

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Isolasi Khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan

Upaya penanggulangan Covid-19 yang bersifat pandemi, memerlukan perlindungan hukum. Pemerintah Indonesia menggunakan payung hukum sebagai landasan untuk merespons Covid-19 di tingkat nasional, yaitu UU Nomor 6 Tahun 2018 tentang Keekarantinaan Kesehatan. Kemudian, Presiden Joko Widodo mengeluarkan Keputusan Presiden Nomor 7 Tahun 2020 tentang Gugus Tugas Percepatan Penanganan *Corona Virus Disease 2019* (Covid-19). Sesuai dengan Keppres, Gugus Tugas memiliki struktur dan rantai komando yang membentang dari pusat ke daerah, bahkan sampai ke tingkat desa. Dalam Gugus Tugas terdapat unsur Kepolisian dan TNI menjadi anggota pelaksana Gugus Tugas yang dipimpin Kepala BNPB.

Gubernur Kalimantan Selatan, H. Sahbirin Noor, mengambil langkah cepat guna memproteksi masyarakat dari penyebaran Covid-19. Sesuai arahan Pemerintah Pusat, Gubernur Kalsel membentuk Tim Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 Provinsi Kalsel yang awalnya disebut Gugus Tugas Pencegahan Pengendalian dan Penanganan Covid-19. Hal itu dituangkan dalam Keputusan Gubernur Kalimantan Selatan.

Hal ini sesuai dengan No.188.44/0244/KUM/2020 tanggal 15 April 2020 tentang Pembentukan Gugus Tugas Percepatan Penanganan *Corona Virus Disease* (Covid-19) Provinsi Kalimantan Selatan. Kemudian ditetapkan pula status siaga darurat Covid-19 di Kalsel.

Berdasarkan pemetaan dari tim gugus depan daerah Kalsel, sekitar 80 persen kasus positif Covid-19 yang terdeteksi di Kalsel adalah orang tanpa gejala (OTG) maupun dengan gejala klinis ringan. Sementara sekitar 20 persen adalah pasien positif Covid-19 dengan menunjukkan gejala berat seperti demam, batuk dan sesak nafas. Mayoritas pasien dengan gejala tersebut memiliki komorbid atau penyakit penyerta. Dari ratusan kasus meninggal akibat Covid-19 di Kalsel berasal dari pasien dengan komorbid yakni diabetes, ginjal, dan jantung. Gugus Tugas Percepatan dan Penanganan Covid-19 Kalsel menyediakan 4 gedung karantina khusus di Kota Banjarbaru bagi para OTG dan pasien positif bergejala ringan. Gedung tersebut salah satunya adalah gedung Balai Pelatihan Kesehatan Pemerintah Provinsi Kalimantan Selatan.

Penelitian ini dilakukan di Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan atau yang lebih dikenal dengan Bapelkes Banjarbaru, yang berlokasi di Jalan H. Mistar Tjokrokusumo No.5A Kelurahan Sungai Besar Banjarbaru. Terletak ± 36 Km dari kota Banjarmasin menuju kearah Cempaka daerah pendulangan intan yang terkenal di wilayah Banjarbaru, berdekatan dengan Universitas Lambung Mangkurat. Disanalah

keberadaan Bapelkes yang memiliki Motto BAKULA yaitu Bersih, Asri, Kompak, Ulet, dan Amanah.

a. Visi dan Misi

Adapun visi dan misi yang dimiliki Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan, meliputi :

1) Visi

Visi dari Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan adalah menjadi penyelenggara diklat terdepan dan terpercaya di Kalimantan Selatan.

2) Misi

Sedangkan Misi yang ingin dicapai dari Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan adalah :

- a) Menyelenggarakan Diklat Kesehatan secara professional bagi tenaga kesehatan dan masyarakat.
- b) Memberikan pelayanan prima dalam penyelenggaraan Diklat.
- c) Mengembangkan dan melaksanakan program Diklat Unggulan.
- d) Menyediakan Sarana, Prasarana dan alat bantu pembelajaran yang memenuhi standar kediklatan.
- e) Mengembangkan Laboratorium kelas, Laboraturium Lapangan dan Perpustakaan.
- f) Mengembangkan kemitraan sumber daya kediklatan.
- g) Memberikan layanan konsultasi kediklatan dan informasi ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang kesehatan.

- h) Mengembangkan jejaring informasi kediklatan.
- i) Melakukan penelitian dan pengkajian kebutuhan diklat, pengembangan model, serta evaluasi aktivitas kediklatan.
- j) Mengembangkan profesionalisme sumber daya insani Bapelkes Provinsi Kalsel.

Tabel 4.1
Data Tenaga Isolasi Khusus Bapelkes Provinsi Kalimantan Selatan

NO	NAMA/JABATAN	TUGAS
KOORDINATOR		
1	Kepala Bidang Pencegahan dan Kesiapsiagaan BPBD Provinsi Kalsel	Ketua
2	Sekretaris Dinas Kesehatan Provinsi Kalsel	Wakil Ketua
3	Kepala Sub Bidang Pencegahan BPBD Provinsi Kalsel	Anggota
4	Kepala Sub Bidang Rehabilitasi BPBD Provinsi Kalsel	Anggota
KEPALA ISOLASI		
1	Nana Hudia , SE	Kepala
2	H. Muhammad Syarief, SE., MM.	Wakil
3	dr. Safril	Wakil
4	Sukanto, S. Sos., M.M	Wakil
PELAYANAN KESEHATAN		
A	DOKTER SPESIALIS	
1	dr. Hendra Agus Setiawan, Sp. P	Dokter Spesialis
2	dr. Ajeng Ayu Sekarini Uswah Khasanah, Sp. PD	Dokter Spesialis
B	DOKTER UMUM	
1	dr. Yusuf Rachman	Dokter
2	dr. Anindya Wirasastra Inggas Ariawan, M.Kes	Dokter
3	dr. Rolanda	Dokter
4	dr. Adi Kristanto, MM	Dokter
C	PERAWAT	
1	Faizah, S.Kep	Perawat
2	Siska Indah Listiana, A.Md., Kep	Perawat
3	Maulina, AMd., Kep	Perawat
4	Nilah Maya Sari, S.Kep, Ns	Perawat
5	Khairan Adiyani, AMd., Kep	Perawat

6	Sisi Heldayanti Wulandari Ibad, Amd., Kep	Perawat	
7	M. Novi Arisandi, S.Kep., Ners	Perawat	
8	Titian Jalu Sadewo, S.Kep., Ners	Perawat	
9	Ady Riswan, S.Kep., Ners	Perawat	
10	Andi Akbar Al Mukarram, S.Kep	Perawat	
11	Anwar Noor, AMK	Perawat	
12	Riadi Fahlevi, S.Kep	Perawat	
13	Sudarman, AMK	Perawat	
14	Abdul Rahman, Amd.Kep	Perawat	
15	Irma Yunita, S.Kep., Ns	Perawat	
16	Rolly Pratama, A.Md., Kep	Perawat	
D	BIDAN		
1	Nurhasina Aprilliyanti, A.Md., Keb	Bidan	
E	FARMASI & LOGISTIK		
1	M. Fajar Siddiq	Logistik	
2	Febri Dwi Wibowo	Logistik	
3	Dini Erma Yani, S. Farm., Apt	Farmasi	
4	Elsha Anith Roma Uli Sirait, S.Farm., Apt	Farmasi	
F	GIZI		
1	Ardiansyah, SKM, M.Kes	Ahli Gizi	
2	Sri Yani Wijianingsih, S.Gz	Ahli Gizi	
3	Slamet Pudji Basuki, AMG, SE.M.Kes	Ahli Gizi	
4	Sugianto	Ahli Gizi	
G	AHLI TEKNOLOGI LAB MEDIS		
1	Ahmad Muttaqien, S.tr., Kes	Laborat	
2	Mira Restiani, A.Md., AK	Laborat	
3	Nurmalasari	Laborat	
H	SOPIR AMBULANS		
1	Rudie	Sopir Ambulance	
2	Ahmad Raziqin	Sopir Ambulance	
3	Faisal Ramadhan	Sopir Ambulance	
KEAMANAN			
1	Toni Mukti	Kopda	TNI
2	Enggar Prasetyo	Praka	TNI
3	Sukadi	Praka	TNI
4	Supriyono	Kopda	TNI
5	Andik Susanto	Kopda	TNI
6	Dwi Prasetyo	Praka	TNI
1	Susilo	Bripka	POLRI
2	Lutfi	Aipda	POLRI
3	Agung Sugiarto	Aipda	POLRI

