
RESILIENSI MASYARAKAT PAMEKASAN MADURA DALAM MENGHADAPI PANDEMI COVID- 19

RESILIENCE OF PAMEKASAN MADURA COMMUNITIES IN FACING THE COVID-19 PANDEMIC

Miftahatur Rizqiyah

Sekolah Tinggi Agama Islam Al Falah (STAIFA) Pamekasan

Jl.Sumber Gayam Kadur Pamekasan

Miftahaturrizqiyah@gmail.com. 085330234286

Abstrak:

Virus Corona atau yang dikenal dengan covid-19 adalah zoonotic yang artinya ditularkan antara hewan dan manusia. Covid-19 dapat menyerang siapapun sebab itu perlu adanya ketahanan diri dalam menghadapi pandemic covid-19. Resiliensi adalah kemampuan dan ketahanan seseorang untuk bangkit dari perasaan negatif seperti keterpurukan, kesedihan karena tekanan psikologis tertentu. Resiliensi ditandai dengan adanya kemampuan individu untuk bangkit dari tekanan emosional negatif yang dialami. Resiliensi dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti emotion regulation, implus control, Optimist, causal analysis. Empathy, self efficacy, racing out. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti resiliensi masyarakat Madura dalam menghadapi pandemi covid-19. Penelitian ini dilatar belakangi dengan adanya lonjakan pandemi covid-19 di Madura. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan studi naratif . Hasilnya M dan AY dan MR serta MK memiliki resiliensi yang tinggi dalam menghadapi pandemi covid-19 sehingga resiliensi menjadi salah satu jalan kesembuhan serta untuk mencegah terjangkitnya covid-19.

Keywords. Resiliensi, Madura, Covid-19

Abstract:

Corona virus or known as covid-19 is zoonotic which means it is transmitted between animals and humans. Covid-19 can attack anyone, that's why self-resilience is needed in dealing with the covid-19 pandemic. Resilience is a person's ability and resilience to rise from negative feelings such as adversity, sadness due to certain psychological pressures. Resilience is characterized by the individual's ability to rise from the negative emotional pressure experienced. Resilience is influenced by several factors such as emotion regulation, impulse control, optimism, causal analysis. Empathy, self-efficacy, racing out. This study aims to examine the resilience of the Madurese community in dealing with the co-19 pandemic. The background of this research is the spike in the Covid-19 pandemic in Madura. The method used is a qualitative method with a narrative

study approach. The result is that M and AY and MR and MK have high resilience in dealing with the Covid-19 pandemic so that resilience is a way of healing and preventing the spread of Covid-19.

Keywords. Resilience, Madura, Covid-19

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) menjelaskan bahwa Coronaviruses adalah virus yang dapat menginfeksi sistem pernapasan. Infeksi yang disebabkan oleh virus ini disebut dengan COVID-19. Virus Corona adalah zoonotic yang artinya ditularkan antara hewan dan manusia. Virus ini merupakan jenis virus baru yang ditemukan di Wuhan, Hubei, China pada tahun 2019 (Petersen et al., 2020; Wang et al., 2020). Sejak ditemukannya, virus ini menyebar secara luas hingga mengakibatkan pandemi global dan berlangsung sampai saat ini. Virus ini menyebabkan berbagai penyakit flu biasa sampai penyakit yang lebih parah seperti Sindrom Pernafasan Timur Tengah (MERS-CoV) dan Sindrom Pernafasan Akut Parah (SARS-CoV). Dalam dunia bedah tingkat komplikasi lebih tinggi jika pasien menderita covid-19 saat operasi (Hope et al. 2020). Beberapa tindakan yang perlu dilakukan untuk meminimalisir terpaparnya virus covid-19 seperti tinggal di dalam rumah, menghindari bepergian dan beraktivitas di tempat umum, sering mencuci tangan dengan sabun dan air, tidak menyentuh mata, hidung, atau mulut dengan tangan yang tidak dicuci, menerapkan etika batuk atau bersin (dengan menutup mulut dan hidung). Menghindari meludah sembarangan, membersihkan benda yang sering disentuh, menggunakan masker saat sakit dan segera mengunjungi fasilitas kesehatan terdekat saat ada gejala covid-19, mencuci tangan dengan sabun, mengonsumsi makanan yang bergizi dan rutin berolahraga, menghindari menyentuh mata, hidung, dan mulut dengan tangan yang belum dicuci.

Setiap orang memiliki respon yang berbeda saat terpapar pandemi covid-19. Sebagian besar orang yang terpapar virus ini akan mengalami gejala ringan

hingga sedang, dan akan pulih tanpa perlu rawat inap. Adapun gejala umum yang sering terjadi adalah, berupa demam 38°C, batuk kering, sesak nafas, kelelahan dan gejala yang khusus adalah, rasa tidak nyaman dan nyeri, nyeri tenggorokan, diare, konjungtivitas (mata merah), sakit kepala, hilangnya indra perasa atau penciuman, ruam pada kulit atau perubahan warna pada jari tangan atau jari kaki (WHO, n.d.).

