

Hubungan Religiusitas dan Penerimaan Diri pada Penyintas Covid-19 Beragama Kristen Protestan yang Mengalami *Post-Covid Effect*

Bernadette Josephine ¹, Sri Aryanti Kristianingsih²

Program Studi S1 Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

Email: mogot.bernadettej@gmail.com¹ sri.kristianingsih@uksw.edu²

Abstrak

Seorang individu yang dinyatakan sembuh dari COVID-19 disebut sebagai penyintas COVID-19. Setelah dinyatakan sembuh, penyintas COVID-19 masih harus berhadapan dengan gejala COVID lanjutan yang disebut sebagai post-covid effect. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan antara Religiusitas dengan Penerimaan diri pada Penyintas COVID-19 Beragama Kristen Protestan yang mengalami post-covid effect. Partisipan dalam penelitian ini adalah penyintas COVID-19, beragama Kristen Protestan, dan mengalami post-covid effect. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah Skala Religiusitas dan Skala Penerimaan Diri. Metode analisis data yang digunakan adalah korelasi Product Moment dari Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara religiusitas dengan penerimaan diri. Hal ini ditunjukkan dengan hasil koefisien korelasi $r=0,475$ dan signifikansi $p=0,000$. Selain itu, sumbangan religiusitas terhadap penerimaan diri atau r^2 memiliki nilai sebanyak 22,5%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan penerimaan diri. Hal ini berarti semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi penerimaan diri, di sisi lain semakin rendah religiusitas maka semakin rendah pula penerimaan diri.

Kata Kunci: *Religiusitas, Penerimaan Diri, Penyintas COVID-19, post-covid Effect*

Abstract

An individual who is declared cured of COVID-19 is referred to as a COVID-19 survivor. After being declared cured, survivors of COVID-19 still have to deal with advanced COVID symptoms which are referred to as the post-covid effect. This research aimed to determine the relationship between religiosity and self-acceptance of Christian COVID-19 Survivors who experienced the post-covid effect. Participants in this research were COVID-19 survivors, Christian and experienced the post-covid effect. The data collected with the Religiosity Scale and the Self-acceptance Scale. To analyze the data, Pearson's Product Moment is used. The result of this research showed that there's a significant positive relationship between religiosity and self-acceptance. The relationship indicated by the result of correlation coefficient $r=0,475$ and significance $p=0,000$. In addition, the contribution of religiosity to self-acceptance or r^2 is worth 22,5%. The conclusion of this study is there is a significant positive relationship between religiosity and self-acceptance to christian COVID-19 survivors. This means higher religiosity makes higher self-acceptance, while lower religiosity makes lower self acceptance.

Keywords: *Religiosity, Self-acceptance, COVID-19 survivors, post-covid effect*

PENDAHULUAN

Coronavirus Diseases 2019 (COVID-19) merupakan sebuah penyakit yang belum pernah ditemukan atau diidentifikasi oleh manusia sebelumnya, hingga pada tanggal 30 Januari 2020, WHO menetapkan penyakit tersebut sebagai kedaruratan kesehatan bagi manusia yang cukup meresahkan dunia (Sebayang, 2020). WHO (2020) menjelaskan COVID-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh virus corona dimana pengidap penyakit tersebut akan mengalami gejala ringan, sedang, berat, hingga ada yang mengalami kematian. Di Indonesia, sudah ada layanan vaksinasi gratis dan wajib untuk masyarakat sebagai upaya mengurangi risiko terkena COVID-19 dengan gejala berat hingga meninggal (Tim Komunikasi Komite Penanganan COVID-19, 2021). Selain wajib untuk vaksin, ada juga kebijakan-kebijakan lain yang dibuat oleh

pemerintah dalam masa pandemi sebagai upaya untuk mencegah menyebarnya virus corona dan makin maraknya pandemi. Kebijakan yang sudah pernah dibuat oleh pemerintah selama pandemi adalah PSBB (PP No. 21 Tahun 2020), New Normal (Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/382/2020, Nomor HK.01.07/MENKES/328/2020), hingga PPKM (Instruksi Menteri Dalam Negeri NO. 15 Tahun 2021, No. 31 Tahun 2021). Pada umumnya, kebijakan-kebijakan di atas mengatur pembatasan kegiatan tertentu seperti berkerumun hingga melakukan ibadah, dan mengharuskan masyarakat untuk tetap mengikuti protokol kesehatan seperti memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak, karantina bagi warga yang habis bepergian dari luar negeri, hingga isolasi bagi pasien yang terpapar.

Penyintas dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) tahun 2022 berasal dari kata sintas yang memiliki pengertian terus bertahan hidup dan mampu mempertahankan keberadaannya. Dilihat dari pengertian tersebut, maka penyintas sendiri memiliki arti sebagai seseorang yang mampu dalam bertahan hidup dan mempertahankan keberadaannya dalam hal ini merupakan orang yang masih bisa bertahan hidup sesudah dinyatakan positif COVID-19 dan mempertahankan keberadaannya hingga sembuh. Meskipun individu telah dinyatakan sembuh dari COVID-19, ada efek samping yang dirasakan individu dimana hal ini disebut dengan post COVID effect atau long COVID. Efek ini dapat membuat individu masih merasakan keluhan mengenai COVID-19 pada tubuhnya dan berlangsung hingga lebih dari 8 bulan setelah terpapar (Dewi dkk., 2021). Wawancara awal peneliti menemukan bahwa penyintas COVID-19 merasakan perbedaan yang signifikan pada fisiknya sebelum dan sesudah terpapar COVID-19. Perbedaan tersebut berupa keadaan fisik maupun psikis yang menjadi mudah lelah, sulit berkonsentrasi, tiba-tiba menjadi pelupa, masih merasa sesak saat bernafas, penciuman masih belum pulih, gangguan otot, hingga gangguan tidur. Fakta di lapangan yang telah dipaparkan sejalan dengan hasil studi yang dilakukan oleh Susanto (2021) yang menunjukkan lebih dari 64% penyintas COVID-19 mengalami post COVID effect baik secara fisik dan psikologis. Sampai pada September 2022, seorang epidemiolog bernama Dicky Budiman memaparkan bahwa post COVID effect bisa memberikan dampak besar bagi Indonesia, karena dapat menimbulkan keluhan kesehatan yang berulang, namun sulit diketahui akar masalahnya apalagi jika memiliki jarak waktu yang cukup jauh dengan saat individu terpapar untuk pertama kali ("Epidemiolog Griffith: Long COVID-19 Ancaman Serius Bagi Indonesia", 2022).

