

Spirituality as a Coping Mechanism Among Women After Parental Loss Due to Covid-19: A Case Study from a Sufi Perspective

Spiritualitas sebagai Mekanisme Koping Perempuan Pasca Kematian Orang Tua akibat Covid-19: Studi Kasus Perspektif Tasawuf

Rafiq Tri Belan Harjuna^{1*}, Gusman²

¹Magister Profesi Psikologi, Universitas Sumatera Utara, Indonesia

²Balai Diklat Keagamaan Palembang, Indonesia

*Email: rafiqbelan5@gmail.com

Abstract

This study aims to explore the role of spirituality in facilitating psychological adjustment and coping among women who lost their parents due to the Covid-19 pandemic. Employing a qualitative approach with a case study method, the research involved three female participants aged 20–40 who experienced the loss of one or both parents during the pandemic. Data were collected through in-depth interviews and analyzed using thematic coding. The findings reveal that spirituality significantly contributes to psychological resilience by fostering inner connection, social awareness, and transcendental experiences. From a Sufi perspective, the participants' experiences reflect spiritual stages (maqāmāt), such as patience (ṣabr), acceptance (riḍā), and trust in God (tawakkul), which enhanced their emotional stability and helped them cope with grief. The study concludes that spirituality—both theistic and non-theistic—functions as an adaptive coping mechanism, promoting psychological recovery and resilience. It is recommended that grief-support interventions integrate spiritual approaches, particularly in culturally and religiously diverse contexts, to support emotional healing after trauma.

Keywords: Covid-19; grief; spirituality; sufi psychology; parental loss; women

Article history: Submission Date: October 10, 2024 Revised Date: March 14, 2025 Accepted Date: June 21, 2025

PENDAHULUAN

Keputusan Presiden Nomor 12 tahun 2020 menetapkan bahwa Covid-19 di Indonesia termasuk sebagai bencana non-alam yang menyebabkan meningkatnya jumlah korban dan kerugian materil yang besar (Satgas Covid-19, 2020). Data tingkat kematian akibat Covid-19 terus mengalami peningkatan. Pada awal Maret 2020, kasus pertama korban meninggal dikonfirmasi pada 12 Maret 2020, dan hingga 1 Oktober 2022, jumlah korban meninggal telah mencapai 158.122 jiwa, dengan mayoritas korban berusia 30 hingga 60 tahun (Satgas Covid-19, 2021). Rentang usia ini didominasi oleh individu yang menyandang status sebagai orang tua (Dewi, 2013), sehingga banyak anak yang kehilangan salah satu atau kedua orang tua mereka akibat pandemi ini.

Bagi sebagian masyarakat, menerima kenyataan kehilangan akibat wabah Covid-19 merupakan hal yang sulit (Prihantika et al., 2020). Pandemi telah merenggut kebahagiaan banyak individu yang kehilangan orang terkasih secara tiba-tiba. Widyataqwa dan Rahmasari (2021) menemukan bahwa kehilangan anggota keluarga akibat Covid-19 menyebabkan stres berat yang berkepanjangan, dengan respons psikologis seperti kemarahan, kesedihan mendalam, rasa bersalah, kebingungan, serta perasaan tidak berdaya karena tidak dapat menemani atau memberikan dukungan langsung bagi anggota keluarga yang terisolasi sebelum meninggal.

Fenomena kematian merupakan bagian dari siklus kehidupan manusia yang tak terhindarkan. Dalam berbagai budaya dan agama, kematian memiliki makna filosofis dan spiritual yang berbeda. Santrock (2019) menjelaskan bahwa kematian adalah tahap akhir perkembangan kehidupan manusia, yang secara biologis menandakan akhir dari eksistensi fisik, namun dalam konteks spiritual, masih dipandang sebagai kelanjutan kehidupan dalam dimensi lain. Dalam tradisi Islam, khususnya dalam tasawuf, kematian dipandang sebagai takdir ilahi yang harus diterima dengan kesabaran dan keyakinan bahwa kehidupan setelah kematian lebih bermakna (Karim, 2015).