4	Matriyandi	Aipda	POLRI
5	Ihsan Fahmi	Bharatu	POLRI
6	Didik Yudha	Bripka	POLRI
1	Syafrullah		Satpol PP
2	M. Ghifari		Satpol PP
3	M. Minardi E.G.		Satpol PP
4	Jovi Bagus S.		Satpol PP
5	M. Maulana		Satpol PP
6	M. Ahya R.		Satpol PP
1	Muhammad Zubaidi		Satpam
2	Amir Mahmud		Satpam
3	Ridho Del Pierro Novriansyah		Satpam
4	Fajri		Satpam
5	Didi Tarmudi		Satpam
6	Gusma Riyandi		Satpam
KEBERSIHAN			
1	Muhammad Rizkan		Kebersihan
2	Nasrullah		Kebersihan
3	Hafiz Maulana		Kebersihan
4	Gunawan		Kebersihan
5	Abdi Khanafy		Kebersihan
6	Bambang Irawan		Kebersihan
7	Rahmat Suryana		Kebersihan
8	Bhida Mahruji		Kebersihan
9	Zainal		Kebersihan
10	Sasragam		Kebersihan
ADMINISTRASI			
1	Romzy Mahfoed, S.Kom		Administrasi
2	Ari Priyanto, S.Kom		Administrasi
TEKNISI DAN PERALATAN			
1	Noordiepansah		Teknisi
2	M.Syafei		Teknisi

b. Tujuan dan Fungsi

1) Tujuan

Bapelkes memiliki 3 tujuan perspektif diantaranya :

- a) Perspektif Keuangan yaitu meningkatkan kemandirian pembiayaan Bapelkes sehingga tetap eksis dan berkembang di era otonomi daerah,
- b) Perspektif Customer yaitu meningkatnya citra Bapelkes sebagai institusi proses intern meningkatnya kinerja seluruh pegawai melalui penerapan manajemen mutu terpadu,
- c) Perspektif Pembelajaran dan Pertumbuhan yaitu terwujudnya keunggulan jangka panjang melalui pengembangan dan pemberdayaan Bapelkes.

2) Fungsi

Balai Pelatihan Kesehatan (Bapelkes) Pemprov Kalimantan Selatan mempunyai beberapa tugas, yaitu Melaksanakan Sebagian Kegiatan Teknik Operasional dan Kegiatan Teknis Penunjang Dinas Kesehatan dibidang Pelatihan Kesehatan. Sedangkan fungsinya adalah :

- a) Penyusunan Rencana Teknis Operasional Pelatihan Kesehatan
- b) Pelaksanaan Kebijakan Teknis Operasional Pelatihan Kesehatan
- c) Pemantauan Evaluasi dan Pelaporan Pelatihan Kesehatan
- d) Pengelolaan Laporan Ketatausahaan
- e) Penerimaan Kelompok Jabatan Fungsional
- f) Pelaksanaan Tugas Lain yang diberikan oleh Kepala Dinas Kesehatan dengan Tugas dan Fungsinya.

Awalnya gedung karantina khusus disiapkan hanya untuk ODP, namun dalam perkembangannya juga menampung yang positif Covid-19. Pemusatan karantina dilakukan untuk mengintegrasikan penanganan dan mempercepat pengendalian penularan Covid-19 di Kalsel. Selama menjadi Karantina Khusus ini ada 65 kamar dan 130 tempat tidur yang telah disediakan oleh pemerintah juga di tunjang oleh beberapa tenaga dokter spesialis dan umum, psikologi klinis (di awal tahun 2020), ahli epidemiologi, farmasi, ahli gizi, bidan, perawat, tenaga laboratorium, petugas keamanan, petugas kebersihan dan *laundry*, dan petugas sampah.

2. Gambaran Hasil Penelitian

a. Identitas Subjek Penelitian

Dalam penelitian yang dilakukan tentang gambaran *husnuzhan* pada pasien Covid-19 ini, ada 3 orang subjek yang telah diwawancarai. Pemilihan subjek berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan sebelumnya oleh peneliti. Adapun kriteria subjek adalah sebagai berikut:

- 1) Seseorang yang telah terdiagnosa positif Covid-19 melalui *PCR swab test* maupun antigen.
- 2) Berusia 15-55 tahun.
- 3) Beragama Islam
- 4) Dalam keadaan dapat menerima, tenang, dan kooperatif.
- 5) Sedang berada di Isolasi Khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan.

6) Bersedia menjadi subjek penelitian.

Adapun deskripsi ketiga subjek dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 4.2
Identitas Subjek Penelitian

No	Nama/ Inisial	Usia	Jenis Kelamin	Pekerjaan	Lama di Isolasi	Gejala yang dirasakan
1.	M	20 tahun	Perempuan	Mahasiswi	8 hari	Gejala yang mengarah kepada batuk pilek disertai dengan keluhan tenggorokan
2.	MR	54 tahun	Laki-laki	Pegawai Swasta	4 hari	Tidak memiliki gejala
3.	AM	25 tahun	Laki-laki	ASN	7 hari	Gejala yang ditandai badan panas meriang, sesak nafass, dan batuk parah

a) Subjek M

Subjek M merupakan seorang perempuan yang berusia 20 tahun. Subjek saat ini terdaftar sebagai mahasiswi D3 Keperawatan Gigi di Poltekkes Kemenkes Banjarmasin yang masih berada di semester 5. Subjek berasal dari Anjir Pasar, Barito Kuala, Provinsi Kalimantan Selatan. Keseharian lainnya sebagai mahasiswa, subjek juga menjadi asisten dokter gigi di salah satu klinik yang ada di Banjarbaru selama 3 bulan terakhir. Peneliti melakukan wawancara dengan subjek pada hari Jumat, tanggal 1 Oktober 2021 yang bertempat di Gedung Husada V Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan.

Pada saat wawancara berlangsung dengan subjek M adalah pada saat sesi wawancara dimulai subjek M terlihat santai dengan beberapa pertanyaan awal yang dibuktikan dengan jawaban subjek ketika menceritakan beberapa hal terkait kronologi terpapar beserta gejala awal yang dirasakan secara terbuka, namun ketika diajukan pertanyaan tertentu subjek M terlihat kebingungan saat menjawab pertanyaan dan ada beberapa jawaban yang kurang jelas sehingga peneliti memberikan penjelasan terlebih dahulu mengenai pertanyaan yang akan ditanyakan agar subjek lebih memahami dan mudah memberikan jawaban. Untuk penampilan subjek M menggunakan pakaian yang layak dan bersih juga tidak lusuh dengan rambut terikat dan menggunakan kacamata, selain itu subjek M juga tidak lupa menggunakan masker selama berbincang dengan peneliti. Mimik wajah subjek M tidak terlalu terlihat karena tertutup dengan masker, namun saat berbicara mata subjek lebih sering menatap peneliti dan pada saat tertentu mata subjek melihat ke arah atas sebelah kanan serta subjek duduk dengan tegak dan santai di sofa. Intonasi subjek M saat berbicara dalam proses wawancara cukup jelas dan tegas. Walaupun begitu, subjek M cukup kooperatif sehingga banyak pengalaman yang dia rasakan saat terpapar Covid-19 di Isolasi Khusus Bapelkes diceritakan kepada peneliti.

b) Subjek MR

Subjek MR merupakan seorang pegawai swasta yang pernah bekerja di PT. Malindo Feedmill selama 4 tahun, dan sekarang subjek MR

bekerja di PT. Sinar Surya Cemerlang yang bergerak di bidang grosir mesin, yang berada di Kota Makassar. Beliau berusia 54 tahun dan yang paling tua diantara pasien atau tamu yang ada di isolasi khusus Bapelkes. Peneliti melakukan wawancara bersama dengan subjek MR pada Jumat, tanggal 1 Oktober 2021 saat subjek sedang berada di Isolasi Khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan.