Selain itu, hadirnya COVID-19 ini memberikan dampak besar bagi masyarakat lebih lagi pada kesehatan mental. Dilihat dari hasil pemeriksaan yang berkaitan dengan masalah psikologis pada masa pandemi oleh PDSKJI dinyatakan bahwa terdapat 64,3% dari total 1522 responden yang pernah maupun sedang mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan berlebih, depresi, lebih mudah untuk stres dan tersinggung pada masa pandemi COVID-19 ini ("64,3 persen responden depresi terkait pandemi", 2020). Kurniawan dan Susilo (2021) juga memaparkan bahwa penyintas COVID-19 mengalami post COVID effect secara psikologis seperti gangguan konsentrasi, gangguan tidur, kecemasan, hingga depresi yang kemudian berdampak pada proses pemulihan, penurunan kualitas hidup, hingga penerimaan diri penyintas. Pada penelitian oleh Sumakul dan Ruata (2020) ditemukan bahwa kondisi psikologis individu saat positif COVID-19 ialah mengalami perasaan sedih, tertekan atau stres, insomnia akibat karantina, namun ada juga peningkatan motivasi untuk lebih mendekatkan diri dengan Tuhan Yang Maha Esa. Apabila hal ini dibiarkan, kondisi psikologis yang dimiliki oleh para penyintas COVID-19 akan menjadi buruk, salah satunya dalam hal penerimaan diri karena menganggap hanya hal yang negatif saja yang terjadi selama pandemi (Wahyuseptiana, 2020).

Penerimaan diri sendiri dijelaskan bukan hanya sebagai keadaan individu menerima kelebihan dan kekurangannya tapi juga memiliki keyakinan untuk menerima dan mencintai dirinya sendiri (Fatonah & Husna, 2020). Penerimaan diri juga merupakan suatu keadaan dimana individu bisa menerima dirinya, tidak peduli dengan berapa banyak kelemahannya melainkan menggunakan kelemahan tersebut sebagai sumber kekuatan untuk memaksimalkan kelebihan yang telah ia miliki sebelumnya (Ardilla & Herdiana, 2013). Di masa pandemi ini, penerimaan diri pada penyintas COVID-19 bisa memiliki kesulitan tersendiri. Hal ini disebabkan oleh kombinasi antara masalah fisik dan psikis yang dialami individu saat terpapar COVID-19 dan masih dirasakan bahkan sampai setelah dinyatakan sembuh (Singh dkk., 2020)

Dari empat faktor penerimaan diri, ada dua faktor yang bisa dipengaruhi oleh tingkat religiusitas dari individu itu sendiri. Yang pertama adalah konsep diri, yang menunjukkan bahwa individu bisa menerima

dirinya apabila ia memiliki pikiran positif atas dirinya, dimana salah satunya disebabkan oleh adanya kepercayaan bahwa hal-hal yang terjadi dalam hidupnya meskipun hal buruk, semuanya atas seizin Tuhan (Badaria & Astuti, 2004). Yang kedua adalah tidak adanya tekanan emosi yang berat. Hal ini berkaitan dengan kepercayaan individu dalam hal ini yang beragama Kristen Protestan untuk tidak merasa tertekan dan khawatir melainkan tetap bersyukur dan memiliki damai dalam hidupnya. Dari penjelasan diatas, dapat diketahui bahwa tingkat religiusitas bisa menjadi salah satu faktor individu meningkatkan penerimaan dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan religiusitas dan penerimaan diri pada penyintas COVID-19 beragama Kristen Protestan yang mengalami *post-covid effect*.

Di Indonesia sendiri terdapat 6 agama yang sah, salah satunya adalah Kristen Protestan, dengan kitab suci bernama Alkitab. Dalam agama Kristen, salah satu praktik atau ritual keagamaan adalah ibadah yang biasa dilaksanakan di Gereja setiap hari minggu. Pada kenyataannya, karena ada aturan selama pandemi yang membatasi kerumunan dan harus tetap menaati protokol kesehatan, banyak pola ibadah yang berubah selama masa pandemi ini, seperti ibadah yang disiarkan secara daring melalui youtube, persekutuan yang dilaksanakan melalui zoom atau google meet, dan shift ibadah yang ditambah agar tidak terjadi kerumunan (Jubba, 2021). Meskipun begitu, jemaat tetap memiliki komitmen untuk tetap taat kepada Tuhan, teguh percaya dalam Firman Tuhan, mengikuti ibadah dan ritual keagamaan dengan baik (Surya, 2021). Jika ditinjau melalui kitab suci orang Kristen yakni Alkitab, ada beberapa ayat yang dijadikan pegangan bagi mereka seperti Mazmur 91:1-16 dan Filipi 4:6-7 yang membahas mengenai tidak perlu untuk merasa khawatir karena adanya penyertaan Tuhan (Simon, 2020). Selain itu, ada juga Ayub 1:1-22 yang memberikan contoh tentang tokoh Alkitab bernama Ayub yang mampu melihat secara positif kemalangan yang ia alami (Sardono dkk, 2020).