Kehilangan orang tua merupakan salah satu bentuk stres berat yang dapat memicu permasalahan psikologis serius, termasuk depresi dan gangguan stres pasca-trauma (Troy & Mauss, 2011; Keyes et al., 2014). Dalam konteks gender, penelitian menunjukkan bahwa perempuan lebih rentan mengalami dampak psikologis yang lebih berat dibandingkan laki-laki ketika menghadapi peristiwa kehilangan. Lempang et al. (2021) mengemukakan bahwa perempuan lebih sensitif dalam merespons stres dan lebih berisiko mengalami depresi akibat pengalaman traumatis, termasuk kematian orang tua.

Dalam menghadapi kehilangan, spiritualitas sering kali menjadi mekanisme utama individu untuk memperoleh ketenangan dan menerima takdir. Koenig (2012) menyatakan bahwa spiritualitas berperan sebagai sumber daya psikologis yang dapat menetralkan emosi negatif dan meningkatkan kesejahteraan mental. Spiritualitas dalam konteks psikologi agama merujuk pada pengalaman subjektif individu dalam memahami makna kehidupan, hubungan dengan Tuhan, serta cara individu mengatasi penderitaan. Sementara dalam perspektif tasawuf, spiritualitas dipahami sebagai jalan untuk mendekatkan diri kepada Tuhan melalui kesabaran, dzikir, dan tawakal, yang pada akhirnya memberikan ketenangan batin dalam menghadapi ujian hidup, termasuk kehilangan orang tua (Tisdell, 2003).

Meezenbroek et al. (2012) mengembangkan konsep spiritualitas yang mencakup tiga dimensi utama: (1) keterhubungan dengan Tuhan atau dimensi transendental, (2) keterhubungan dengan diri sendiri, dan (3) keterhubungan dengan lingkungan sekitar. Keterhubungan dengan Tuhan, yang sering ditemukan dalam penelitian terkait kehilangan dan duka, memainkan peran penting dalam memberikan rasa aman, perlindungan, dan ketenangan batin bagi individu yang mengalami kesedihan akibat kematian orang tua (Ramadhan & Ardias, 2019; Vastya et al., 2021). Aktivitas-aktivitas spiritual seperti ibadah, doa, dan refleksi diri dapat membantu individu dalam mengelola emosi negatif dan mengembangkan mekanisme koping yang lebih adaptif dalam menghadapi stres dan kehilangan.

Pendekatan spiritualitas dalam penelitian ini menggunakan perspektif non-teistik, yang memungkinkan eksplorasi spiritualitas secara lebih luas tanpa terbatas pada doktrin agama tertentu (McSherry & Cash, 2004; Moberg, 2002). Pendekatan ini relevan dalam konteks Indonesia yang memiliki keberagaman keyakinan, sehingga spiritualitas dapat dipahami sebagai pengalaman universal yang tidak hanya terkait dengan agama, tetapi juga dengan makna personal yang dirasakan individu.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, penelitian ini akan menjawab pertanyaan berikut:

1. Bagaimana spiritualitas pada wanita pasca kematian orang tua akibat Covid-19?
2. Bagaimana spiritualitas mempengaruhi kondisi psikologis wanita pasca kematian orang tua akibat Covid-19?

Penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam bagaimana spiritualitas, khususnya dalam tiga dimensinya, berperan dalam menghadapi kehilangan orang tua akibat Covid-19. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif, penelitian ini akan mengeksplorasi pengalaman subjektif individu dalam mengelola duka melalui spiritualitas secara lebih komprehensif (Poerwandari, 2017).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami pengalaman subjektif individu yang mengalami kehilangan orang tua akibat COVID-19 dalam konteks spiritualitas dan dimensi psikologis yang terkait. Studi kasus dipilih karena memungkinkan pemahaman mendalam mengenai fenomena tertentu dalam kehidupan individu secara utuh dan kontekstual (Poerwandari, 2017). Pemilihan metode ini bertujuan untuk menggali bagaimana spiritualitas berperan dalam membantu individu mengatasi dampak psikologis dari kehilangan.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Poerwandari, 2017). Kriteria partisipan dalam penelitian ini adalah:

1. Wanita berusia 20 hingga 40 tahun.
2. Mengalami kehilangan orang tua akibat COVID-19.
3. Bersedia untuk berbagi pengalaman mengenai spiritualitas mereka dalam menghadapi kehilangan.

Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah tiga orang wanita yang memenuhi kriteria tersebut. Pemilihan jumlah partisipan yang terbatas ini didasarkan pada prinsip penelitian kualitatif yang lebih menekankan pada kedalaman data dibandingkan kuantitas partisipan. Dalam studi kasus, jumlah partisipan yang lebih sedikit memungkinkan eksplorasi pengalaman secara lebih rinci dan mendalam (Poerwandari, 2017).

Penelitian ini menggunakan teknik wawancara mendalam dan observasi sebagai metode utama dalam pengumpulan data. Wawancara yang digunakan adalah wawancara semi-terstruktur dengan pendekatan wawancara informal, di mana peneliti memiliki pedoman wawancara yang fleksibel untuk mengeksplorasi pengalaman partisipan secara lebih luas dan mendalam (Poerwandari, 2017). Data penelitian dianalisis dengan mengorganisasikan data, koding, analisis tematik, pengujian terhadap dugaan dan terakhir interpretasi. Hasil penelitian diolah dalam bentuk penjabaran, dianalisa, dan diinterpretasi berdasarkan keterangan masing-masing responden. Kemudian, hasil analisis data dipetakan menggunakan teori. Proses analisis data dilakukan dengan *data coding* (mengkoding data). Pengkodean data dilakukan untuk memudahkan peneliti dalam mengorganisir, menganalisa dan menginterpretasikan data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

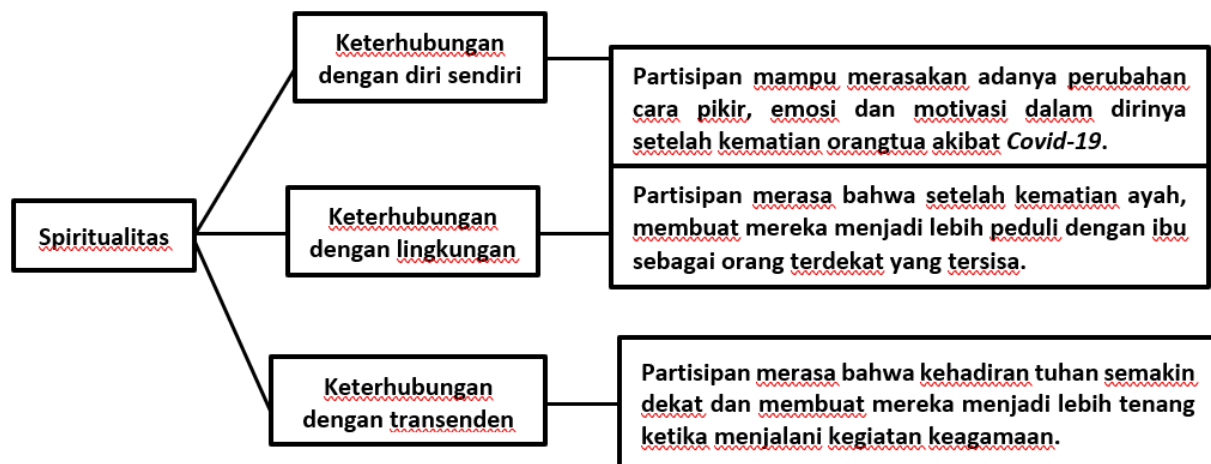
Tabel 1
Hasil rekapitulasi data wawancara dan analisis temuan

