini. Terima kasih juga karena telah membimbing dengan sabar dan selalu memberikan dukungan.
5. **Ibu Agustina Engry, M.Psi, Psikolog** selaku ketua penguji, dan **Ibu Agnes Maria S., Ph. D., Psikolog** selaku anggota penguji yang telah memberikan masukan untuk menyempurnakan skripsi ini.
6. **Bpk. Johannes Dicky Susilo, M.Psi.** selaku Dosen Pembimbing Akademik, terima kasih untuk perhatian dan nasihat selama peneliti berkuliah.
7. **Ibu Dr. F. Dessi Christanti, M.Si.** dan **Bpk. Gratianus Edwi Nugrohadi, SS., M.A** yang telah memberikan gambaran yang lebih mendalam terkait penelitian kualitatif.
8. **Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya**, yang telah mendidik, membagikan informasi dan ilmu pengetahuan, pengalaman, dan dukungan selama peneliti berkuliah.

9. **Karyawan Tata Usaha Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya**, yang selalu bersedia untuk memberikan informasi dan membantu berkas administrasi peneliti selama perkuliahan.
10. **Orang tua; Mama dan Bapa**, terima kasih untuk segalanya yang tidak akan cukup dituliskan di sini. *Ein Leben ohne euch, wie ein Ende ohne Anfang, wie ein tag ohne Licht.*
11. **Informan penelitian A, B, dan C**, terima kasih sudah bersedia terlibat dan menjadi narasumber dalam penelitian ini. Segala nasihat akan selalu diingat dan dilakukan. *Go survivor go!*
12. **Adik Cellin Clara Matutina**, *24/7 support system, my alarm*. Terima kasih selalu siap-sedia menemani peneliti dalam keadaan apapun. “Lapor Komandan, tugas saya sudah selesai. Apakah saya punya hak untuk beristirahat?”
13. **Tiga Significant Others**, yang sudah bersedia terlibat dalam penelitian ini untuk memberikan data tambahan dan konfirmasi terkait pengalaman informan penelitian.
14. **Bapa Iku-Mama Nely dan Om Richard-Mama Oa**, terima kasih sudah menjadi orang tua kedua yang selalu mendukung peneliti. Dengan cara selalu bertanya terkait progres membuat penulis bersemangat untuk maju. Terima kasih untuk doa dan dukungan.
15. **Tante Uli**, yang selalu menyemangati dan dengan tulus berada disamping peneliti dalam suka dan duka. Skripsi ini juga sebagai tanda terima kasih karena telah merawat peneliti sedari kecil hingga saat ini.
16. **Kakak Viona Tukan**, yang telah menjadi pendengar segala keluhan peneliti. Terima kasih atas sumbangan informasi terkait tips untuk menyelesaikan skripsi ini.
17. **Sahabat Olga Penaten Demon**, orang terdekat yang *connect* dalam segala hal. Terima kasih untuk kehebohan yang menyenangkan, untuk selalu mengerti tanpa dibicarakan, untuk selalu ada disaat yang tepat, untuk energi positif yang selalu dibagikan, dan untuk kehadiran yang sangat berarti dalam penyelesaian skripsi ini.

18. Grup GIBAH (Kartini, Riany, Dessy, Ema), Iga Tokan, Titin Natalia, serta rekan-rekan di perkuliahan yang telah membantu dengan caranya masing-masing dari awal perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini.
19. Keluarga besar Psymagz Edisi 30 & 31, UKM Petugas Liturgi 2018/2019, JarVis 2018/2019, Wimagz Edisi 13 & 14, BPMF Psikologi 2019/2020, BPMF Psikologi 2002/2021 yang telah menerima peneliti menjadi bagian dari kalian. Banyak cinta yang peneliti terima untuk tumbuh dan berkembang.
20. Ince, Takeshy, Rossi, Vita, Eni, dan masih banyak sahabat yang tidak dapat dituliskan satu persatu. Terima kasih selalu mendukung sejak zaman SMA hingga kini.