Adapun hasil observasi yang didapat pada saat proses wawancara bersama subjek MR terlihat santai dan komunikatif dari awal sampai sesi wawancara selesai, ia juga terlihat ekspresif yang mana hal itu terlihat dari jawaban yang dia lontarkan disertai dengan ekspresi wajah dan intonasi suaranya. Subjek MR menggunakan pakaian harian yang bersih dan santai ditambah dengan menggunakan masker selama wawancara dengan peneliti. Mimik wajah subjek MR tidak terlalu terlihat karena tertutup dengan masker, namun saat berbicara mata subjek lebih fokus menatap peneliti dan duduk dengan tegak dan santai menghadap peneliti. Intonasi subjek MR saat berbicara dalam proses wawancara cukup jelas dan tegas.

Selama proses wawancara berlangsung, peneliti dan subjek MR berbicara menggunakan bahasa Indonesia yang dikarenakan subjek tidak fasih dalam berbahasa banjar. Selain itu, subjek juga menceritakan secara terbuka dan mendetail mengenai pengalaman ketika tidak dapat pulang ke daerah asalnya karena hasil PCR di Bandara Syamsyuddin

Noor, Kalimantan Selatan saat itu dinyatakan positif terpapar Covid-19, hal itu dapat dilihat dari hasil wawancara subjek dengan peneliti.

c) Subjek AM

Subjek AM merupakan seorang laki yang berusia 25 tahun yang berasal dari Samarinda, Provinsi Kalimantan Timur. Saat ini subjek sedang bekerja sebagai ASN (Aparatur Sipil Negara), lebih tepatnya di bagian Keprotokolan pada Biro Humas dan Protokol Sekretariat Daerah Pemerintah Provinsi Kalimantan Selatan selama 1 tahun terakhir, dan menetap di Sungai Ulin, Banjarbaru. Peneliti melakukan wawancara bersama dengan subjek pada hari Jumat, tanggal 1 Oktober 2021 saat subjek berada di Isolasi Khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan.

Subjek AM pada hari itu menggunakan pakaian yang layak dan bersih disertai dengan menggunakan masker. Mimik wajah subjek AM tidak terlalu terlihat karena tertutup dengan masker, namun saat berbicara mata subjek terkadang menatap ke arah lain selain ke arah peneliti. Subjek AM duduk dengan tegak dan santai menghadap peneliti dengan tetap menjaga jarak, tetapi ia agak terganggu dengan batuk yang ia rasakan sehingga pada saat wawancara ia sering menutup wajahnya dengan bagian tengah sikut selagi ia batuk. Intonasi subjek AM saat berbicara dalam proses wawancara cukup jelas dan tegas. Subjek AM memang terlihat begitu tenang dan santai selama wawancara berlangsung namun dikarenakan subjek masih memiliki gejala seperti

batuk akut, yang membuat subjek kesusahan untuk berbicara dengan intonasi suara yang jelas. Walaupun begitu, subjek tetap berusaha keras untuk menjawab semua pertanyaan yang diajukan oleh peneliti dengan sambil berpikir sejenak meski dengan jawaban yang terkesan seadanya atau *to the point*. Namun hal ini selaras dengan apa yang dia ceritakan sesuai dengan pengalamannya selama di Isolasi Khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan.

b. Identitas Informan Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan 2 orang informan, yang terdiri dari 1 orang informan subjek sekaligus informan ahli dan 1 orang informan ahli terkait penelitian yang dilakukan. Terkait informan subjek, beliau adalah orang yang dekat dan sering bertemu dengan subjek selama berada di isolasi khusus dan berkontribusi sebagai penguat dari hasil wawancara dengan subjek. Sedangkan informan ahli adalah seorang dosen Psikologi Islam dan salah satu guru besar UIN Antasari Banjarmasin yang juga pernah melakukan penelitian dan mengeluarkan buku tentang *husnuzzhan* dalam perspektif psikologi. Informan ahli berfungsi sebagai penguat dari hasil wawancara subjek dan memberikan pandangan mengenai gambaran *husnuzzhan* yang diteliti. Adapun identitas kedua informan adalah sebagai berikut :

- 1) Informan subjek adalah dr. Safril, dimana informan ini sebagai salah satu wakil kepala Isolasi Khusus Balai Pelatihan Kesehatan dan selaku dokter yang ikut menangani pasien Covid-19 selama di

karantina. Informan sering visit ke asrama VIP dalam 3 bulan terakhir dikarenakan dokter umum yang lain ada yang menempuh pendidikan dan berhalangan hadir. Informan juga telah bekerja sebagai dokter di Bapelkes selama 9 tahun.

2) Sedangkan untuk informan ahli adalah bapak dr. Safril dan Dr. H. Akhmad Sagir, M.Ag yang merupakan dosen Psikologi Islam dan pernah melakukan penelitian dan membuat buku tentang *husnuzzhan* dalam perspektif psikologi, yang saat ini berusia 50 tahun. Berikut adalah daftar identitas informan dalam penelitian ini :

Tabel 4.3
Identitas Informan Penelitian

No	Nama	Usia	Jenis Kelamin	Pekerjaan	Keterangan
1.	dr. Safril	50 tahun	Laki-laki	Dokter Umum	Informan Subjek dan Ahli
2.	Dr. H. Akhmad Sagir, M. Ag	50 tahun	Laki-laki	Dosen Psikologi Islam	Informan Ahli

c. Hasil Penelitian

1) Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan secara langsung di Isolasi Khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan dengan tiga orang subjek beserta dua informan. Dalam sesi wawancara berlangsung kepada subjek, peneliti juga melakukan obsevasi kepada mereka. Berikut merupakan sajian data dalam bentuk tabel 4.1 dari pelaksanaan penelitian agar dapat diketahui bagaimana alur penelitian yang dilakukan oleh peneliti dalam melakukan penelitian.

Tabel 4.4
Alur Pelaksanaan Penelitian

No	Hari/Tanggal	Waktu	Kegiatan	Keterangan
1.	Kamis, 09 Juli 2020	11.00-13.00 WITA	Wawancara Pendahuluan	Via Whatsapp
2.	Jumat, 10 Juli 2020	15.00-17.00 WITA	Wawancara Pendahuluan	Via Whatsapp
3.	Jumat, 01 Oktober 2021	10.20-11.30 WITA	Wawancara subjek M	Secara Langsung
4.	Jum'at, 01 Oktober 2021	11.50-12.40 WITA	Wawancara subjek MR	Secara Langsung
5.	Jum'at, 01 Oktober 2021	13.00-14.20 WITA	Wawancara subjek AM	Secara Langsung
6.	Minggu, 10 Oktober 2021	08.30-09.45 WITA	Wawancara informan subjek	Secara Langsung
7.	Jum'at, 24 Desember 2021	07.30-08.30 WITA	Wawancara informan ahli	Secara Langsung

2) Mekanisme Triangulasi

Triangulasi data merupakan metode yang dilakukan oleh peneliti kualitatif yang bertujuan untuk membandingkan informasi atau data yang diperoleh dengan cara yang berbeda. Dalam penelitian ini, data pembanding untuk memperkuat data penelitian adalah dengan cara wawancara kepada informan ahli dan informan subjek.