Auto-anamnesa	P1	P2	P3
Awal mula terkena Covid-19	• Demam bergilir antar anggota keluarga • Ayah terkena Demam dan semakin memburuk • Dibawah kerumah sakit karena khawatir • Beberapa setelah masuk rumah sakit, keluarga mendengar kabar bahwa ayahnya sudah meninggal	• Berangkat ke Jogja, tiba-tiba badan ayah P2 tidak fit • Tetap melakukan perjalanan via darat menuju Jogja • Sesampainya dijogja, ayah P2 & P3 memeriksakan diri • Pihak rumah sakit mengisolasi ayah P2 & P3 • Dirujuk ke rumah sakit lain karena masalah kelengkapan alat medis • Beberapa hari setelahnya kondisi makin memburuk • ayah P2 & P3 tidak tertolong	• Berangkat ke Jogja, tiba-tiba badan ayah P3 tidak fit • Tetap melakukan perjalanan via darat menuju Jogja • Sesampainya dijogja, ayah P2 & P3 memeriksakan diri • Pihak rumah sakit mengisolasi ayah P2 & P3 • Dirujuk ke rumah sakit lain karena masalah kelengkapan alat medis • Beberapa hari setelahnya kondisi makin memburuk • Pihak rumah sakit meminta keputusan untuk dilakukan Tindakan terakhir • Dan ternyata ayah P2 & P3 tidak tertolong
Respon psikologis ketika menghadapi kematian orangtua terkena Covid-19	• Timbul tekanan dan Memunculkan emosi negatif berupa sedih, menangis tidak terima dan menyangkal	• Bingung tidak, tidak percaya dan tidak bisa berbuat apa-apa	• Merasa tidak percaya dan langsung memeluk baju ayah yang ada didalam lemari
Dampak sosial yang diterima	• Kemudian mendapat diskriminasi dari lingkungan sekitar dan mendapat peringatan dari pihak rumah sakit • Semakin sedih dan kesal	• Dicari-cari pihak rumah sakit • Tidak dapat melihat proses penguburan jenazah ayah • Merasa ketakutan	• Dicari-cari pihak rumah sakit • Tidak dapat melihat proses penguburan jenazah ayah • Merasa marah dan sedih
Setelah melalui 1-2 tahun peristiwa kematian orangtua akibat Covid-19			
Keterhubungan dengan Diri Sendiri	• Memahami perubahan emosi yang terjadi, sekarang lebih emosional, mudah menangis jika	• Menyadari akan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya	• Menyadari adanya perubahan emosi setelah