Covid-19 memberikan dampak yang sangat luar biasa dalam berbagai sektor seperti di bidang pendidikan bidang ekonomi, bidang kesehatan bidang sosial (L. Rampal and L. B. Seng 2020) serta psikologis (Wahyudi et al. 2020). Secara garis besar dalam bidang pendidikan covid 19 memberikan dampak yang sangat besar mulai dari perubahan tatanan pembelajaran (Siahaan 2020) seperti pembelajaran daring serta pembiasaan diri dalam menghadapi pendidikan yang serba daring (Ratnanenci 2022), tentu hal tersebut dapat menyebabkan kesulitan bagi peserta didik dalam menyerap materi, beberapa alasan yang seringkali di jumpai seperti kondisi sinyal yang tidak stabil (Rosyada Elviani Chairil Anwar Rico Januar Sitorus 2020)

Dalam bidang ekonomi covid-19 menyebabkan krisis ekonomi secara global (Burhanuddin & Abdi, 2020; Nasution dkk, 2020; Amri, 2020) yang menyebabkan perubahan penawaran dan permintaan barang dan jasa. Sehingga berdampak pada penurunan pertumbuhan ekonomi. Selain itu adanya krisis ekonomi dapat menghambat pembangunan di tingkat desa (Sarip 2020) terjadinya PHK diberbagai sektor (Muslim 2020). Adanya aturan pemerintah untuk menjaga jarak, serta kebijakan pemerintah dalam menutup tempat wisata sehingga tempat wisata tidak difungsikan dan tidak ada income dari pengelolaan wisata selain itu berdampak terhadap umkm yang sumber matapencahariannya berada ditempat wisata (Amaliyyah 2021). Dalam bidang kesehatan covid-19 sangat memberikan dampak yang signifikan, seperti jumlah kematian meningkat, kasus positif covid-19 meningkat serta kurangnya fasilitas layanan akibat terlalu banyak pasien positif covid-19. Pandemi COVID-19 juga

memberikan dampak secara psikis karena itu perlu adanya ketahanan diri dalam menghadapi pandemi covid-19.

Covid- 19 dapat menjangkit seluruh manusia dari kalangan manapun dan dari usia dini hingga lansia (Elviani, Anwar, and Januar Sitorus 2021), persebaran covid itu sendiri semakin meluas dari waktu ke waktu. Di Indonesia, kasus pertama Covid-19 dilaporkan pada tanggal 2 Maret 2020. Setelah pengumuman kasus pertama tersebut, hingga kini Indonesia terus melaporkan kasus baru infeksi virus Corona-19 tersebut. Untuk mencegah penularan semakin meluas, kegiatan yang berpotensi mempertemukan banyak orang dalam satu waktu yang sama dibatasi, misalnya bersekolah, bekerja di kantor atau pabrik, menonton film di bioskop, menghadiri konser musik, dll. Selain itu, banyaknya pasien Covid-19 yang memerlukan perawatan medis membuat dokter dan tenaga kesehatan lain sebagai garda terdepan penanganan Covid-19 mendapat beban kerja ekstra. Pada tahun 2021 Jumlah pasien covid meningkat tercatat jumlah pasien terpapar covid-19 sebanyak 2,38 juta jiwa , pasien sembuh sebanyak 1,97 juta jiwa, dan pasien yang meninggal dunia sebanyak 62,908 juta jiwa (JHU CSSE COVID-19 2021).

Adapun di pulau Madura tepatnya di Kabupaten Bangkalan pasien positif covid-19 sebanyak 1.779 jiwa, pasien sembuh sebanyak 1520 jiwa, pasien meninggal sebanyak 180 jiwa, Kabupaten Pamekasan positif covid-19 sebanyak 1426 jiwa, pasien sembuh sebanyak 1152 jiwa, pasien meninggal 124 jiwa (Aziz, n.d.), Kabupaten Sampang pasien covid sebanyak 938 jiwa pasien sembuh sebanyak 872 jiwa pasien meninggal sebanyak 47 jiwa (Abdul Aziz Mahrizal Ramadan, n.d.) Kabupaten Sumenep positif covid-19 sebanyak 2.096 orang, sembuh sebanyak 1.818 jiwa. Selain itu jumlah pasien covid di pamekasan pada tahun 2022 meningkat sebanyak 2063 jiwa, pasien meninggal sebanyak 199 jiwa, pasien sembuh 2404 jiwa (Operator 2022).

Resiliensi adalah kemampuan seseorang dalam mengatasi, melalui, dan kembali kepada kondisi semula setelah mengalami kejadian yang menekan (Reivich & Shatte 2002). Resiliensi berasal dari bahasa latin “**resilere**” yang