Sebelum proses pengambilan data berlangsung, dosen pembimbing peneliti memberikan saran untuk menambahkan informan ahli terkait penelitian ini. Dosen pembimbing memberikan pandangan bahwa dosen dari Fakultas Ushuluddin dan Humaniora yang bernama Dr. H. Akhmad Sagir, M.Ag tepat untuk diwawancarai sebagai informan ahli karena pernah melakukan

penelitian dan membuat buku tentang “*Husnuzhan* dalam Perspektif Psikologi”. Dan setelah peneliti melakukan wawancara kepada ketiga subjek, informan ahli bersedia untuk diwawancarai.

Selain itu, dalam mendapatkan informan subjek, peneliti bertanya kepada pihak isolasi khusus Bapelkes tentang siapa yang lebih mengetahui mengenai kondisi dan keseharian subjek selama dikarantina disana. Akhirnya diputuskan untuk menjadikan dr. Safril yang menjadi informan ketiga subjek tersebut dikarenakan beliau sering berkomunikasi dan memeriksa keadaan pasien selama di isolasi. Ketika dihubungi melalui whatsapp, informan subjek bersedia diwawancarai.

3) Hubungan Subjek dengan Peneliti

Kedudukan peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai peneliti (*researcher*). Sedangkan subjek merupakan pasien yang dinyatakan positif Covid-19 dari hasil tes Swab maupun antigen, dan sedang melakukan isolasi atau karantina di Isolasi Khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan. Sebelumnya subjek dan peneliti tidak pernah saling kenal satu sama lain. Jadi peneliti tidak terlibat langsung pada saat proses pasien dinyatakan dan mendapat hasil positif dari tes tersebut.

4) Data Hasil Penelitian

Pada bagian ini berisikan hasil data yang peneliti dapatkan di lapangan. Data yang diperoleh dari hasil wawancara ini kemudian

diolah menjadi verbatim. Selanjutnya diambil beberapa pernyataan yang mengarah pada fokus penelitian ini yaitu *husnuzzhan* seseorang yang terpapar Covid-19 yang berada di Isolasi Khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan. Selanjutnya temuan-temuan tersebut dianalisis menjadi pembahasan ilmiah.

a) Subjek M

(1) Pengalaman yang dirasakan pasien Covid-19 selama di isolasi

Pada kondisi pandemi Covid-19 ini, subjek M dinyatakan positif terpapar Covid-19 yang mengharuskan ia untuk melaksanakan karantina di tempat isolasi khusus. Sebagaimana didapati dari hasil wawancara dengan subjek M yang mengatakan bahwa dirinya sudah mendapatkan vaksin untuk yang kedua kalinya, namun subjek M tetap terpapar dikarenakan selama beberapa hari terakhir ia banyak mendapatkan kegiatan dari kampusnya salah satunya bekerja sebagai pemegang di salah satu klinik gigi di Banjarbaru. Subjek M juga awalnya sempat memiliki gejala yang mengarah kepada batuk pilek yang disertai dengan keluhan tenggorokan. Namun subjek M diharuskan untuk melakukan tes swab Antigen karena sebagai persyaratan praktek dari klinik kampus yang akhirnya didapatkan hasil positif pada hari Kamis tanggal 23 September 2021.

Dua hari setelah mendapatkan hasil tersebut, subjek M disarankan oleh dosennya untuk melakukan karantina di isolasi khusus Bapelkes. Selama berada di karantina, subjek M sempat merasakan sesak nafas akibat dari kenaikan asam lambung yang di deritanya. Selama subjek M berada di tempat karantina, ia merasakan perasaan yang campur aduk akibat dinyatakan positif terpapar Covid-19, yang menyebabkan beberapa kendala pada aktifitas sehari-seharinya sebagai mahasiswi terganggu. Subjek M juga mendapatkan tanggapan dari orang tuanya yang sempat panik dan khawatir, bahkan sampai-sampai ingin menyusul ke Banjarbaru. Namun setelah subjek M menjelaskan bahwa dirinya baik-baik saja dan ditangani dengan cepat sampai dibawa ke tempat karantina akhirnya orang tua dari subjek M sedikit lega.

Subjek M juga mengaku selama di karantina perasaannya naik turun senang bercampur sedih, dengan alasan senang karena dalam hitungan hari ia akan keluar dari karantina namun subjek M juga sedih karena ketinggalan beberapa praktek yang tidak dapat dikejar. Bukan karena Covidnya namun dengan tugas-tugas kuliahnya. Selain itu hal yang dilakukan subjek M ketika perasaannya sedang down adalah yang hal pertama yang ia lakukan dengan menangis, karena

dengan menangis subjek M dapat mengeluarkan emosi negatifnya dengan lega.

Selama berada di isolasi, subjek M diberi pelayanan yang sangat baik oleh Bapelkes, seperti mendapatkan fasilitas kamar yang VIP, dapat makanan 3 kali sehari dengan menu yang berbeda-beda, kemudian mendapatkan obat dan vitamin secara gratis, di ajak senam bersama dengan beberapa orang dan petugas yang ada disana, serta selama mereka dikarantina disana tidak dipungut biaya apapun alias gratis.

Subjek M menjelaskan selama ia dinyatakan positif Covid-19 belum pernah mendengar ataupun mendapat stigma dan diskriminasi dari orang-orang maupun lingkungannya. Karena walaupun ia mendapati hal semacam itu, subjek M tidak terlalu memikirkan apa yang dikatakan orang-orang dan ia akan menanggapi dengan santai agar tidak terjadi permasalahan dikemudian hari.

(2) Makna *Husnuzhan* pada pasien Covid-19

Subjek M menuturkan bahwa berprasangka baik kepada Allah itu adalah hal yang sangat penting, karena apapun yang telah ditakdirkan Allah kepada kita mau hal baik ataupun hal buruk itu pasti memiliki hikmah dibalik itu semua. Subjek M memetik beberapa hikmah atas apa yang sedang dialaminya untuk lebih ketat lagi dalam menjalankan protokol kesehatan

dimanapun berada, tidak lupa untuk selalu bersyukur kepada Allah atas nikmat kesehatan yang ia terima bahkan mengurangi untuk pergi jalan atau noongkrong ke tempat yang kurang ada manfaatnya.

Selama di karantina, subjek M tetap melaksanakan kuliahnya walaupun secara online, bahkan subjek M juga tetap berusaha dengan tidak berpasrah pada keadaan dan ditambah dan berikhtiar kepada Allah dengan beberapa usaha seperti memperbanyak makan walaupun nafsu makan subjek M sempat menurun, olahraga yang teratur, dan rutin minum vitamin. Sisanya menyerahkan semuanya, berdoa dan berharap kesembuhan dari Allah SWT. Dengan menyerahkan semuanya kepada Allah, maka perasaan yang dirasakan oleh subjek M menjadi lebih tenang dan santai.

Ketika subjek M melihat beberapa pasien Covid-19 lainnya telah sembuh, subjek M juga merasa senang dan bersyukur atas kesembuhan mereka bahkan subjek M juga ikut memotivasi dirinya karena ia yakin pasti akan sembuh dan keluar dari karantina juga. Bahkan selama dikarantina, subjek M masih bisa bahagia dengan kondisinya yang sedang berada di karantina, dikarenakan masih dikelilingi orang-orang baik seperti orang tua, keluarga bahkan teman yang selalu mensupport untuk kesembuhannya.