Auto-anamnesa	P1	P2	P3
	melihat sesuatu yang memicu kesedihan • lebih pendiam, tidak seboh dulu • mulai menyadari tanggungjawab sebagai anak, banyak membantu pekerjaan dirumah dan menjadi kaki kanan ibu dirumah, karena peran ayah dirumah sudah tidak ada • menjadi lebih mandiri dan memiliki keyakinan yang kuat akan diri sendiri	• Kemandirian yang menurun, karena biasanya almarhum ayah suka mengingatkan • Memahami perubahan emosi yang terjadi dalam diri. P1 mengaku lebih sensitif, sering teringat, dan mudah menangis sendiri • Memiliki keyakinan, optimis dan penerimaan • Menunjukkan adanya penurunan motivasi untuk menyelesaikan tugas perkuliahan, karena bergantung kepada ayah	menghadapi peristiwa kematian orangtua • Tidak bisa diteriaki dengan nada yang tinggi, karena P3 teringat bahwa sosok ayah yang biasanya baik terhadapnya, tidak terbiasa melihat perilaku kasar • Sadar bahwa masalah perkuliahan tetap menjadi masalah perkuliahan, masalah emosional tidak turut andil mempengaruhi masalah perkuliahan • Lebih bisa mengevaluasi kembali apa yang harusnya dilakukan dan tidak
Keterhubungan dengan Lingkungan	• Memiliki kepekaan untuk membantu ibu mengurus keponakan • Memilih untuk berhenti kerja, karena sering pulang malam dan ibu dirumah tidak ada yang menemani • Memiliki kebiasaan bersih-bersih dirumah lebih sering dibanding sebelum ayah meninggal, karena biasanya ayah suka membersihkan kamarnya. sekarang sudah punya kesadaran sendiri untuk membersihkan rumah	• Lebih peduli dengan Ibu, karena P2 sadar bahwa ibu merasa kesepian setelah ayah meninggal • Lebih berhati-hati dalam berinteraksi dengan orang yang tidak begitu dekat • Ibu salah satu sumber penguat P2 dalam menjalani peristiwa ini	• Lebih perhatian dengan ibunya, karena mulai bisa memahami apa yang ibu rasakan jika sendirian dirumah • Berorientasi untuk menjaga ibu dirumah • Memperhatikan dan memahami perasaan saudara angkat yang menurutnya lebih tertekan kehilangan Ayah P3
Keterhubungan dengan Transenden	• Merasakan peristiwa yang janggal sebelum kematian ayah, seperti ayahnya masih sempat memanaskan mobil jam 11 malam, sebelum akan dibawa kerumah sakit subuhnya • Melihat ayahnya nginggau seperti suara dengkur keras yang menurutnya menandakan adanya tanda akan meninggal • Mengalami mimpi tentang ayah yang sudah meninggal, didalam mimpi ayahnya terlihat Bahagia • Mendekatkan diri dengan cara berdoa adalah cara P1 untuk bisa membantu ayahnya yang sudah meninggal • Lebih sering melakukan ibadah sholat • Sering melihat ceramah-ceramah agama di sosial media	• Memiliki keyakinan yang kuat tentang agama yang dianut • Berdiam diri 40 hari dirumah, fokus mendoakan ayah yang sudah meninggal • Lebih sering melakukan aktivitas keagamaan seperti membacakan yasin sembari mendoakan almarhum yang sudah meninggal	• Memiliki keyakinan terhadap Tuhan yang akan bisa menolong • Percaya akan takdir yang sudah dituliskan oleh Tuhan dan ini yang membuatnya lebih kuat menjalani kehidupan • Lebih mendekatkan diri kepada Tuhan dengan melakukan aktivitas agama seperti ibadah sholat dan membaca yasin/ngaji dimah setiap malam jum'at

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ketiga partisipan memiliki cara yang berbeda dalam merespon peristiwa kematian orang tua akibat COVID-19. Partisipan 1 merespon dengan respon fisik, yaitu menangis, Pada partisipan 2 respon yang diberikan adalah terdiam karena perasaan bingung dan tidak percaya yang dirasakan, dan kemudian partisipan 3 merespon dengan berlari dan menangis. Ketiga partisipan juga mendapatkan diskriminasi dari lingkungan yang juga menjadi stresor baru pasca kematian orang tua. Partisipan 1 mendapat diskriminasi dari lingkungan sekitar yang menjauhi

keluarganya bahkan keluarga terdekat juga merasa takut untuk mendekati keluarga partisipan 1. Begitupun dengan partisipan 2 dan 3, di mana mereka tidak merasa aman ketika sampai di pemakaman ayahnya. Mereka justru mendapat ancaman dari pihak puskesmas, di mana banyak pihak puskesmas yang mencari-cari mereka untuk dilakukan sterilisasi dan isoasi karena partisipan 2 dan 3 adalah bagian dari keluarga yang terjangkit *Covid-19*.



Gambar 1
Bagan rangkuman rekapitulasi data

Gambaran spiritualitas yang ditemukan pada ketiga partisipan menunjukkan bahwa setiap partisipan memiliki keterhubungan yang kuat terhadap dirinya sendiri. Ketiga partisipan mampu merasakan perubahan yang terjadi pada diri mereka setelah kematian orang tua. Mereka menyadari adanya perubahan cara pikir, motivasi dan emosi yang mereka rasakan. Ketiga partisipan menjadi lebih sensitif dan mudah sedih dalam kesehariannya. Pada partisipan 1 dan 3, mereka merasa menjadi lebih mandiri dan sadar bahwa figur ayah yang menjadi pelindung keluarga sudah tidak ada, membuat mereka menjadi lebih peduli dengan orang terdekat mereka yang masih tersisa. Ketiga partisipan juga memiliki pengalaman transenden, dan merasa bahwa diri mereka menjadi lebih dekat dengan Tuhan dan merasa bahwa kehadiran Tuhan dapat membuat mereka menjadi lebih tenang dalam menghadapi peristiwa kematian orang tua.