memiliki makna bangkit kembali (Connor K.M 2003), seperti bola basket, waktu jatuh ke bawah, “resiliensi” membantu bola tersebut bisa memantul naik dengan cepat. Selain itu resiliensi merupakan kemampuan dan ketahanan seseorang untuk bangkit dari perasaan negatif seperti keterpurukan, kesedihan karena tekanan psikologis tertentu. Resiliensi ditandai dengan adanya kemampuan individu untuk bangkit dari tekanan emosional negatif yang dialami (Hendriani 2022). Oleh karena itu resiliensi perlu dimiliki oleh setiap individu sebab resiliensi dapat membawa seorang pada kepercayaan diri yang tinggi serta optimis terhadap keadaan lebih baik (Kristiyani and Khatimah 2020). Individu yang memiliki regulasi emosi yang tinggi akan memiliki kemampuan untuk mengelola emosi dengan baik. Bonanao and Keltner menyatakan bahwa seseorang yang memiliki emosi yang positif dapat dengan baik beradaptasi dalam situasi traumatis. Sehingga kemampuan aspek regulasi emosi perlu ditingkatkan (Buana 2020). Oleh karena itu adanya pandemi covid-19 perlu dihadapi dengan positif yakni dengan melatih diri untuk memiliki resiliensi yang tinggi. Sebab resiliensi lah yang membantu seseorang untuk bisa bangkit kembali setelah jatu. Kemampuan ini sangat penting digunakan untuk mengelola stres dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang mampu mengembangkan kemampuan resiliensi dengan baik maka akan lebih sukses menghadapi permasalahan hidup yang sedang dihadapi (Reivich & Shatte 2002).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi resiliensi. Menurut (Reivich & Shatte 2002). Resiliensi terbentuk dari tujuh aspek dalam diri seseorang, yaitu pengendalian diri atau yang sering disebut dengan istilah *emotion regulation*. *Emotion regulation* ialah kemampuan seseorang dalam mengontrol emosi untuk berada dalam keadaan stabil, dengan artian individu yang dapat mengontrol emosinya untuk tetap berada pada keadaan tenang dan terkendali meskipun pada kondisi yang menekan atau sejauhmana seseorang dapat [mengendalikan emosi](#) khususnya emosi negatif seperti saat mengalami kegagalan. Selanjutnya pengendalian diri atau yang sering disebut dengan istilah *impuls control*. *Impuls control* adalah kemampuan pada diri individu dalam mengatur dorongan baik

secara internal maupun eksternal, sehingga sangat penting untuk untuk mengontrol dorongan agar setiap perilaku masih dalam kontrol dari diri sendiri dan tidak lepas kendali. Sementara itu individu yang memiliki faktor pengendalian dorongan yang tinggi akan lebih mudah dalam pengaturan emosi.

Faktor berikutnya adalah optimist. Optimist adalah kepercayaan individu pada diri sendiri bahwa segala sesuatu akan dapat berubah menjadi lebih baik, kemudian mempunyai harapan akan masa depan dan percaya bahwa setiap diri dapat mengontrol kehidupan seperti apa yang diinginkan. Analisis penyebab masalah atau yang disebut dengan istilah causal analysis. Causal analysis adalah kemampuan individu untuk mengidentifikasi penyebab dari sebuah peristiwa yang dialami. Hal ini penting untuk menjaga diri agar tidak mengambil tindakan yang salah dan merugikan diri sendiri ataupun orang lain. Empathy adalah kemampuan untuk turut merasa atau mengidentifikasi diri dalam keadaan, perasaan atau pikiran yang sama dengan orang lain atau kelompok lain. Empati membantu individu untuk peka terhadap perasaan orang lain dan mengurangi risiko terjadinya konflik, sebab seringkali konflik terjadi bukan karena adanya masalah melainkan karena ketidak pekaan setiap individu terhadap situasi disekitarnya. Berikutnya adalah efikasi diri atau yang sering disebut dengan istilah self efficacy. Self efficacy keyakinan individu terhadap dirinya dimana keyakinan tersebut menggambarkan sebuah keyakinan akan kemampuan individu dalam memecahkan masalah serta keyakinan akan kemampuan diri untuk dapat meraih kesuksesan. Keyakinan terhadap diri sendiri dapat memotivasi diri untuk dapat memecahkan masalah dan meyakini bahwa setiap masalah yang datang mampu dilewati dengan.

Faktor terakhir adalah **kemampuan untuk meraih apa yang diinginkan atau yang sering disebut racing out**. Racing out atau **adalah kemampuan** Individu untuk dapat memperbaiki tindakannya serta mampu untuk mencapai keinginan yang dituju. Dengan adanya racing out dapat membuat individu untuk memiliki aspek yang lebih positif. Seperti saat individu merasa takut untuk mencoba karena khawatir terhadap sebuah kegagalan maka yang akan di peroleh

adalah kegagalan sebelum mencoba, namun apabila individu memiliki racing out yang tinggi maka individu akan mampu menghilangkan rasa takutnya sehingga individu mampu mencoba dan berani untuk menang atau kalah.

Selanjutnya beberapa hal lain yang perlu dilakukan untuk meningkatkan resiliensi yaitu dengan cara mengubah persepsi tentang sebuah kegagalan. Pentingnya meyakini bahwa setiap kegagalan merupakan sebuah hal yang alamiah dan suatu hal yang wajar dalam usaha untuk mencapai cita-cita, sebab dalam setiap usaha individu hal yang wajar saat mengalami kegagalan atau keberhasilan. Oleh karena itu perlu adanya perubahan terhadap persepsi negatif pada individu menjadi persepsi yang seperti kegagalan merupakan salah satu momen yang mampu membuat individu menjadi pribadi yang lebih matang dan mampu memaknai kesuksesan secara lebih, memotivasi diri untuk lebih maju dibandingkan meratap dalam keterpurukan. **Membangun komitmen akan kepercayaan individu terhadap dirinya sendiri.** Sebab kepercayaan diri teramat penting bagi pribadi yang ingin menjadi individu yang resilien. Sehingga dengan kepercayaan diri yang tinggi individu dapat memiliki keyakinan bahwa ia akan mencapai kesuksesan suatu saat nanti. **Belajar untuk relaks dalam menjaga pikiran dan tubuh** agar individu mampu untuk mengatasi tantangan dalam hidup secara lebih efektif, dengan cara membiasakan diri untuk tidur cukup, olahraga, [meditasi](#), dan refreshing.