Glock dan Stark (dalam Sasmitho, 2013) menuliskan bahwa religiusitas merupakan sebuah sikap dari individu dimana mengarahkan kepercayaan, perasaan hingga perilakunya secara sadar dan dengan sungguh-sungguh pada ajaran agamanya. Di sisi lain, religiusitas sendiri memiliki 5 dimensi atau aspek, salah satunya adalah aspek ideologis yang menyangkut dengan kepercayaan atau keyakinan manusia terhadap kebesaran dan esensi Tuhan, serta hubungan antara Tuhan dengan manusia (Huber & Huber, 2012). Kepercayaan inilah yang membuat hati dan pikiran individu menjadi tenang, bisa berpikir positif dan akhirnya bisa berpengaruh pada penerimaan dirinya (Simon, 2020).

Penelitian dari Badaria dan Astuti (2004) menemukan bahwa ada hubungan positif antara religiusitas dan penerimaan diri pada penderita diabetes mellitus. Penelitian ini didukung oleh penelitian dari Rahmawati (2018) yang mendapat hasil sama yakni terdapat hubungan positif antara religiusitas dengan penerimaan diri. Di sisi lain, penelitian dari Ulina, Kurniasih dan Putri (2013) menemukan bahwa tidak terdapat hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan penerimaan diri. Selain adanya beberapa penelitian kuantitatif yang hasilnya masih kontradiktif, ada juga penelitian kualitatif mengenai penerimaan diri seperti penelitian oleh Febriani (2018) mengungkapkan bahwa penerimaan diri banyak dipengaruhi oleh individu itu sendiri, bagaimana ia telah bersyukur dengan keadaannya dan tidak ada penyesalan akan hal yang terjadi sebelumnya. Walaupun menemukan hasil yang menunjukkan rasa syukur individu bisa mempengaruhi penerimaan dirinya, belum ada studi lanjutan yang menguji hubungan antara religiusitas dengan penerimaan diri. Hasil penelitian yang kontradiktif dan konteks penelitian yang berbeda, di mana belum ada yang membahas lebih lanjut mengenai hubungan religiusitas dengan penerimaan diri pada penyintas COVID-19 membuat peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Antara Religiusitas Dengan Penerimaan Diri Pada Penyintas COVID-19 Beragama Kristen Protestan yang mengalami *post-covid effect* di Pulau Jawa.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain atau strategi korelasional. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *Probability Sampling* yang merupakan teknik dimana setiap anggota dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian, dan jenis dari teknik *Probability Sampling* yang digunakan oleh peneliti adalah *Cluster Sampling*, dimana sampel dipilih berdasarkan wilayah yang ditentukan (Retnawati, 2017). Pembagian wilayah ini dilakukan berdasarkan provinsi yang ada di Indonesia dan peneliti hanya mengambil sampel dari provinsi yang ada di

pulau Jawa. Hal ini berdasarkan data yang dilansir dari halaman web Tim Satgas COVID-19 di Indonesia (COVID.go.id) dimana pada provinsi yang ada di pulau Jawa terdapat banyak penyintas dan sering mengalami kenaikan kasus COVID-19 aktif. Identifikasi sasaran penelitian atau partisipan dalam penelitian ini adalah seorang penyintas COVID-19, beragama Kristen Protestan, mengalami *post-covid effect*, berdomisili di Pulau Jawa. Teknik pengumpulan data adalah dengan melalui Skala Religiusitas dan Skala Penerimaan Diri yang merupakan jenis skala Likert dan disebarakan pada partisipan melalui *platform Google Form*. Teknik analisis data yang digunakan adalah metode analisis statistik korelasi *product moment*. Hal ini sesuai dengan tujuan penelitian yakni untuk melihat hubungan antara religiusitas dengan penerimaan diri serta untuk menguji hipotesis penelitian yang ada. Analisis data dilakukan dengan menggunakan komputer pada program SPSS Statistic 21.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini partisipan dalam adalah sebanyak 45 orang yang terdiri atas 28 perempuan dan 17 laki-laki. Seluruh partisipan merupakan penyintas COVID-19 yang mengalami *post-covid effect* dengan gejala yang beragam dan seluruhnya beragama Kristen Protestan. Hasil dari penelitian ini adalah sebagai berikut

1. Hasil Statistik Deskriptif

Tabel.1 Deskripsi Subjek

		Jumlah Subjek	Presentase (%)
Usia	16-18 Tahun	1	2,2%
	18-40 Tahun	37	82,2%
	40-60 Tahun	6	13,3%
	> 60 Tahun	1	2,2%
Jenis kelamin	Perempuan	27	60%
	Laki-laki	18	40%
Waktu terpapar atau/dan dinyatakan negatif COVID-19	2020	6	13,3%
	2021	24	53,3%
	2022	15	33,3%
Gejala <i>post-covid Effect</i> yang masih dialami subjek (1 partisipan bisa lebih dari 1 jawaban)	Mudah lelah	24	53,3%
	Sulit berkonsentrasi	15	33,3%
	Mudah lupa	20	44,4%
	Sesak nafas	7	15,5%
	Penciuman belum pulih	0	0%

	Gangguan Otot	8	17,7%
	Gangguan tidur	26	57,5%

Dapat dilihat pada tabel.1 di atas, partisipan dapat dibagi dalam berbagai kelompok seperti usia, jenis kelamin, waktu terpapar, hingga kondisi atau gejala post-covid apa yang masih dialami oleh partisipan.