Pembahasan

Kondisi psikologis ketiga partisipan penelitian menunjukkan bahwa mereka memiliki stresor atau tekanan yang sama yaitu kematian orangtua akibat dari Covid-19. Walaupun dihadapkan dengan stresor yang sama, ketiga partisipan memiliki cara respon yang berbeda-beda. Ini juga berlaku pada partisipan 2 dan 3, walaupun mereka adalah saudara kembar, cara merespon masalah pun berbeda. Partisipan 1 dalam merespon peristiwa kematian orangtuanya saat itu adalah dengan menangis. Partisipan 2 merespon dengan tidak menangis karena masih merasa tidak percaya dan kebingungan. Partisipan 3 merespon dengan langsung berlari dan mengambil baju ayahnya yang sudah meninggal lalu memeluk baju tersebut. Temuan ini sejalan dengan teori Ivancevich & Matteson dalam Pragholapati (2020) yang menyatakan bahwa setiap individu akan merespon stres dengan cara yang berbeda-beda, tergantung pada persepsi, jenis kelamin, self-esteem, dan kepribadian.

Ketiga partisipan juga menghadapi stresor tambahan selain kematian orangtua. Partisipan 1 mendapat diskriminasi dari lingkungan sekitar yang menjauhi keluarganya, bahkan keluarga terdekat pun merasa takut untuk mendekati mereka. Partisipan 2 dan 3 mengalami teror dari pihak puskesmas yang mencari mereka untuk dilakukan sterilisasi dan isolasi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Kansil & Wagi (2021) serta Dayanti & Sadewo (2022) yang menemukan bahwa kematian akibat Covid-19 dapat memunculkan stresor sosial tambahan seperti diskriminasi dan keterbatasan interaksi dengan keluarga yang sakit atau meninggal.

Berbagai dampak psikologis dari kehilangan orangtua menunjukkan bahwa perempuan lebih rentan mengalami gangguan psikologis. Menurut Lempang et al. (2021), perempuan lebih sensitif dalam merespon stres dan memiliki kerentanan depresi yang lebih tinggi dibandingkan pria karena faktor biologis, terutama kondisi hormon (Spagnolo et al., 2020).

Kehadiran spiritualitas menjadi penting sebagai mekanisme koping dalam menghadapi duka. Koenig (2012) menyebutkan bahwa spiritualitas memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kondisi mental seseorang, membantu individu dalam mengolah emosi dan mendapatkan ketenangan batin.

Keterkaitan Temuan dengan Prinsip-Prinsip Tasawuf

Dalam perspektif tasawuf, pengalaman spiritualitas partisipan dapat dikaitkan dengan konsep maqamat (tahapan spiritual) yang menggambarkan perjalanan ruhani seseorang dalam mencapai kedekatan dengan Tuhan.

1. *Maqam Sabar* (Kesabaran dalam Menghadapi Ujian)

Partisipan 1, 2, dan 3 menunjukkan maqam sabar dalam menghadapi kehilangan. Meskipun mereka memiliki respon awal yang berbeda, mereka akhirnya menerima kenyataan dengan kesabaran. Ini mencerminkan konsep kesabaran dalam tasawuf, di mana individu menerima ketentuan Tuhan dengan lapang dada dan tidak berputus asa. Meezenbroek et al. (2012) menyatakan bahwa individu dengan spiritualitas yang lebih tinggi cenderung memiliki ketahanan psikologis yang lebih baik dalam menghadapi stresor kehidupan.

2. *Maqam Ridha* (Penerimaan Takdir)

Partisipan 3 menunjukkan maqam ridha dengan menerima kematian orangtuanya sebagai bagian dari takdir Tuhan. Keyakinan ini membantunya lebih cepat menemukan ketenangan dibandingkan partisipan 2 yang masih mengalami kesulitan dalam menerima perubahan hidup setelah kehilangan sosok ayah. Alicia, Hartanti & Yunanto (2021) menekankan bahwa spiritualitas membantu individu menjadi lebih realistis terhadap hal-hal yang tidak dapat diubah, sehingga meningkatkan penerimaan dan mengurangi penderitaan emosional.