Control respon juga perlu diperhatikan untuk menjaga resiliensi tetap stabil dengan cara mengingat bahwa setiap individu akan mengalami titik berat dalam hidupnya. Dengan begitu individu berhak menentukan pilihan dalam menanggapi situasi. Individu dapat menentukan untuk menunjukkan reaksi panik dan pesimis ataupun tenang serta optimis. Adapun pribadi dengan resiliensi yang tinggi akan mampu memilih respons yang tepat dari masalah yang dihadapi yaitu dengan tetap tenang dan optimis. Selanjutnya individu harus **bersikap fleksibel sebab** pribadi yang resilien memahami bahwa segala sesuatu akan berubah, bahkan rencana yang sudah dibuat dengan hati-hati pun bisa gagal ataupun

dibatalkan tanpa diduga-duga. Namun, hal tersebut dapat diatasi dengan memahami masalah atau dengan memilih jalur lain.

Beberapa aspek diatas merupakan hal yang sangat penting yang perlu dilatih oleh setiap individu agar dapat menjadi pribadi yang memiliki resiliensi yang tinggi. Dengan adanya resiliensi dalam diri individu maka individu akan dapat menghadapi segala macam tantangan, masalah dalam kehidupan salah satunya hadirnya pandemic covid-19 dalam kehidupan manusia.

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti merumuskan bagaimana resiliensi masyarakat Pamekasan Madura dalam menghadapi pandemi covid-19?.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan, menganalisis fenomena, dan mencari makna dari peristiwa, aktifitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, pemikiran orang secara individu maupun kelompok (Bachri 2010). Penelitian kualitatif di arahkan pada analisis naratif. Analisis naratif adalah pendekatan naratif yang merupakan istilah umum dan menyajikan informasi tentang dimensi pribadi, pengalaman manusia dari waktu ke waktu, dan memperhitungkan hubungan antara pengalaman individu dan konteks budaya (John MC 2001). Data dalam penelitian ini di kumpulkan melalui, wawancara dan diskusi dan subjek dalam penelitian ini adalah M dan AY, MR serta MK.

Teknik analisis data yang digunakan yakni model Miles and Huberman dimana analisis data dilaksanakan saat pengumpulan data berlangsung dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu (Miles & Huberman 1984). Artinya pada saat wawancara peneliti sudah melakukan analisis terhadap jawaban yang diwawancarai.

Sedangkan Uji credibility (kredibilitas) terdiri dari perpanjangan pengamatan, meningkatkan kecermatan dalam penelitian, triangulasi (Sugiyono 2012). uji kepercayaan terhadap data hasil penelitian yang disajikan oleh peneliti

bertujuan agar hasil penelitian yang dilakukan tidak meragukan sebagai sebuah karya ilmiah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Resiliensi

Pada saat ini resiliensi dipahami sebagai suatu proses yang multilevel, sistematis dan dinamis. Respon dari setiap masyarakat Madura tentu berbeda dalam menghadapi pandemi covid-19 sehingga resiliensi dapat menentukan kesejahteraan dalam menjalani kehidupan dimasa pandemi. Resiliensi masyarakat Madura berfokus pada ketahanan individu dalam menghadapi situasi pandemi. Lebih dari itu penyesuaian masyarakat Madura dalam menghadapi situasi di era pandemi, resiliensi melibatkan adaptasi positif: mendapatkan kembali kemampuan untuk berkembang, dengan potensi transformasi dan pertumbuhan positif yang ditempa melalui pengalaman yang sulit.

Resiliensi adalah kemampuan seseorang dalam mengatasi, melalui, dan kembali kepada kondisi semula setelah mengalami kejadian yang menekan (Reivich & Shatte 2002). Resiliensi berasal dari bahasa latin “**resilere**” yang memiliki makna bangkit kembali (Connor K.M 2003), seperti bola basket, waktu jatuh ke bawah, “resiliensi” membantu bola tersebut bisa memantul naik dengan cepat. Selain itu resiliensi merupakan kemampuan dan ketahanan seseorang untuk bangkit dari perasaan negatif seperti keterpurukan, kesedihan karena tekanan psikologis tertentu. Resiliensi ditandai dengan adanya kemampuan individu untuk bangkit dari tekanan emosional negatif yang dialami (Hendriani 2022).