Tabel.2 Deskripsi Data Penelitian dan Rumus Kategorisasi

Variabel	Xmin	Xmax	Mean	SD
Religiusitas	41	164	130	20,5
Penerimaan Diri	40	200	142,7	26,6
Sangat Rendah	$X < M - 1,8SD$			
Rendah	$M - 1,8SD \leq X \leq M - 0,6SD$			
Sedang	$M - 0,6SD \leq X \leq M + 0,6SD$			
Tinggi	$M + 0,6SD \leq X \leq M + 1,8SD$			
Sangat Tinggi	$X > M + 1,8SD$			

Tabel.3 Kategorisasi Skala Religiusitas

Skor	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
$X < 93,1$	Sangat Rendah	0	0%
$93,1 \leq X \leq 117,7$	Rendah	5	11,1%
$117,7 \leq X \leq 142,3$	Sedang	34	75,5%
$142,3 \leq X \leq 166,9$	Tinggi	6	13,3%
$X > 166,9$	Sangat Tinggi	0	0%
Total		45	100%

Peneliti menggunakan rumus yang ada di tabel 2 untuk mengkategorisasikan hasil penelitian ini. Berdasarkan pada tabel 3 di atas, dapat dilihat bahwa subjek paling banyak berada pada tingkat religiusitas yang sedang dengan jumlah 34 partisipan (75,5%).

Tabel.4 Kategorisasi Skala Penerimaan Diri

Skor	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
$X < 94,3$	Sangat Rendah	2	4,4%
$94,3 \leq X \leq 126,4$	Rendah	7	15,5%

$126,4 \leq X \leq 156,6$	Sedang	25	55,5%
$156,6 \leq X \leq 189,7$	Tinggi	11	24,4%
$X > 189,7$	Sangat Tinggi	0	0%
Total		45	100%

Peneliti kembali menggunakan rumus yang ada pada tabel 2 untuk menghitung skor tiap-tiap kategori yang ditentukan. Pada tabel 4 di atas dapat dilihat bahwa partisipan paling banyak berada pada kategori sedang dengan jumlah sebanyak 25 partisipan (55,5%).

2. Hasil uji asumsi

Uji asumsi dilakukan sebagai syarat sebelum uji hipotesis dilakukan. Pada penelitian ini, uji hipotesis yang dilakukan peneliti adalah uji normalitas dan uji linearitas.

a. Uji normalitas

Uji normalitas ini digunakan untuk melihat apakah data tersebar secara normal atau tidak. Distribusi atau sebaran data dapat dikatakan normal apabila $p > 0,05$. Sebaliknya jika $p < 0,05$ maka dapat dikatakan distribusi data tidak normal. Uji normalitas ini dapat dilakukan dengan menggunakan Uji Kolmogorov-Smirnov

Tabel.5 Uji Normalitas

		Religiusitas	Penerimaan_Diri
N		45	45
Normal	Mean	130.00	142.76
Parameters	Std. Deviation	10.671	21.083
a,b			
Most	Absolute	.077	.168
Extreme	Positive	.077	.093
Difference	Negative	-.049	-.168
s			
Kolmogorov-Smirnov Z		.519	1.125
Asymp. Sig. (2-tailed)		.950	.159

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Dari hasil uji normalitas yang dipaparkan pada tabel 5, dapat disimpulkan bahwa distribusi data pada kedua variabel dapat dikatakan normal karena keduanya memiliki $p > 0,05$. Variabel religiusitas memiliki $p = 0,950$ ($p > 0,05$), sedangkan variabel penerimaan diri memiliki $p = 0,159$ ($p > 0,05$).

b. Uji linearitas

Uji linearitas ini digunakan untuk melihat hubungan antara kedua variabel linear atau tidak. Hasil uji dapat dilihat dengan 2 cara, yaitu dengan melihat nilai Signifikansi pada Deviation of Linearity apabila $p > 0,05$ maka hubungan kedua variabel dapat dikatakan linear. Cara kedua adalah dengan melihat Signifikansi pada Linearity, apabila $p < 0,05$ maka hubungan kedua variabel dapat dikatakan linear.

Tabel.6 Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sig.
		(Combined)	.004
Religiusitas *	Between Groups	Linearity	.000
		Deviation from Linearity	.109
Penerimaan_Diri	Within Groups		
	Total		

Dari hasil uji linearitas yang dipaparkan pada tabel 6, dapat dilihat bahwa Sig Linearity memiliki nilai $p=0,000$ (syarat $p<0,05$), sedangkan pada Sig Deviation of Linearity memiliki nilai $0,109$ (syarat $0,109$). Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel yakni religiusitas dan penerimaan diri dapat dikatakan linear.

c. Hasil uji hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini. Karena hipotesis dalam penelitian ini adalah melihat hubungan antara dua variabel, maka jenis pengujian yang digunakan adalah uji korelasi. Hasil uji hipotesis ini dapat diketahui dengan melihat koefisien korelasi (r), jika r memiliki tanda positif (+) maka ada hubungan positif, sedangkan ketika r memiliki tanda negatif (-) maka ada hubungan negatif antara kedua variabel. Di sisi lain nilai r yang semakin mendekati 1 maka hubungan antara kedua variabel dapat dikatakan lebih besar. Hubungan kedua variabel ini dapat dikatakan signifikan apabila nilai signifikansi $p<0,05$.