3. Koneksi Transendental dalam Menghadapi Duka

Ketiga partisipan mengalami peningkatan aktivitas spiritual setelah kehilangan, seperti beribadah lebih rutin dan mendoakan orangtua mereka. Partisipan 1 merasa bahwa ibadah yang dilakukan dapat membantu ayahnya yang sudah meninggal, sementara partisipan 3 semakin yakin akan adanya pertolongan dari Tuhan. Ini sejalan dengan konsep *taqarrub ilallah* dalam tasawuf, di mana seseorang mendekatkan diri kepada Tuhan sebagai cara untuk menemukan kedamaian batin.

Pengalaman transenden yang dialami partisipan, seperti perilaku aneh ayah mereka sebelum meninggal atau firasat tertentu, menunjukkan keterhubungan spiritual yang lebih dalam. Menurut Dewi (2020), pengalaman transenden merupakan hal yang tidak dapat dijelaskan oleh akal tetapi dirasakan oleh individu, yang menjadi salah satu aspek utama dalam spiritualitas Islam.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa spiritualitas berperan sebagai mekanisme koping utama dalam menghadapi kehilangan. Dimensi keterhubungan dengan diri sendiri, lingkungan, dan Tuhan menjadi faktor penting yang membantu individu dalam proses pemulihan psikologis. Temuan ini menguatkan teori bahwa spiritualitas tidak hanya berfungsi sebagai sumber ketenangan, tetapi juga sebagai sarana penguatan diri dalam menghadapi ujian hidup, sebagaimana dijelaskan dalam berbagai literatur tasawuf dan psikologi agama.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa spiritualitas berperan penting dalam membantu individu menghadapi kehilangan orang tua akibat Covid-19. Meskipun mengalami stresor yang sama, setiap partisipan menunjukkan respons emosional yang berbeda, dipengaruhi oleh persepsi, kepribadian, dan pengalaman hidup. Spiritualitas, dalam perspektif tasawuf, membantu mereka melewati tahapan sabar, ridha, dan meningkatkan koneksi transendental melalui ibadah. Ketiga partisipan menunjukkan keterhubungan dengan diri, lingkungan, dan Tuhan, yang memperkuat pemulihan psikologis mereka. Temuan ini menegaskan bahwa spiritualitas dapat menjadi mekanisme koping yang efektif dalam mengatasi duka dan membangun ketahanan mental.