Resiliensi terbentuk dari tujuh aspek dalam diri seseorang, yaitu pengendalian diri atau yang sering disebut dengan istilah emotion regulation. Pengendalian diri atau yang sering disebut dengan istilah implus control, Optimist, analisis penyebab masalah atau yang disebut dengan istilah causal

analysis. Empathy atau kemampuan untuk turut merasa atau mengidentifikasi diri dalam keadaan, perasaan atau pikiran yang sama dengan orang lain atau kelompok lain. Efikasi diri atau yang sering disebut dengan istilah self efficacy. **Kemampuan untuk meraih apa yang diinginkan atau yang sering disebut racing out.**

Selanjutnya berdasarkan wawancara dan diskusi yang telah peneliti lakukan. Dengan mereduksi data, menyajikan lalu menyimpulkan data, maka ditemukan permasalahan yang terjadi sehingga peneliti dapat menceritakan kembali hasil penelitian tersebut dalam sebuah karya ilmiah dengan pendekatan naratif. Adapun inti dari permasalahan yang ditemukan oleh peneliti yakni tingginya resiliensi masyarakat Madura dalam menghadapi pandemi covid-19. Yang akan diceritakan oleh peneliti dengan pendekatan naratif, sebagai berikut:

Resiliensi Masyarakat Madura Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19

Dalam kehidupan manusia tidak akan pernah terlepas dari masalah, sebab itu perlu adanya kesiapan diri dan ketahanan diri untuk menghadapi masalah yang datang dan hal ini disebut dengan resiliensi. Resiliensi adalah kemampuan memelihara dan beradaptasi secara positif dan efektif dalam mengatasi kesulitan yang dihadapi (Luthar 2006). Beradaptasi secara positif dan efektif dipandang sebagai kemampuan yang hanya dimiliki sebagian orang, sebab kadangkala individu yang memiliki masalah cenderung menyikapi masalah secara reaktif bahkan cenderung merusak. Utamanya dimasa pandemi covid-19 yang memberikan dampak sangat membekas bagi setiap individu, ketakutan dan kecemasan setiap saat, berjabat tangan yang tak lagi dilakukan, serta peraturan-peraturan yang mengikat, pembatasan tempat peribadatan, dan ketakutan akan kematian utamanya bagi pasien positif covid-19. Namun hal yang berbeda peneliti temukan di kabupaten pamekasan yang berada di pulau Madura pada pasien covid-19 menunjukkan sikap positif dan efektif, sehingga mampu melewati masa-masa covid-19.

Hal tersebut dialami oleh M. Menurut hasil wawancara dan diskusi peneliti dengan M, M difonis covid- 19 di rumah sakit umum dimana sebelumnya M sakit lambung, demam, dan batuk selama 12 hari dan melakukan rawat jalan.

M ialah wanita paruh baya berusia 52 tahun yang memiliki riwayat penyakit kencing manis selama 24 tahun, kolestrol, asam lambung dan tipus. Kemudian di tahun 2021 bulan juni ia di fonis covid- 19 di rumah sakit umum dimana sebelumnya M sakit lambung, demam, dan batuk serta muntah darah (tiga kali) selama 12 hari dan dirawat jalan. Pada saat itu pihak rumah sakit meminta pihak keluarga untuk menandatangani berkas dari rumah sakit yang menyatakan bahwa M tertular pandemi covid-19 dan harus menjalani perawatan dirumah sakit berupa isolasi selama 14 hari. Namun M dan keluarga tidak menyetujui keputusan tersebut dan menganggap bahwa isolasi dirumah sakit merupakan langkah buruk, sehingga perawatan dirumah dianggap perawatan yang efektif. Setelah 5 hari M dirawat dirumah dengan menghabiskan 6 infus, dan dengan pemberian perawatan tradisional berupa jamu (telur merpati dan kunyit) dua kali sehari dalam 5 hari, M dinyatakan sembuh dan berangsur-angsur dapat melaksanakan tugasnya sebagai ibu rumah tangga.

Dalam Kasus M peneliti menemukan resiliensi yang tinggi yang dimiliki oleh M, hal tersebut tergambar dari sikap M dalam keadaan sakit covid-19. Dimana aspek yang menjadi pembentuk resiliensi individu adalah regulasi emosi, pengendalian impuls, optimis, empati, kemampuan analisis masalah, efikasi diri, peningkatan aspek positif (Reivich, K., & Shatté 2002).

Pada kasus AY wanita paruh baya berusia 37 tahun terinfeksi virus covid-19 setelah melakukan perjalanan dari Malang ke Madura, ia mengalami sakit seluruh badan disertai demam tinggi, mual, pusing dan flu, serta tidak bisa mencium bau . Hal tersebut berlangsung selama delapan hari. AY memiliki keyakinan bahwa apa bila ia memeriksakan diri ke dokter ia akan difonis positif covid-19, oleh sebab itu ia memilih untuk tetap tenang dan melakukan perawatan secara mandiri. Adapun perawatan yang ia lakukan adalah terapi air

kayu putih yaitu air hangat ditetesi minyak kayu putih 4-5 tetes dan diminum satu hari tiga kali dalam 1 minggu. Setelah delapan hari ia pun kembali sembuh dan mulai beraktifitas kembali.