Bahkan dengan keadaan yang demikian, subjek M tidak menyalahkan siapapun bahkan terhadap orang yang telah memaparkan virus ini kepadanya. Subjek M menganggap bahwa ini memang sudah takdir yang harus dihadapi. Karena ia merasa itu memang murni kesalahan dari dirinya sendiri akibat imunitas tubuhnya yang memang sedang menurun, kelelahan dengan jadwal yang padat membuat waktu istirahatnya menjadi berkurang. Oleh karena itu subjek M mengontrol pikirannya agar tetap positif thinking dan nyaman selama dikarantina agar dia segera lekas pulih.

Selain itu, pandangan subjek M mengenai seseorang yang berikhtiar hanya pada saat tertentu saja, itu adalah hak orang tersebut walaupun tetap tidak tepat. Karena yang namanya usaha itu harus beriringan dengan ikhtiar dan selalu melibatkan Allah, maka apapun hasilnya kita akan mampu menerima dengan lapang dada. Subjek M, menganggap Covid-19 ini bisa termasuk Rahmat dari Allah namun bukan sebagai bentuk teguran, melainkan takdir yang harus dijalaninya sebagai hamba. Menurut subjek M Covid-19 tidak ada hubungannya dengan perilaku kita dimasa lalu, namun Covid-19 ini salah satu ujian yang diberikan Allah untuk menguji kesabaran dan keikhlasan ia sebagai hambanya.

Subjek M juga tetap menjaga hubungan baik dengan orang lain dan menganggap itu adalah hal yang sangat penting, karena sebagai salah satu hal yang ada dalam berbaik sangka kepada sesama manusia. Bahkan dengan terjalinnya hubungan baik dengan orang lain bisa menjadi ladang pahala juga dan meningkatkan tali persaudaraan dengan sesama. Banyak cara yang bisa dilakukan apalagi di zaman sekarang, dengan adanya media sosial yang dapat memudahkan kita untuk berkomunikasi maupun mengajak kepada hal kebaikan seperti kumpul bareng dalam sebuah acara, majelis taklim, dan sebagainya.

Sementara itu subjek M menerangkan bahwa ketika ada orang lain yang menyakiti hatinya dengan sengaja maupun tidak, ia akan memaafkan orang-orang tersebut walaupun membutuhkan waktu yang tidak sedikit. Namun subjek M tetap meminta maaf jika kesalahan itu bukan berasal dari dia dan akan tetap meminta maaf jika memang benar dia yang salah dalam suatu permasalahan dikarenakan subjek M merasa tidak enak atas kejadian tersebut.

Alasan subjek M untuk memaafkan karena dengan mengingat kebaikan dari orang tersebut akan sangat berpengaruh terhadap perasaannya kepada orang tersebut, dan subjek M menganggap bahwa setiap orang pasti memiliki sisi

baik dan sisi buruk serta hal yang wajar jika seseorang pernah melakukan kesalahan dan subjek M sadar bahwa suatu saat bisa saja orang yang pernah menyakitinya ini akan memerlukan bantuan subjek M maupun sebaliknya.

Untuk lingkungan yang kurang disukai atau bahkan dianggap toxic oleh subjek M, maka subjek M lebih memilih berhenti dan mundur untuk bergabung kepada lingkungan tersebut agar terhindar secara halus dan tidak ada menyakiti perasaan orang lain. Selain itu subjek M mengaku dengan kondisinya sekarang, ia jadi lebih mengetahui mana teman yang benar-benar peduli dan tulus kepadanya.

(3) Faktor yang mempengaruhi *Husnuzhan* pada pasien Covid-19

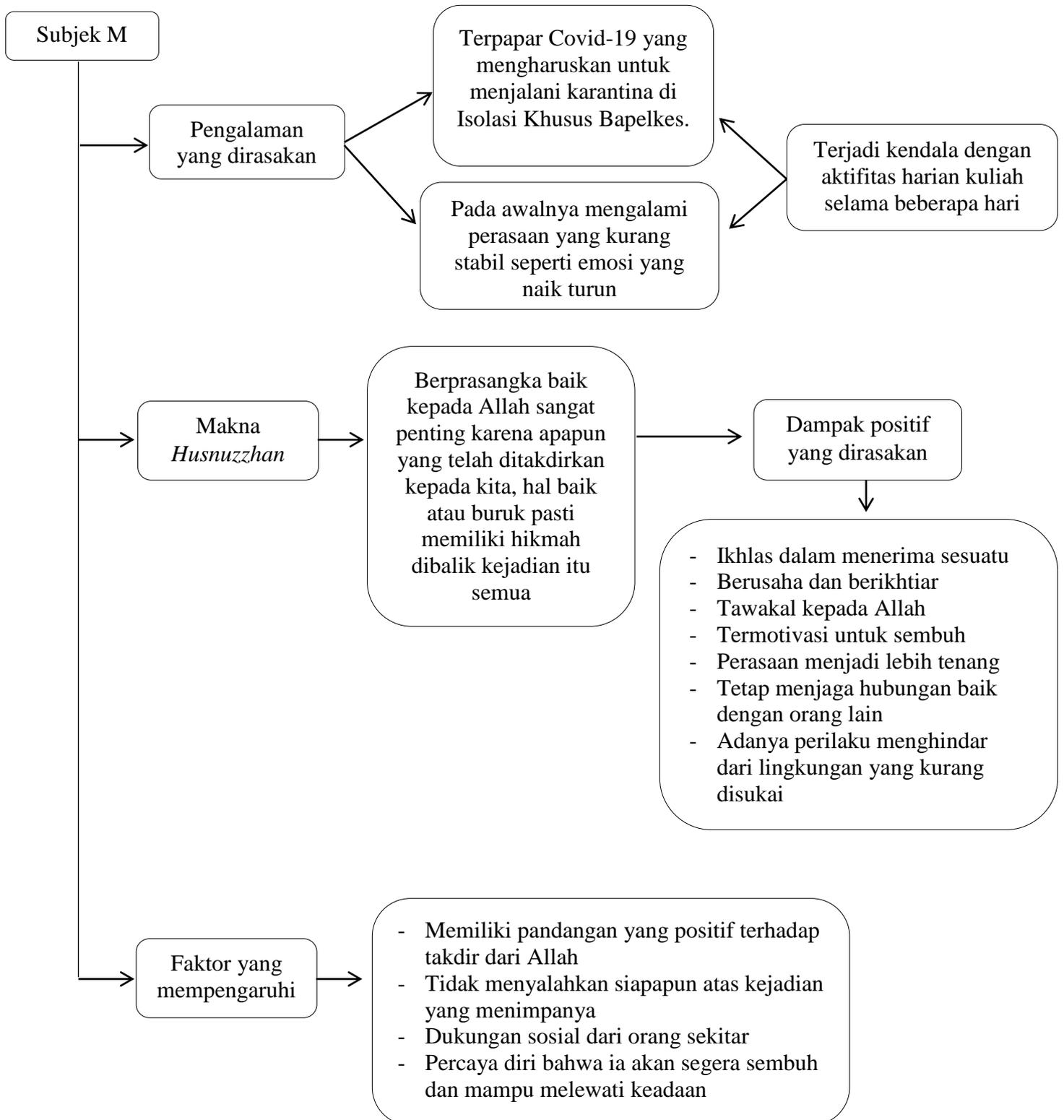
Subjek M juga mengatakan bahwa ada beberapa faktor yang mendorong kita untuk selalu baik sangka Kepada Allah salah satunya karena banyaknya kenikmatan yang telah Allah berikan kepada kita sebagai hamba, seharusnya kita bersyukur dan bersabar dengan tetap berprasangka baik kepada Allah bagaimanapun takdirnya.

Berprasangka baik terhadap sesama juga sangat dianjurkan, karena seorang individu yang yang terbiasa berpikir positif kepada orang lain dan segala hal yang berada disekitarnya akan mempunyai jiwa toleransi yang tinggi dan

mampu menjaga hubungan baik tanpa mengusik kepentingan orang lain.