Tabel.7 Uji Hipotesis

		Correlations	
		Religiusitas	Penerimaan_Diri
Religiusitas	Pearson Correlation	1	.475**
	Sig. (1-tailed)		.000
	N	45	45
Penerimaan_Diri	Pearson Correlation	.475**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	
	N	45	45

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Dari hasil uji korelasi yang dipaparkan pada tabel 8 di atas, nilai r adalah $0,475$ (syarat r tanda +) dan $p=0,000$ (syarat $p,0,05$). Sumbangan religiusitas terhadap penerimaan diri (r^2) adalah $22,5\%$. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel yakni religiusitas dan penerimaan diri memiliki hubungan positif yang signifikan. Hubungan positif berarti semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi juga penerimaan diri, sebaliknya semakin rendah religiusitas maka semakin rendah juga penerimaan diri. Hasil uji hipotesis ini sesuai dengan hipotesis yang dipaparkan oleh peneliti, sehingga dapat dikatakan hipotesis diterima.

Hasil penelitian ini mendukung hasil-hasil penelitian sebelumnya yang juga menemukan adanya hubungan positif antara religiusitas dengan penerimaan diri. Salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Badaria dan Astuti (2004) yang menemukan adanya hubungan positif antara religiusitas dan penerimaan diri pada pasien diabetes melitus. Selain itu, ada pula penelitian oleh Mukti dan Dewi (2013) yang juga menemukan adanya hubungan positif antara religiusitas dengan penerimaan diri pada pasien stroke. Selain itu, ada pula penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2018) yang juga menemukan adanya hubungan positif antara religiusitas dengan penerimaan diri pada orangtua dari anak yang mengidap autisme.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi $r=0,475$ berarti religiusitas memiliki hubungan atau berpengaruh pada penerimaan diri sebanyak $0,475$. Nilai r yang semakin mendekati 1 dapat dikatakan semakin besar pengaruhnya, sedangkan pada penelitian ini $r=0,475$ menunjukkan nilai r berada pada taraf cukup. Ditambah dengan hasil r^2 yang bernilai $22,5\%$ yang menunjukkan bahwa religiusitas hanya

berpengaruh sebesar 22,5% saja, sedangkan 77,5% dipengaruhi oleh faktor atau bahkan variabel lain. Sehubungan dengan hal tersebut, dapat dikatakan bahwa religiusitas memang berpengaruh pada penerimaan diri, namun pengaruhnya tidak terlalu besar. Variabel atau faktor lain yang bisa mempengaruhi penerimaan diri adalah pemahaman individu akan dirinya, konsep diri yang stabil, memiliki pengharapan yang realistis, dan tidak mengalami tekanan emosi yang berat (Citra & Eriany, 2015) .

Jika kita melihat pada Tabel.3 dan Tabel.4 yang menunjukkan kategorisasi religiusitas dan kategorisasi penerimaan diri keduanya menunjukkan bahwa paling banyak partisipan berada pada kategori sedang. Subjek Y ketika diwawancarai oleh peneliti menceritakan bahwa pada awalnya ia memberontak dan tidak menerima apa yang dialami. Hal ini terjadi sejak terpapar COVID-19 dan fisiknya mengalami banyak penurunan bahkan tidak langsung pulih total melainkan mengalami post-covid effect dan mengakibatkan ia yang dulu aktif berkegiatan dimana-mana harus fokus pada pemulihan dan menghabiskan banyak waktu dirumah. Beliau menceritakan bahwa ia merasakan kesedihan dan frustrasi karena aktivitasnya terbatas dan merasa sulit berkonsentrasi. Beliau mengaku, ia baru mulai menerima dirinya karena ia mendorong dirinya untuk kembali baca Alkitab, bernyanyi, menulis, sharing dengan teman, mencoba beraktivitas kembali meskipun harus diiringi dengan penyesuaian dengan keadaan fisiknya, hingga kembali aktif di kegiatan-kegiatan yang diikuti sebelumnya.

Sementara itu, subjek D menceritakan bahwa hal-hal yang berpengaruh dalam penerimaan dirinya adalah dukungan dari orang di sekitarnya, seperti keluarga, tetangga bahkan Pendeta yang memberi motivasi, dan kesadaran dari dirinya bahwa ada maksud Tuhan dari penyakit yang dialami, bahkan pengalaman tersebut bisa menjadi kesaksian bagi orang lain. Subjek D menceritakan ketika ia terpapar COVID-19, ia mendapat dukungan oleh rekannya berupa sharing pengalaman waktu terpapar dimana rekannya itu mengalami kondisi yang parah namun bisa sembuh dan meyakini bahwa kondisi tersebut merupakan mujizat dari Tuhan. Hal ini yang membuat D bisa melihat bahwa ada rencana Tuhan dalam hidupnya lewat penyakit yang dialami dan ia bisa menggunakan pengalaman tersebut sebagai kesaksian agar ia juga bisa memberi dukungan bagi orang lain.

Pada saat terpapar COVID-19, kondisi individu akan langsung berubah baik secara fisik maupun psikis. Mulai dari protokol ketat seperti isolasi yang membuat individu tidak bisa bersosialisasi dengan bebas, keadaan fisik yang berubah menjadi mudah lelah, penciuman terganggu, sesak nafas, hingga mengalami gangguan tidur dan kecemasan, bahkan beberapa gejala ini masih berlangsung sampai individu telah dinyatakan sembuh dari COVID-19. Perubahan mendadak dan keadaan fisik serta psikis yang terganggu inilah yang bisa membuat individu merasa pesimis, tidak percaya diri, menyalahkan diri sendiri dan mengakibatkan penerimaan dirinya menurun. Seperti yang dipaparkan oleh Citra dan Eriany (2015) bahwa perasaan yang positif dan tidak adanya tekanan emosi dapat meningkatkan penerimaan diri.