Dalam kasus AY peneliti menemukan gambaran resiliensi yang di miliki oleh AY dimana karakteristik internal dikategorikan sebagai orang yang resilien adalah *Initiative* (inisiatif) yakni kemampuan individu untuk melakukan eksplorasi terhadap lingkungan dan memiliki kemampuan mandiri untuk mengambil peran/bertindak, *Independence* (independen) yakni kemampuan individu untuk menghindari atau menjauhkan diri dari keadaan yang tidak menyenangkan dan otonomi dalam bertindak, *Insight* (berwawasan) yakni kemampuan individu dalam mengkritisi kesalahan atau penyimpangan yang terjadi dalam lingkungan dan dapat menganalisis sumber dari permasalahan, *relationship* (hubungan) yaitu kemampuan individu untuk membangun komunikasi dan relasi yang baik dengan orang lain *Humor* (humor) kemampuan individu untuk tetap tersenyum meskipun dalam keadaan kritis, *Creativity* (kreativitas) yaitu kemampuan individu dalam mengalihkan susana kritis dalam hidupnya yang ditunjukkan dengan pengekspresian diri yang lebih bermakna, *Morality* (moralitas) yaitu kemampuan individu dalam mempertimbangkan hal yang baik dan buruk, serta mampu mendahulukan kepentingan orang lain (Wolin, S. J., & Wolin 2010).

Hal yang sama juga dialami MR, gadis berusia 25 tahun yang melakukan perjalanan dari Jawa ke Madura. Pada kasus covid-19 yang dialami MR ditandai dengan adanya demam tinggi kurang lebih 1 hari, hidung tersumbat, pusing serta mengalami batuk kering dan mengalami ngilu diseluruh tubuh. Hal tersebut berlangsung selama 15 hari. Saat ia melakukan pemeriksaan kedokter ia divonis terjangkit virus covid-19 dan dokter memintanya untuk melakukan isolasi dirumah sakit, namun ia dan pihak keluarga tidak setuju dan memilih untuk melakukan perawatan mandiri dirumah. Saat divonis covid-19 MR mengaku down dan hampir tidak punya harapan dan hal tersebut berlangsung selama dua hari, akan tetapi setelah ia tanpa disengaja menonton berita tentang jumlah

pasien yang sembuh dari virus tersebut ia pun memotivasi dirinya dan berkomitmen terhadap dirinya bahwa ia punya kesempatan untuk sembuh. Adapun tindakan yang MR lakukan dirumah adalah dengan cara mengubah pola hidup untuk lebih positif. Setiap pagi MR selalu berjemur dibawah matahari serta melakukan olah raga ringan, membiasakan diri untuk beristirahat tepat waktu. Selain itu MR juga membiasakan diri untuk mengkonsumsi air matang hangat kuku, dan makan secara teratur. Adapun obat dari dokter tetap ia konsumsi sampai habis. Lima belas hari kemudian MR kembali memeriksakan diri ke dokter dan hasilnya menyatakan bahwa MR negatif. Artinya MR dinyatakan sembuh dari serangan virus covid-19.

Pada kasus MR peneliti menemukan gambaran resiliensi yang sangat tinggi dan hal tersebut tergambar dalam sikap optimis. Optimist adalah kepercayaan individu pada diri sendiri bahwa segala sesuatu akan dapat berubah menjadi lebih baik, kemudian mempunyai harapan akan masa depan dan percaya bahwa setiap diri dapat mengontrol kehidupan seperti apa yang diinginkan (Reivich, K., & Shatté 2002). Peneliti juga melihat MR sebagai individu yang resilien dari sikap MR yang menunjukkan bahwa MR adalah individu yang memiliki kreativitas. *Creativity* (kreativitas) yaitu kemampuan individu dalam mengalihkan susana kritis dalam hidupnya yang ditunjukkan dengan pengekspresian diri yang lebih bermakna (Wolin, S. J., & Wolin 2010). Tergambar pula pada sikap MR yang menunjukkan bahwa ia adalah individu yang memiliki inisiatif dalam menjalani kehidupan. *Initiative* (inisiatif) yakni kemampuan individu untuk melakukan eksplorasi terhadap lingkungan dan memiliki kemampuan mandiri untuk mengambil peran/bertindak.

Selain itu terdapat kasus yang menggambarkan tingginya resiliensi masyarakat Madura yakni pada kasus MK. MK adalah seorang kepala keluarga yang berusia 67 tahun. MK mengidap penyakit kencing manis. Seorang yang sudah lanjut usia akan mudah terjangkit covid- 19 namun yang dialami oleh MK terbilang unik karena sejak awal munculnya pandemi covid-19 MK tidak pernah terjangkit virus tersebut, bahkan tidak ada gejala- gejala yang menunjukkan

bahwa MK terjangkit virus. Ia tetap menjalani rutinitas sehari-harinya yakni membersihkan kuburan umum dari pagi sampai siang, adanya aturan untuk menjaga jarak dan tetap di dalam rumah tidak diindahkan oleh MK sebab sejak awal MK tidak percaya dengan adanya pandemi bahkan kemanapun MK keluar rumah tidak pernah menggunakan masker. Selain itu MK terbilang sangat religius dan hal tersebut tergambar dari sikap MK dalam menanggapi hadirnya pandemi. Ia tetap berpegang teguh bahwa yang membuat seseorang sakit bahkan meninggal dunia bukan virus melainkan kehendak ALLAH.