Seperti halnya subjek M yang sedang terpapar Covid-19 ini ia tidak menyalahkan siapapun apalagi ia mengetahui bisa saja orang itu tidak secara sengaja memaparkan virus ini kepadanya dan memang karena ia sendiri yang menjalankan protokol kesehatannya kurang ketat. Selain itu subjek M juga tetap semangat dalam menjalani hari-harinya selama berada di tempat karantina dikarenakan banyak semangat yang ia dapatkan dari orang-orang yang peduli kepadanya seperti keluarga, kerabat dan teman-teman yang selalu mensupport dia. Bahkan dengan melihat beberapa orang yang telah sembuh dari Covid-19 ia ikut senang dan bersyukur serta menjadikan subjek M menjadi termotivasi untuk segera sembuh.

Skema 4.1 Gambaran *Husnuzhan* Subjek M



b) Subjek MR

(1) Pengalaman yang dirasakan pasien Covid-19 selama di isolasi

Subjek MR menyebutkan bahwa ia pertama kali mendapatkan hasil PCR yang positif ketika ia berada di Bandara Syamsuddin Noor karena ada pekerjaan dan hasil yang didapat itu keluar pada hari Senin tanggal 27 September 2021. Subjek MR sempat bingung karena ia tidak merasakan gejala apapun sebelumnya, dan bahkan subjek MR juga sempat beberapa kali PCR namun hasil sebelumnya juga negatif. Subjek MR sendiri juga sudah melakukan vaksin sebanyak dua kali sesuai anjuran pemerintah, namun ketika ia ingin kembali ke daerahnya hasil PCR tidak sesuai dengan harapannya dan menghambat kepulangannya sehingga subjek MR harus di karantina di isolasi khusus Bapelkes selama 10 hari berdasarkan saran dan kebijakan dari pihak bandara karena subjek MR tidak memiliki kenalan maupun kerabat selama di Kalimantan Selatan.

Perasaan Subjek MR pada saat mengetahui dirinya positif Covid-19 ini masih tenang dan tidak menyalahkan siapapun, karena subjek MR menganggap Covid-19 adalah penyakit yang umum dan bisa menyerang siapa saja bahkan dirinya yang tidak memiliki gejala sekalipun. Menurut subjek MR, sebulan terakhir ia pernah melakukan CT Scan dengan

hasil yang normal. Menurut subjek MR, ia juga tidak memvonis siapapun dan tidak perlu mengkhawatirkan apalagi takut dengan Covid-19, sebab ketika ia takut maka itu akan menjadi sugesti yang buruk bagi dirinya. Untuk keluarga yang mengetahui subjek MR positif di Banjarmasin, mereka agak khawatir dan seperti tidak percaya karena selama perjalanan dan aktifitas di Banjarmasin, subjek MR selalu memberi kabar tentang kesehatannya dan hasil PCR selama beberapa kali selalu negatif, namun di akui subjek MR pada saat ia di Banjarmasin itu memang sedang berada di level 4 untuk tingkat penularan Covid-19.

Selama berada di karantina, subjek MR masih bisa melakukan aktifitas harian seperti bekerja kantoran walaupun secara online di dalam kamar, bahkan ia sering berolahraga dan senam dengan pasien lain beserta petugas kesehatan lainnya. Subjek MR juga merasa walaupun jarang berhadapan dengan beberapa orang selama di Bapelkes, namun ia merasa sangat terbantu dengan pelayanan dan fasilitas disana. Apalagi dengan makanan dan minuman yang bahkan lebih dari cukup disediakan untuk mereka yang sedang berada dikarantina, kemudian diberikan kamar VIP juga yang membuat subjek MR kaget dengan nyamannya fasilitas disana. Komunikasi yang terjalin antara petugas kesehatan dan pasien yang ada disana

juga terjalin dengan sangat baik, bahkan subjek MR merasa sangat diterima walaupun ia bukan berasal dari Kalimantan Selatan.

Subjek MR mengakui perasaannya walaupun tenang namun masih ada perasaan sedih yang membuat ia mau tidak mau diharuskan untuk dikarantina, bahkan waktu yang seharusnya ia pulang ke daerahnya dan berkumpul dengan keluarga jadi tertunda. Subjek MR menyatakan rindu kepada anak dan isterinya, karena ia di Banjarmasin hanya seorang diri sedangkan keluarganya berada di Makassar. Biasanya memang subjek MR sering bekerja ke luar kota maupun daerah karena memang tuntutan dari pekerjaannya. Namun pada saat berada dikarantina membuat ia semakin merasakan kesepian dan sedih, walaupun begitu ia tetap sering berkomunikasi dengan keluarga maupun rekan kerjanya walau hanya bisa dilakukan via online.

Ketika ditanya sumber semangat selama di karantina, subjek MR menyatakan bahwa sumber semangatnya biasa dengan do'a dan tetap bergaul dengan mitra kerja atau tim, dan bahkan keluarga walaupun hanya via online saja. Dengan adanya kejadian yang menimpanya, subjek MR merasakan hikmah dibalik ini semua, yang mana ia menganggap ini sebagai salah satu teguran untuk dirinya karena kurang ada

waktu untuk istirahat, beban yang berasal dari pikiran yang membuat otaknya selalu berkerja dan begadang.

(2) Makna *Husnuzzhan* pada pasien Covid-19

Dengan keadaan yang seperti ini, subjek MR tetap mengharuskan untuk berperasangka baik kepada Allah, karena menurutnya jangan sampai kelalaian dari manusia ini membuat kita menyalahkan Allah. Sebagai seorang hamba, subjek MR merasa harus introspeksi diri, karena bisa saja hal ini semacam teguran untuknya agar semakin mendekatkan diri lagi kepada Allah. Subjek MR juga menyadari segala sesuatu yang datangnya dari Allah itu akibat dari perilakunya juga yang sering lupa akan ciptaan-Nya, bahkan lupa dengan apa yang kita terima itu adalah pemberian Allah yang patut disyukuri.

Selama pada masa karantina, subjek MR menyatakan bahwa tidak perlu berpasrah kepada keadaan, namun harus tetap semangat untuk menjalaninya dengan cara memperbaiki pola istirahat dan pola hidup yang dengan lebih baik lagi. Selain itu beberapa usaha dan ikhtiar yang dilakukan subjek MR sering meminum air hangat yang telah dicampurkan dengan minyak kayu putih, lalu uap dari airnya di hirup dengan badan yang sambil ditutupi selimut selama kurang lebih 20 menit dan itu dilakukan 2-3 kali dalam sehari. Jadi walaupun ia tidak memiliki gejala apapun, namun itu berguna

untuk membuat pernafasan dan badan menjadi lebih sehat dan segar. Usaha lainnya yang dilakukan subjek MR juga seperti makan dan minum vitamin yang teratur, rajin berolahraga, mengurangi begadang, kemudian berdoa dan berharap agar secepatnya bisa sembuh dengan hasil yang negatif serta memperbanyak sabar.

Subjek MR mengaku dengan ia berusaha dan diimbangi dengan ikhtiar tadi, maka perasaan yang ia rasakan menjadi lebih tenang dan damai apalagi ketika ia lebih sering sholat dan beribadah karena ia merasa hal ini bukan masalah besar dan ia yakin akan mampu melewatinya, bahkan pikirannya jauh dari pikiran negatif kepada siapapun. Subjek MR juga menganggap bahwa Covid-19 ini sebagai teguran, dikarenakan kita sebagai manusia sering melakukan dosa dan kesalahan tanpa kita sadari, makanya Allah menurunkan Covid-19 ini sebagai salah satu teguran untuk kita perbaiki kedepannya. Bukan sebagai azab, namun subjek MR menyatakan bahwa Covid-19 ini semacam ujian yang harus dihadapi dengan berdoa dan memohon pengampunan dari-Nya.