Salah satu fungsi atau efek dari religiusitas adalah memberikan pemahaman pada individu mengenai kepercayaan akan Tuhan dan membuat individu bisa merasakan pengalaman religiusnya sendiri (Amir & Lesmawati, 2016). Pada penyintas COVID-19 khususnya yang beragama Kristen Protestan, dinyatakan sembuh dari penyakit yang bisa memakan korban jiwa ini dapat dikatakan sebagai suatu pengalaman religius yakni mendapat mujizat dari Tuhan. Di dalam kitab suci agama Kristen yakni Alkitab terdapat ayat-ayat yang bisa menjadi pedoman bagi individu Kristen yang sedang mengalami penyakit. Beberapa ayat yang berhubungan ialah Yeremia 33:6 dan Yeremia 30:17 yang membahas tentang janji Tuhan akan kesembuhan yang diberikan pada umat-Nya, Matius 14:4-36 yang membahas tentang iman atau kepercayaan manusia kepada Tuhan dan adanya belas kasihan Tuhan sehingga ada kesembuhan yang dialami (Manullang, 2017).

Di sisi lain, religiusitas juga dapat mengarahkan individu untuk percaya pada kekuasaan Tuhan sehingga menjadi salah satu faktor untuk mengurangi pikiran negatif atau datangnya rasa pesimis yang dialami oleh penyintas COVID-19. Selain itu, kepercayaan kepada Tuhan ini juga dapat mempengaruhi pemikiran individu atas dirinya atau konsep dirinya (Surya, 2021). Hal ini terjadi karena kepercayaan akan kekuasaan Tuhan membuat individu bisa juga mempercayai bahwa apa yang terjadi dalam hidupnya sesuai dengan rencana Tuhan dan akan ada hal baik lainnya yang akan datang. Hal ini nampak dalam Alkitab dengan adanya ayat-ayat seperti dalam Yeremia 29:11 yang membahas tentang rencana Tuhan yang indah serta penyertaan Tuhan dalam hidup manusia (Nicolas, 2021). Selain itu, pengalaman yang dialami oleh individu bisa digunakan sebagai alat untuk melayani sesama melalui sharing pengalaman atau kesaksian yang akhirnya bisa memberi

dukungan pada orang-orang yang ada di sekitar individu. Hal ini juga nampak lewat ayat di dalam Alkitab, seperti pada Matius 5:13-16 yang membahas bagaimana sebagai individu kita juga harus memberikan contoh perbuatan yang baik bagi orang lain yang ada di sekitar kita (Selan, 2020).

Dinamikanya adalah sebagai berikut, ketika seorang penyintas COVID-19 mengalami post-covid effect yang menyerang sekaligus pada fisik dan psikis individu terdapat beberapa gejala seperti insomnia, kurang fokus, daya ingat berkurang, mengalami kecemasan hingga depresi. Kondisi ini dapat mempengaruhi penerimaan diri individu, apalagi ketika individu menyalahkan dirinya sendiri atas kejadian yang dialaminya. Pada saat ini religiusitas menjadi sebuah penguat bagi individu bahwa apa yang dialami adalah sebuah bentuk kekuasaan Tuhan yang akhirnya membuat individu bisa merasakan sebuah pengalaman religius serta membantu individu untuk percaya kepada Tuhan dan mendorong individu untuk mengurangi pikiran negatif yang mengganggu dengan percaya bahwa ada hal baik yang akan datang.

Dari hal-hal di atas, peneliti bisa menyimpulkan bahwa religiusitas merupakan suatu kepercayaan individu kepada Tuhan dan menjadi penguat pada individu bahwa ketika terjadi hal-hal yang tidak menyenangkan dalam hidup, tetap percaya pada kekuasaan dan rencana Tuhan. Huber dan Huber (2012) menjelaskan kita bisa meningkatkan religiusitas dengan meningkatkan pengetahuan mengenai agama yang dianut, adanya kepercayaan pada keberadaan Tuhan, ikut dalam ritual keagamaan dan adanya partisipasi dalam organisasi keagamaan, melakukan doa secara pribadi, serta melakukan refleksi bagaimana pengalaman rohani yang telah dialami. Hal-hal ini bisa membantu individu khususnya penyintas COVID-19 beragama Kristen Protestan untuk meningkatkan religiusitasnya. Di sisi lain, individu juga perlu memperhatikan faktor-faktor lain seperti konsep dirinya bahkan dukungan dari orang-orang di sekitar agar semakin maksimal untuk mendukung individu mencapai penerimaan dirinya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan penerimaan diri pada penyintas COVID-19 beragama Kristen Protestan. Hubungan positif ini dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi $r=0,475$. Dengan kata lain semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi pula penerimaan diri, sebaliknya semakin rendah religiusitas maka semakin rendah pula penerimaan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardilla, F., & Herdiana, I. (2013). Penerimaan diri pada narapidana wanita. *Jurnal psikologi kepribadian dan sosial*, 2(1), 1-7. Diakses dari <http://www.journal.unair.ac.id/filerPDF/Fauziya%20Ardilla%20Ringkasan.pdf>
- Aulia, K., Permana, I., & Primanda, Y. (2018). Penerimaan Diri pada Penderita Diabetes Melitus Paska Amputasi di Wilayah Lombok Nusa Tenggara Barat. *The Shine Cahaya Dunia Ners*, 3(1). Diakses dari <http://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCNers/article/view/58>
- Badaria, H., & Astuti, Y. D. (2004). Religiusitas dan penerimaan diri pada penderita diabetes melitus. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 9(17), 21-30. Diakses dari <https://journal.uii.ac.id/index.php/Psikologika/article/download/304/7363>
- Bernard, M. E. (2020). Self-Acceptance: The Foundation of Mental Health and Well-being. Diakses dari <https://www.youcandoiteducation.com.au/wp-content/uploads/2019/11/Self-Acceptance-TheFoundation-Mental-Health-Wellbeing.pdf>
- Citra, L. R. A., & Eriany, P. (2015). Penerimaan diri pada remaja putri penderita lupus. *Psikodimensia*, 14(1), 67-86. Diakses dari <http://103.243.177.137/index.php/psi/article/view/374>
- Dai, N. F. (2020). Stigma masyarakat terhadap pandemi COVID-19. *Prosiding Nasional COVID-19*, 66-73. Diakses dari: <https://www.ojs.literacyinstitute.org/index.php/prosiding-COVID19/article/download/47/32>
- Dewi, I. A. S. K., & Herdiyanto, Y. (2018). Dinamika penerimaan diri pada remaja broken home di bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 434-443. Diakses dari <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/download/40414/24565>
- Faradina, N. (2016). Penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1). Diakses dari <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/download/3925/2524>
- Fatonah, F., & Husna, A. N. (2020). Skala Penerimaan Diri: Konstruksi dan Analisis Psikometri. *Proceeding of The URECOL*, 200-208. Diakses dari <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1142>