Peneliti melihat adanya rasa percaya diri yang tinggi dalam diri MK sehingga kepercayaan diri tersebut membentuk resiliensi yang tinggi dalam diri MK (Reivich, K., & Shatté 2002). Selain itu religiusitas yang tinggi juga menentukan sikap untuk lebih positif dalam menghadapi pandemi (Frans Pantan 2021). Disamping itu rutinitas dibawah terik matahari juga membantu MK untuk tidak terpapar covid-19, sehingga pola hidup sehat terbentuk dengan baik yang disertai dengan konsistensi diri juga menjadi salah satu faktor yang menyebabkan MK tidak terpapar pandemi covid-19.

KESIMPULAN

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan resiliensi dipahami sebagai suatu proses yang multilevel, sistematis dan dinamis. Respon dari setiap masyarakat Madura tentu berbeda dalam menghadapi pandemi covid-19 sehingga resiliensi dapat menentukan kesejahteraan dalam menjalani kehidupan dimasa pandemi. Resiliensi masyarakat Madura berfokus pada ketahanan individu dalam menghadapi situasi pandemi. Lebih dari itu penyesuaian masyarakat Madura dalam menghadapi situasi di era pandemi, resiliensi melibatkan adaptasi positif: mendapatkan kembali kemampuan untuk berkembang, dengan potensi transformasi dan pertumbuhan positif yang ditempa melalui pengalaman yang sulit.

Pandemi Covid-19 memberikan dampak yang luar biasa bagi rakyat Indonesia tidak terkecuali masyarakat Madura . Meningkatnya angka pasien

yang sakit dan meninggal karena terpapar Covid-19 memberikan dampak tersendiri bagi setiap individu. Ketakutan masal, kesedihan yang berfokus pada gejala secara individual. Selain itu, individu perlu beradaptasi dengan baik dalam menghadapi kesulitan dengan baik.

Pandemi covid-19 merupakan virus yang akan tetap ada dan akan tetap hidup berdampingan dengan musia, sebab itu resiliensi perlu dilatih dan dimiliki oleh setiap individu, agar individu dapat mengurangi kemungkinan terburuk yang diakibatkan oleh serangan virus. Beberapa langkah yang perlu dilakukan dalam meningkatkan resilien antara lain **mengubah persepsi tentang sebuah kegagalan. Membangun komitmen akan kepercayaan individu terhadap dirinya sendiri. Belajar untuk relaks dalam menjaga pikiran dan tubuh serta control respon.**

DAFTAR PUSTAKA

Operator. 2022. "Peta Persebaran COVID-19 Di Kab. Pamekasan." In .
<https://covid19.pamekasankab.go.id/2022/01/06/peta-persebaran-covid-19-di-kab-pamekasan-608/>.

Abdul Aziz Mahrizal Ramadan. n.d. Pemkab Sampang Catat 25 Kasus Baru Penularan Covid-19, Empat Orang Meninggal.

Amaliyyah, Rizqi. 2021. "Analisis Dampak Covid-19 Terhadap Sektor Pariwisata Di Objek Wisata Goa Pindul Kabupaten Gunungkidul." *Journal of Social Politics and Governance* 3 (February): 6.

Amri, Andi. 2020. "Dampak Covid-19 Terhadap UMKM Di Indonesia." *Jurnal Brand* 2 (1): 123–30.
https://www.academia.edu/42672824/Dampak_Covid-19_Terhadap_UMKM_di_Indonesia.

Aziz, Abd. n.d. Pasien aktif baru COVID-19 Pamekasan bertambah 21 orang.

Bachri, Bachtiar S. 2010. "Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif." *Teknologi Pendidikan* 10: 46–62.

- Buana, Dana Riksa. 2020. "Analisis Perilaku Masyarakat Indonesia Dalam Menghadapi Pandemi Virus Corona (Covi-19) Dan Kiat Menjaga Kesehatan Jiwa." In .
- Burhanuddin, Chairul Iksan, and Muhammad Nur Abdi. 2020. "ANCAMAN KRISIS EKONOMI GLOBAL DARI DAMPAK PENYEBARAN VIRUS CORONA (COVID-19)." *Stienobel-Indonesia* 17: 710–18.
- Connor K.M, & Davidson J. R. T. 2003. "Spirituality, Resilience, and Anger in Survivors of Violent Trauma: A Community Survey." *Journal of Traumatic Stress* 16: 487-494.
- Elviani, Rosyada, Chairil Anwar, and Rico Januar Sitorus. 2021. "Gambaran Usia Pada Kejadian Covid-19." *JAMBI MEDICAL JOURNAL "Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan"* 9 (1): 204–9. <https://doi.org/10.22437/jmj.v9i1.11263>.
- Frans Pantan, et el. 2021. "Resiliensi Spiritual Menghadapi Disruption Religious Value Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Lembaga Keagamaan." *Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 7 (2): 372–80. <https://www.sttpb.ac.id/e-journal/index.php/kurios> %7C 372.
- Hendriani, W. 2022. *Resiliensi Psikologi Sebuah Pengantar*. Prenada Media.
- Hope, Natalie, Valeria Gulli, Daniel Hay, Ramon Tahmassebi, Aswinkumar Vasireddy, Adel Tavakkolizadeh, and Toby Colegate-Stone. 2020. "Outcomes of Orthopaedic Trauma Patients Undergoing Surgery during the Peak Period of COVID-19 Infection at a UK Major Trauma Centre." *The Surgeon*, December. <https://doi.org/10.1016/j.surge.2020.11.009>.
- JHU CSSE COVID-19. 2021. "Statistik Virus Corona Di Pulau Madura." https://www.google.com/search?q=virus+corona+pada+bulan+juli+2021+d+i+pulau+madura&sxsrf=ALeKk00zyZ6IM0yQUIJfaMFMrkxUEuTQyg:1625751193561&source=lnms&sa=X&ved=2ahUKEwiWmoqTy9PxAhVUdCsKHbefB34Q_AUoAHoECACQAg&biw=1366&bih=635&dpr=1#wptab