Selain menjadi teguran dan ujian, Covid-19 juga bisa menjadi rahmat untuk kita, karena dibalik kejadian ini pasti memiliki hikmah dan bisa saja Allah sedang menghapus dosa-dosa kita. Bagi subjek MR, rahmat Allah itu tidak memiliki

batasan, jadi begitu Allah memberi rahmat berarti Allah masih memberi kasih sayang kepada kita dan perlu diingat bahwa selain berlomba untuk memperbanyak amal, tapi kita juga harus berlomba untuk mendapatkan rahmat dari Allah dengan cara beriman dan bertakwa kepada-Nya.

Kemudian, bagi subjek MR menjaga hubungan baik dengan orang lain itu sangat penting, karena kita sesama manusia sama dimata Allah tidak ada bedanya dan dengan menjaga hubungan baik kepada orang lain, itu termasuk cara kita *berhusnuzhan* kepada sesama manusia.

Walaupun di awal Covid-19, subjek MR pernah mendapatkan stigma dan diskriminasi tetangganya, karena subjek MR memang sering berpergian ke luar kota atau daerah yang membuat beberapa tetangganya takut untuk berkunjung kerumah subjek MR, dan mereka pun waspada kalau-kalau subjek MR yang membawa virus Covid-19 ini kedaerah lingkungan tempat tinggal mereka dan menyebarkannya. Sebenarnya keadaan subjek MR baik-baik saja pada saat itu dan hasil pemeriksaan PCR pun selalu negatif. Dengan begitu subjek MR menanggapinya dengan biasa saja karena pada kenyataannya tidak sesuai dengan apa yang tetangganya pikirkan.

Menurut subjek MR kita sebagai manusia harus saling memaafkan, bahkan ia menyatakan bahwa ketika ada yang menyinggung perasaannya, ia tidak mudah tersinggung karena baginya ia tidak harus menilai seseorang hanya dari satu sisi saja atau dari sisi negatifnya saja. Subjek MR sadar bahwa Allah saja maha pengampun, dan dirinya yang hanya sebagai hamba juga harus memiliki sifat itu kepada orang lain. Namun jika ego yang lebih besar maka kita tidak akan mampu menghargai orang tersebut dan memaafkannya, bahkan bisa saja akan menimbulkan konflik yang dapat memicu beberapa penyakit yang akhirnya akan muncul dalam diri kita.

Selain mudah memaafkan orang lain, subjek AR juga akan mudah menghindari lingkungan yang kurang disukainya, dikarenakan subjek MR merasa kurang nyaman ketika berada pada situasi itu dan ia takut akan ego yang nantinya tidak bisa dikendalikan, maka subjek MR lebih memilih mundur dan menjauh agar tidak terlibat dengan mereka.

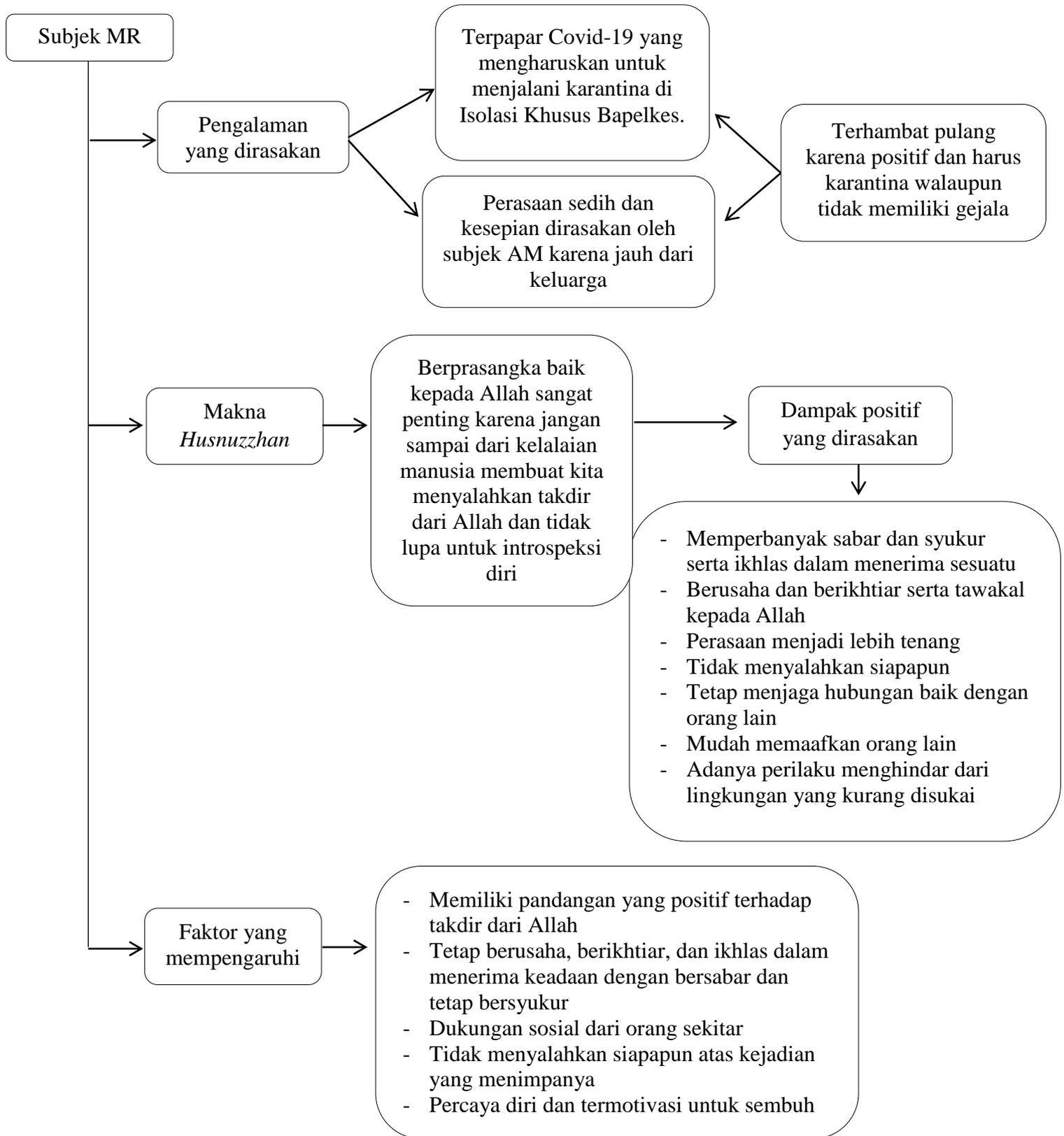
(3) Faktor yang mempengaruhi *Husnuzhan* pada pasien Covid-19

Menurut subjek MR banyak faktor yang membuat ia harus selalu berbaik sangka kepada Allah yaitu dengan menyadari apa yang sudah Allah berikan kepadanya seperti kesehatan, kelapangan, kecukupan, dan beberapa hal lainnya

patut ia syukuri. Karena tidak ada salahnya untuk selalu bersyukur dan berbaik sangka kepada Allah, yang bahkan Allah saja sangat baik kepadanya padahal ia mempunyai banyak dosa.