- Febriani, I. (2018). Penerimaan Diri Pada Remaja Penyandang Tuna Daksa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1). Diakses dari <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/4539>
- Glock, C. Y., & Stark, R. (1968). *American piety: The nature of religious commitment* (Vol. 1). Univ of California Press. Diakses dari <https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=qCOEUhhjigC&oi=fnd&pg=PR7&dq=glock+and+stark&ots=exQxzcb51b&sig=YFuNt3q7y8MSeTnoweruxbWp3O8>
- Hermawanti, P., & Widjanarko, M. (2011). Penerimaan diri perempuan pekerja seks yang menghadapi status HIV positif di Pati Jawa Tengah. *Psikobuana Jurnal Ilmu Psikologi*, 3(2), 94-103. Diakses dari http://digilib.mercubuana.ac.id/manager/t!@file_artikel_abstrak/Isi_Artikel_920032037283.pdf
- Huber, S., & Huber, O. W. (2012). The centrality of religiosity scale (CRS). *Religions*, 3(3), 710-724. Diakses dari <https://www.mdpi.com/2077-1444/3/3/710>
- Hurlock, E.B.(1974). *Personality development*. New Delhi:McGraw-Hill
- Imron, H. A. (2017). Peran Sampling dan Distribusi Data dalam Penelitian Komunikasi Pendekatan Kuantitatif. *Jurnal studi komunikasi dan media*, 21(1), 111-126. Diakses dari: <https://jurnal-dev.kominfo.go.id/index.php/jskm/article/view/210109>
- Jersild, A. T., Brook, J. S. & Brook, D. W. (1978). *The psychology of adolescence*. New York: MacMillan Pub Company.
- Jubba, H. (2021). Beradaptasi dengan Bencana: Strategi Beribadah Umat Islam dan Kristen di Tengah Pandemi COVID-19. *Religious: Jurnal Studi Agama-Agama Dan Lintas Budaya*, 5(1), 114. Diakses dari <https://scholar.archive.org/work/i6al7zsftrg4lcjgkbsrbiq5nu/access/wayback/https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/Religious/article/download/11164/pdf>
- Kurniawan, Y., & Susilo, M. N. I. B. (2021). Bangkit Pascainfeksi: Dinamika Resiliensi pada Penyintas COVID-19. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5(1), 131-156. Diakses dari <https://journals.usm.ac.id/index.php/philanthropy/article/view/3326>
- Lestari, E. (2021). Studi Analisis tentang Kelimpahan Damai Sejahtera dalam Surat Filipi 4: 4-9. *Predica Verbum: Jurnal Teologi dan Misi*, 1(1), 31-45. Diakses dari <http://ejournal.stti-yogyakarta.ac.id/index.php/predicaverbum/article/view/10>
- Manullang, S. (2017). Studi Teologis Mengenai Mukjizat Kesembuhan. *TE DEUM (Jurnal Teologi dan Pengembangan Pelayanan)*, 6(2), 253-275. Diakses dari: <http://ojs.sttsappi.ac.id/index.php/tedeum/article/view/58>
- Melati, M., & Levianti, L. (2013). Penerimaan Diri Ibu Yang Memiliki Anak Tunanetra. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 11(01), 126-632. Diakses dari <https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-4426-679-1491-1-SM.pdf>
- Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia. (2021). Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) Level 4 (empat) COVID19. Tim Komunikasi Komite Penanganan COVID-19. Instruksi Menteri Dalam Negeri Nomor 31 Tahun 2021 - Regulasi | COVID19.go.id
- Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Panduan Pencegahan Pengendalian COVID-19 di Perkantoran dan Industri. (KMK No. HK.01.07-MENKES-328-2020). Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kemkes Indonesia. <https://promkes.kemkes.go.id/kmk-no-hk0107-menkes-328-2020-tentang-panduan-pencegahan-pengendalian-COVID-19-di-perkantoran-dan-industri>
- Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat di Tempat dan Fasilitas Umum Dalam Rangka Pencegahan COVID-19. (KMK No. HK.01.07-MENKES-382-2020). Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kemkes Indonesia. KMK No. HK.01.07-MENKES-382-2020 tentang Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat di Tempat dan Fasilitas Umum Dalam Rangka Pencegahan COVID-19 (kemkes.go.id)
- Mukti, D. I., & Dewi, D. S. E. (2013). Hubungan antara religiusitas dengan penerimaan diri pada pasien stroke iskemik di RSUD Banjarnegara. *Psycho idea*, 11(2). Diakses dari: <http://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/PSYCHOIDEA/article/view/512>
- Nicolas, D. G. (2021). Penderitaan: Analisis Yeremia 29: 11 dan Relevansinya Bagi Orang Percaya Di Tengah Krisis Pandemi Covid-19. *Jurnal Syntax Admiration*, 2(2), 118-228. Diakses dari: <http://jurnalsyntaxadmiration.com/index.php/jurnal/article/view/177>
- Nurhakim, Farid. (2022 September 26). Nasional. Epidemiolog Griffith: Long COVID-19 Ancaman Serius Bagi Indonesia. Diakses dari Epidemiolog Griffith: Long COVID-19 Ancaman Serius bagi Indonesia (tirto.id)
- Pancawati, R. (2013). Penerimaan diri dan dukungan orangtua terhadap anak autis. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1). Diakses dari <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/3281>
- Pemerintah Pusat Republik Indonesia. (2020). Peraturan Pemerintah (PP) tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19). (PP No 21 Tahun 2020) <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/135059/pp-no-21-tahun-2020>