## DAFTAR ISI

Halaman Judul .....	i
Surat Pernyataan .....	ii
Halaman Persetujuan .....	iv
Halaman Pengesahan .....	v
Halaman Persembahan .....	vi
Halaman Motto .....	vii
Ungkapan Terima Kasih .....	viii
Daftar Isi .....	xi
Daftar Tabel .....	xiii
Daftar Bagan .....	xiv
Daftar Lampiran .....	xv
Abstrak .....	xvi
<i>Abstract</i> .....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang Penelitian .....	1
1.2. Fokus Penelitian .....	15
1.3. Tujuan Penelitian .....	15
1.4. Manfaat Penelitian .....	15
1.4.1. Manfaat Teoritis .....	15
1.4.2. Manfaat Praktis .....	15
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>17</b>
2.1. Kajian Literatur Seputar Fenomena COVID-19 .....	17
2.2. Kajian Literatur Resiliensi .....	20
2.3. Keterkaitan COVID-19 dan Resiliensi .....	23
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
3.1. Pendekatan Dalam Penelitian .....	25
3.2. Informan Penelitian .....	26
3.2.1. Karakteristik Informan Penelitian .....	26
3.3. Metode Pengumpulan Data .....	27
3.3.1. Pedoman Wawancara .....	28
3.4. Teknik Analisis Data .....	34
3.5. Validitas Penelitian .....	35

3.6. Etika Penelitian .....	36
<b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>38</b>
4.1. Persiapan Penelitian.....	38
4.1.1. Persiapan Peneliti.....	38
4.1.2. Perijinan Penelitian.....	40
4.2. Proses Pengambilan Data.....	44
4.2.1. <i>Setting</i> dan <i>Timing</i> Lapangan Penelitian.....	45
4.3. Hasil Penelitian.....	56
4.3.1. Pengolahan Data Informan A.....	56
4.3.2. Pengolahan Data Informan B.....	106
4.3.3. Pengolahan Data Informan C.....	138
4.4. Hasil Pengolahan Data Ketiga Informan .....	163
4.4.1. Deskripsi Bagan Perbandingan .....	168
4.5. Validitas Penelitian.....	170
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>172</b>
5.1. Pembahasan Hasil Penelitian.....	172
5.2. Refleksi Penelitian.....	180
5.3. Simpulan.....	182
5.4. Saran .....	183
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>186</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>196</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1. Data Jumlah Kasus COVID-19 di Indonesia.....	2
Tabel 1.2. Data Jumlah Kasus COVID-19 di NTT.....	4
Tabel 3.1. <i>Guideline Interview</i> .....	30
Tabel 4.1. Jadwal Wawancara Informan A .....	45
Tabel 4.2. Jadwal Wawancara Informan B .....	49
Tabel 4.3. Jadwal Wawancara Informan C .....	53
Tabel 4.4. Kategorisasi Tema Informan A .....	57
Tabel 4.5. Kategorisasi Tema Informan B .....	107
Tabel 4.6. Kategorisasi Tema Informan C .....	139
Tabel 4.7. Kesamaan Ketiga Informan .....	163
Tabel 4.8. Perbedaan Ketiga Informan .....	166

## DAFTAR BAGAN

Bagan 4.1. Hasil Pengolahan Data Informan A.....	102
Bagan 4.2. Hasil Pengolahan Data Informan B.....	134
Bagan 4.3. Hasil Pengolahan Data Informan C .....	156
Bagan 4.4. Perbandingan Data Ketiga Informan.....	167



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Pengukuran Kriteria Informan .....	196
Lampiran Kesiediaan Informan Terlibat dalam Penelitian .....	205
Lampiran Keabsahan Data .....	208

Allin Yosephina Matutina. (2021). “Resiliensi Pada Penyintas COVID-19.” **Skripsi Sarjana Strata 1**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