=s:H4sIAAAAAAAAAAONgVu.

John MC, L. 2001. *Qualitative Research in Counselling and Psychotherapy*. London: Sage Publications.

Kristiyani, Veronica, and Khusnul Khatimah. 2020. "Pengetahuan Tentang Membangun Resiliensi Keluarga Ketika Menghadapi Pandemi Covid-19." *Pengetahuan Tentang Membangun Resiliensi Keluarga Ketika Menghadapi Pandemi Covid-19 Jurnal Abdimas* 6 (4): 232. <file:///C:/Users/dhiya/Downloads/3557-7120-2-PB.pdf20-2-PB.pdf>.

L. Rampal and L. B. Seng. 2020. "Medical Journal of Malaysia." *Coronavirus Disease (COVID-19) Pandemic* 75, no.2.

Luthar, S. S. 2006. "Resilience in Development: A Synthesis of Research across Five Decades." *Developmental Psychopathology*.

Miles & Huberman. 1984. *Qualitative Data Analysis Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook. Sage. An Expanded Sourcebook. Sage. <https://doi.org/10.4324/9781315701134-11>.*

Muslim, Moh. 2020. "Moh . Muslim: ' PHK Pada Masa Pandemi Covid-19 ' 358." *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis* 23 (3): 357–70. <https://www.worldometers.info/coronavirus>.

Nasution, Dito Aditia Darma, Erlina Erlina, and Iskandar Muda. 2020. "Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Perekonomian Indonesia." *Jurnal Benefita* 5 (2): 212. <https://doi.org/10.22216/jbe.v5i2.5313>.

Petersen, Eskild, David Hui, Davidson H. Hamer, Lucille Blumberg, Lawrence C. Madoff, Marjorie Pollack, Shui Shan Lee, et al. 2020. "Li Wenliang, a Face to the Frontline Healthcare Worker. The First Doctor to Notify the Emergence of the SARS-CoV-2, (COVID-19), Outbreak." *International Journal of Infectious Diseases* 93 (February): 205–7. <https://doi.org/10.1016/j.ijid.2020.02.052>.

- Ratnanenci, Cici. 2022. "Korelasi Dampak Covid-19 Dengan Era Society 5.0 Di Bidang Pendidikan." *JDMP (Jurnal Dinamika Manajemen Pendidikan)* 6 (1). <https://doi.org/10.26740/jdmp.v6n1.p1-6>.
- Reivich, K., & Shatté, A. 2002. *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. Broadway Books.
- Reivich & Shatte. 2002. "Psychosocial Resilience." *American Journal of Orthopsychiatry*, no. 57: 316.
- Rosyada Elviani Chairil Anwar Rico Januar Sitorus. 2020. "GAMBARAN USIA PADA KEJADIAN COVID-19" 21 (1): 1–9. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>.
- Sarip, Aip Syarifudin dan Abdul Muaz. 2020. "DAMPAK COVID-19 TERHADAP PEREKONOMIAN MASYARAKAT DAN PEMBANGUNAN DESA" 5 (1): 1–9. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>.
- Siahaan, Matdio. 2020. "Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Dunia Pendidikan." *Jurnal Kajian Ilmiah* 1 (1): 73–80. <https://doi.org/10.31599/jki.v1i1.265>.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Wahyudi, Amien, Aprilia Setyowati, Siti Partini, and S.U. 2020. "Biblioterapi: Pengembangan Resiliensi Individu Di Era Covid 19." *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Mengukuhkan Eksistensi Peran BK Pasca Pandemi Covid-19 Di Berbagai Setting Pendidikan* 0 (0): 1–7. <http://conference.um.ac.id/index.php/bk2/article/view/73>.
- Wang, Dawei, Bo Hu, Chang Hu, Fangfang Zhu, Xing Liu, Jing Zhang, Binbin Wang, et al. 2020. "Clinical Characteristics of 138 Hospitalized Patients with 2019 Novel Coronavirus-Infected Pneumonia in Wuhan, China." *JAMA - Journal of the American Medical Association* 323 (11): 1061–69.

<https://doi.org/10.1001/jama.2020.1585>.

WHO. n.d. "No Title." <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19#:~:text=symptoms>.

Wolin, S. J., & Wolin, S. 2010. *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise above Adversity*. Villard.