- Powell L. Sepuluh Laku Hidup Bahagia. Yogyakarta: Kanisius; 1992.
- Putra, Y. M. (2021 Februari 18) Nasional. Psikolog: banyak penyintas COVID yang stigmatisasi diri. Diakses dari <https://www.republika.co.id/berita/q0006y284/psikolog-banyak-penyintas-COVID-yang-stigmatisasi-diri>
- Rahmawati, S. (2018). Pengaruh religiusitas terhadap penerimaan diri orangtua anak autis di sekolah luar biasa xyz. *Jurnal Al-azhar Indonesia Seri Humaniora*, 4(1), 17-24. Diakses dari <https://jurnal.uai.ac.id/index.php/SH/article/viewFile/248/233>
- Rezkisari, Indira. (2020 Mei 01). Nasional. 64,3 persen responden depresi terkait pandemi. Diakses dari <https://www.republika.co.id/berita/q9mz2e328/643-persen-responden-depresi-terkait-pandemi>
- Sardono, E. E., Hermiawan, N., & Wekin, O. K. (2020). Makna Fenomena Kematian Massal Di Tengah Pandemi COVID-19 berdasarkan Refleksi Dari Ayub 1: 1-22. *VISIO DEI: Jurnal Teologi Kristen*, 2(2), 265-283. Diakses dari <http://www.jurnal.sttstarslub.ac.id/index.php/js/article/view/158>
- Sebayang, Rehia. (2020 Maret 12). Nasional. WHO Nyatakan Wabah COVID-19 jadi Pandemi, Apa Maksudnya?. Diakses dari <https://www.cnbcindonesia.com/news/20200312075307-4-144247/who-nyatakan-wabah-COVID-19-jadi-pandemi-apa-maksudnya>
- Selan, Y. (2020). MAKNA UNGKAPAN" Kamu Adalah Terang Dunia" MENURUT MATIUS 5: 14 DAN PENERAPANNYA DALAM PELAYANANAN HAMBAA TUHAN. *Jurnal Luxnos*, 6(1), 1-6. Diakses dari: https://luxnos.sttpd.ac.id/index.php/20_luxnos_20/article/view/2
- Setyowati, D. L., Sahaja, K. A., Alisya, Z., Syahputra, F. D., & Lawinata, L. S. (2021). Edukasi protokol isolasi mandiri di masa pandemi COVID-19. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(5), 2563-2572. Diakses dari <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/5291>
- Simon, S. (2020). Respon Orang Kristen Terhadap Pemberitaan Televisi Mengenai COVID-19. *Jurnal Gamaliel: Teologi Praktika*, 2(2), 114-131. Diakses dari <http://jurnal.stt-gamaliel.ac.id/index.php/gamaliel/article/view/52>
- Singh, S., Bhutani, S., & Fatima, H. (2020). Surviving the stigma: Lessons learnt for the prevention of COVID-19 stigma and its mental health impact. *Mental Health and Social Inclusion*, 24(3), 145–149. Diakses dari <https://doi.org/10.1108/MHSI-05-2020-0030>
- Sumakul, Y., & Ruata, S. (2020). Kesejahteraan psikologis dalam masa pandemi COVID-19. *Journal of Psychology "Humanlight"*, 1(1), 1-7. Diakses dari <http://ejournal-iakn-manado.ac.id/index.php/humanlight/article/download/302/244>
- Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Kombinasi : Mixed Methods. Bandung: Alfabeta
- Tim Komunikasi Komite Penanganan COVID-19. (2021). Data Vaksinasi COVID-19 (Update per 25 November 2021). Diakses dari Data Vaksinasi COVID-19 (Update per 25 November 2021) | COVID19.go.id
- Tim Komunikasi Komite Penanganan COVID-19. (2021). Kesembuhan COVID-19 Mencapai 4.102.993 Orang. 25 November 2021. Diakses dari Kesembuhan COVID-19 Mencapai 4.102.993 Orang | COVID19.go.id
- Ulina, M. O., Kurniasih, O. I., & Putri, D. E. (2013). Hubungan religiusitas dengan penerimaan diri pada masyarakat miskin. *Prosiding PESAT*, 5. Diakses dari <http://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/pesat/article/viewFile/903/793>
- Virarosdela, R. N. (2021 Maret 02). Nasional. Kilas balik kronologi munculnya kasus pertama COVID-19 di Indonesia. Diakses dari Kompas.com <https://megapolitan.kompas.com/read/2021/03/02/05300081/kilas-balik-kronologi-munculnya-kasus-pertama-COVID-19-di-indonesia?page=all>