REFERENSI

- Alicia, A., Hartanti, H., & Yunanto, T. A. R. (2021). Istriku, Pahlawanku: Dinamika Resiliensi Dan Peran Istri Dalam Keluarga Yang Suaminya Sakit Dan Tidak Bisa Bekerja Lagi. *Psikodimensia*, 20(1), 59–75. <https://doi.org/10.24167/psidim.v20i1.3137>
- Dayanti, F., & Sadewo, F. (2022). Pengalaman Dan Strategi Mantan Pasien Covid-19 Dalam Menghadapi Stigmatisasi Masyarakat Di Bangkalan Madura. *Community: Pengawas Dinamika Sosial*, 8(1), 23–30. <https://doi.org/10.35308/jcpds.v8i1.4539>
- Dewi, N. M. E. K. (2020). Konsep teologi dalam teks Jnana Siddhanta. *Jnanasidanta*, 1(2), 34–50.
- Dewi, W. C. (2013). Nilai Anak Pada Ibu Dewasa Madya Etnis Jawa Ditinjau Dari Tingkat Pendidikan. *Calyptra*, 2(1), 1–19.
- Ivancevich, J. M., & Matteson, M. T. (2020). Stress Dan Mekanisme Koping Individu Dalam Menghadapi Peristiwa Kehidupan. In A. Praghlopatri (Ed.), *Jurnal Psikologi Klinis*, 5(1), 33–45.
- Kansil, Y. O., & Wagiu, M. M. (2021). Pendampingan Pastoral Kristiani Bagi Keluarga Yang Berduka Akibat Kematian Karena Covid-19. *Jurnal Pastoral Konseling*, 2(1), 49–65.
- Karim, A. (2015). Makna Kematian Dalam Perspektif Tasawuf. *Journal IAIN Kudus*, 1(1), 21–46.
- Keyes, K. M., Pratt, C., Galea, S., McLaughlin, K. A., Koenen, K. C., & Shear, M. K. (2014). The Burden Of Loss: Unexpected Death Of A Loved One And Psychiatric Disorders Across The Life Course In A National Study. *American Journal of Psychiatry*, 171(8), 864–871. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2014.13081132>
- Koenig, H. G. (2012). Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. *ISRN Psychiatry*, 2012, 1–33. <https://doi.org/10.5402/2012/278730>
- Lempong, G. F., Walenta, W., Rahma, K. A., Retalista, N., Maluegha, F. J., & Utomo, F. I. P. (2021). Depresi Menghadapi Pandemi Covid-19 Pada Masyarakat Perkotaan (Studi Literatur). *Jurnal Pamator*, 14(1), 66–71.
- McSherry, W., & Cash, K. (2004). The Language Of Spirituality: An Emerging Taxonomy. *International Journal of Nursing Studies*, 41(2), 151–161. [https://doi.org/10.1016/S0020-7489\(03\)00113-4](https://doi.org/10.1016/S0020-7489(03)00113-4)
- Meezenbroek, E. de J., Garssen, B., van den Berg, M., Tuytel, G., van Dierendonck, D., Visser, A., & Schaufeli, W. B. (2012). Measuring Spirituality As A Universal Human Experience: Development Of The Spiritual Attitude And Involvement List (SAIL). *Journal of Psychosocial Oncology*, 30(2), 141–167. <https://doi.org/10.1080/07347332.2011.651258>
- Moberg, D. O. (2002). Assessing and measuring spirituality: Confronting dilemmas of universal and particular evaluative criteria. *Journal of Adult Development*, 9(1), 47–60. <https://doi.org/10.1023/A:1013877201375>
- Poerwandari, E. K. (2017). Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia (Edisi Revisi). LPSP3 UI.
- Praghlopatri, A., Yosef, I., & Soemantri, I. (2020). The Correlation Of Resilience With Nurses Work Stress In Emergency Unit Rumah Sakit Al Islam (RSAI) Bandung. *Sorum Health Science Journal*, 1(1), 9–18.
- Ramadhan, R. F., & Ardias, W. S. (2019). Konstrual Diri (Self-Constual) Remaja Yang Mengalami Kematian Orang Tua. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 10(1), 79–90.
- Santrock, J. W. (2019). Life-Span Development (13th ed.). McGraw-Hill.
- Satgas Covid-19. (2020). Keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2020 tentang Penetapan sebagai Bencana Nasional. <https://covid19.go.id/id/p/regulasi/keputusan-presiden-republik-indonesia-nomor-12-tahun-2020>
- Satgas Covid-19. (2021). Peta Sebaran COVID-19. <https://covid19.go.id/id/petasebaran-covid198-0-07-353209-7>
- Tisdell, E. J. (2003). Exploring Spirituality And Culture In Adult And Higher Education. Jossey-Bass.
- Troy, A. S., & Mauss, I. B. (2011). Resilience In The Face Of Stress: Emotion Regulation As A Protective Factor. In S. M. Southwick, B. T. Litz, D. Charney, & M. J. Friedman (Eds.), *Resilience And Mental Health: Challenges Across The Lifespan* (pp. 30–44). Cambridge University Press.
- Vasty, C., Zahro, F. A., Fauziah, M., Kurniawan, R., Wisda, T., & Ramdani, Z. (2021). Motivasi Belajar Remaja Yang Mengalami Kematian Orang Tua. *Journal of Psychological Perspective*, 3(1), 7–15. <https://doi.org/10.47679/jopp.31962021>
- Widyataqwa, A. C., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi Istri Selepas Kematian Suami Akibat Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 103–118.