## ABSTRAK

Penyakit COVID-19 membawa perubahan dalam berbagai aspek, termasuk mental. Berbagai permasalahan kesehatan mental muncul pada pasien COVID-19. Adanya permasalahan kesehatan mental memunculkan respon resiliensi. Dengan demikian, resiliensi akan membantu penyembuhan pasien COVID-19. Penelitian ini mengkaji secara ilmiah terkait resiliensi penyintas COVID-19. Resiliensi merupakan kemampuan untuk menghadapi dan menaklukkan tantangan. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan wawancara mendalam pada tiga informan yang merupakan penyintas COVID-19. Penelitian ini menggunakan teknik purposif untuk menentukan informan penelitian. Teknik analisis data yakni *theory-led thematic analysis*, dan menerapkan validitas komunikatif dan validitas argumentatif. Hasil analisis data menunjukkan ketiga informan melalui tiga tahapan yang sama, yaitu masa isolasi awal, masa awal terkonfirmasi COVID-19, dan masa perawatan sebagai proses munculnya resiliensi. Resiliensi pada ketiga informan tergambar dengan adanya aspek *emotion regulation, impulse control, optimism, causal analysis, empathy, self efficacy*, dan *reaching out*. Adapun terdapat faktor risiko dan faktor protektif yang mempengaruhi munculnya resiliensi. Faktor risiko internal meliputi kepribadian yang sensitif, cenderung memendam pemikiran dan perasaan, serta mudah memunculkan emosi marah. Selain itu, ada pula perilaku menonton dan mendengarkan berita COVID-19, serta ketergantungan pada orang lain. Faktor risiko eksternal yaitu pengucilan, pengabaian, tanggapan lingkungan yang negatif, dan minimnya pengetahuan lingkungan terkait COVID-19. Sementara itu, faktor protektif hadir untuk meminimalisir dampak negatif faktor risiko, seperti kepribadian yang senang bekerja dan berani, kebiasaan membaca buku dan mencari informasi penanganan COVID-19, motivasi untuk sembuh, dan *belief* yang dianut. Faktor protektif eksternal yaitu keberadaan keluarga sebagai *support system* utama, dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informatif, dan nilai budaya Lamaholot.

**Kata kunci:** resiliensi, penyintas COVID-19

Allin Yosephina Matutina. (2021). “*Resilience in COVID-19 Survivors.*” **Undergraduate Thesis.** Faculty of Psychology, Widya Mandala Catholic University Surabaya.

### **ABSTRACT**

*COVID-19 disease brings changes in various aspects, including mental. Various mental health problems arise in COVID-19 patients. Mental health problems elicit resilience responses. Thus, resilience will help the healing of COVID-19 patients. This study examined scientifically related to the resilience of COVID-19 survivors. Resilience is the ability to face and conquer challenges. The research method used is a case study with in-depth interviews on three informants who are COVID-19 survivors. The study used purposive techniques to determine research informants. Data analysis technique used are theory-led thematic analysis, and apply data were validated with communicative validity and argumentative validity. The results of the data analysis showed that the three informants went through similar process contains three periode, namely the initial isolation period, the initial period confirmed COVID-19, and the treatment period as a process of resilience formation. Resilience in the three informants is illustrated by aspects of emotion regulation, impulse control, optimism, causal analysis, empathy, self efficacy, and reaching out. There are risk factors and protective factors that affect the appearance of resilience. Internal risk factors include sensitive personality, tending to harbor thoughts and feelings, and easy to elicit angry emotions. In addition, there is also the behavior of watching and listening to COVID-19 news, as well as dependence on others. External risk factors are exclusion, neglect, negative environmental responses, and lack of environmental knowledge related to COVID-19. Meanwhile, protective factors are present to minimize the negative impact of risk factors, such as personality who likes to work and dare, habits of reading books and looking for information on handling COVID-19, motivation to recover, and belief embraced. External protective factors are the existence of the family as the primary support system, emotional support, instrumental support, informative support, and Lamaholot cultural values.*

**Keywords:** *resilience, COVID-19 survivors*