Dengan apa yang dialaminya, subjek MR menerima dan bersyukur karena ia masih dikelilingi orang-orang baik. Subjek MR masih bisa merasakan bahagia karena ia menganggap ini sebagai ujian yang harus dihadapi dengan ikhlas dan sabar bahkan Allah tidak akan menguji hambanya melebihi batas kemampuannya. Banyak motivasi yang didapat dari kejadian ini, motivasi dari luar yang berasal dari keluarga, kerabat, dan lingkungan bahkan motivasi dari dalam diri sendiri yang melihat orang lain bisa sembuh membuat subjek MR menjadi lebih percaya diri kalau ia juga bisa sembuh seperti orang tersebut. Subjek MR juga menerima dengan ikhlas ketika ia terpapar, bahkan ia tidak menyalahkan orang yang memaparkan Covid-19 ini kepadanya, karena baginya ini memang sudah takdir yang harus ia jalani dan atas kehendak Allah yang harus diterima dengan lapang dada.

Skema 4.2 Gambaran *Husnuzhan* Subjek MR



c) Subjek AM

(1) Pengalaman yang dirasakan pasien Covid-19 selama di isolasi

Sebelumnya subjek AM mengaku sudah sangat taat pada protokol kesehatan yang dianjurkan pemerintah, namun realitanya tidak sesuai dengan harapan, ia terpapar Covid-19 setelah mengikuti pimpinan yang sempat ke Kotabaru bertemu para tamu dari Jakarta. Setelah ia kembali kerumah, subjek AM baru merasakan badan yang mulai tidak enak dan gejala yang mengarah kepada Covid-19. Setelah bertanya kepada beberapa rekan kerja, akhirnya disarankan untuk menghubungi dr. Safril yang menjadi dokter dalam menangani Covid-19 di Bapelkes dan memutuskan untuk langsung segera dikarantina disana, karena kondisi isteri dari subjek AM sendiri yang sedang hamil pada waktu itu ditakutkan bisa tertular. Setelah berada di Bapelkes, subjek AM langsung melakukan tes PCR dan hasil yang keluar adalah positif pada hari Jumat tanggal 24 September 2021.

Gejala yang dirasakan oleh subjek AM seperti badan meriang, sesak nafas, batuk-batuk parah yang menyebabkan subjek AM beberapa hari kehilangan suaranya. Bahkan untuk berkegiatan pun selama di Bapelkes di awal-awal karantina subjek AM masih belum bisa terlalu aktif seperti naik turun tangga, berolahraga bersama petugas dan pasien lainnya pun

terhambat karena kesulitan untuk bernafas dan dibarengi dengan batuk-batuk yang membuat aktifitas subjek AM menjadi terbatas. Subjek AM juga sampai harus recovery selama 3 hari akibat gejala yang ia rasakan. Perasaan dari subjek AM sendiri sebelum karantina pada waktu itu biasa saja, karena diakuinya pada saat itu ia masih disibukkan dengan pekerjaan, lalu dua tiga hari kemudian gejala itu sudah mulai terlihat. Selama berada dikarantina, walaupun subjek AM merasa biasa saja apalagi ia berada dikamar lantai atas sendiri membuat ia tetap merasakan kesepian karena selama berada di karantina subjek AM jarang mengobrol dan jauh dari keluarga. Bahkan subjek AM juga kepikiran dengan beberapa pekerjaan yang terpending dan harus reschedule ulang, ditambah badan yang masih kurang fit belum bisa sepenuhnya bekerja. Subjek AM juga khawatir sebelumnya ia bisa saja menularkan kepada anggota keluarganya dirumah. Saat terpapar pun, keluarga dari subjek AM juga sedih dan khawatir namun mereka tetap mensupport dan menyamangati dengan selalu melakukan komunikasi secara teratur.

Subjek AM juga menyatakan virus Covid-19 ini walaupun virus yang tidak terlihat oleh mata, tetapi ketika terpapar itu sangat tidak nyaman namun itu hanya bagi yang memiliki gejala apalagi bagi yang memiliki komorbid

ditambah lagi penyebarannya yang begitu cepat. Subjek AM juga sempat dikasih alat seperti *nebulizer* karena ia melapor kalau ada keluhan sesak nafas, serta diberi beberapa obat untuk mengurangi batuk dan sesak nafasnya, selain itu ia juga mendapatkan vitamin selama berada di karantina Bapelkes. Bahkan pelayanan dari Bapelkes sendiri sangat memuaskan, karena dari segi fasilitas dan pelayanannya sangat bagus, seperti makan minum yang terjamin, obat dan vitamin yang lengkap juga disediakan bahkan keadaan kamar yang VIP pun didapatkan secara gratis tanpa dipungut biaya.

(2) Makna *Husnuzzhan* pada pasien Covid-19

Saat terpapar Covid-19, subjek AM menyatakan dirinya harus tetap berbaik sangka kepada Allah, karena itu sebuah keharusan dengan banyaknya nikmat yang ia terima. Termasuk dengan adanya Covid-19 ini, subjek AM menganggap ini adalah sebagai musibah yang sudah menjadi ketentuan dari Allah maka ia yakin cepat atau lambat ia pasti akan merasakan hikmah dibalik kejadian ini. Subjek AM juga yakin bahwa Allah tidak menghadapkan dirinya kepada masalah yang tidak mampu ia lewati, dengan berbaik sangka kepada Allah, subjek AM sadar betul dan tidak menyalahkan siapapun apalagi kepada Allah.

Subjek AM sangat menyadari bahwa selama berada di karantina ia tidak boleh hanya berpasrah pada keadaan, namun ia tetap berusaha dan berikhtiar dengan memperbanyak membaca Al-Qur'an walaupun subjek AM masih mengalami batuk dan sesak tapi dengan niat yang kuat ia mampu melewatinya dan berharap serta berdoa agar diberi kekuatan untuk menjalani hari-harinya dengan sabar dan terus bersyukur. Dengan berikhtiar, perasaan dari subjek AM menjadi lebih tenang dan lebih santai menjalaninya karena ia menyerahkan semuanya kepada Allah bahkan perasaan khawatir yang sempat ia rasakan menjadi lebih terkontrol.

Dengan adanya Covid-19, subjek AM menganggap ini sebagai teguran untuknya karena subjek AM merasa dirinya masih banyak kelalaian dalam hal menjaga kesehatan maupun ibadah, jadi itu sebagai salah satu bentuk peringatan untuknya. Selain itu, subjek AM menganggap bahwa rahmat Allah itu mencakup segala hal terutama dalam hal yang baik. Namun, menurut subjek AM disisi lain Allah bisa saja menurunkan rahmatnya bisa lewat ujian, sebagaimana yang dialami oleh subjek AM sendiri, ia berpikir bisa saja Allah sedang menguji kesabaran dan ketakwaannya untuk menghapus dosanya dan pasti memiliki hikmah dibalikinya.

Ketika dipertanyakan tentang bagaimana tanggapan dari subjek AM saat melihat seseorang yang berikhtiar hanya pada saat tertentu saja, subjek AM menjelaskan bahwa ia tidak bisa mengontrol apa yang ingin dilakukan seseorang itu, namun untuk beberapa orang terdekat, baginya bisa diberitahu secara perlahan bahwa usaha tidak akan mengkhianati hasil kalau usahanya diimbangi dengan do'a.

Subjek AM juga menyatakan bahwa menjaga hubungan baik dengan orang lain itu sangat penting, sebab hal itu sangat berpengaruh besar dalam keseharian kita apalagi kita juga manusia adalah sebagai makhluk sosial. Menurut subjek AM banyak cara yang bisa dilakukan untuk tetap menjaga hubungan baik dengan orang lain apalagi disaat pandemi seperti sekarang, seperti dengan bantuan media sosial yang membuat kita bisa silaturahmi darimana saja jika memang tidak bisa secara langsung bisa lewat virtual. Namun ketika subjek AM tidak menyukai circle atau suatu lingkungan, ia akan menghindar dari lingkungan tersebut untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan.

(3) Faktor yang mempengaruhi *Husnuzzhan* pada pasien Covid-

19

Faktor dari berprasangka baik kepada Allah menurut subjek AM adalah kesabaran, keikhlasan dan selalu berusaha

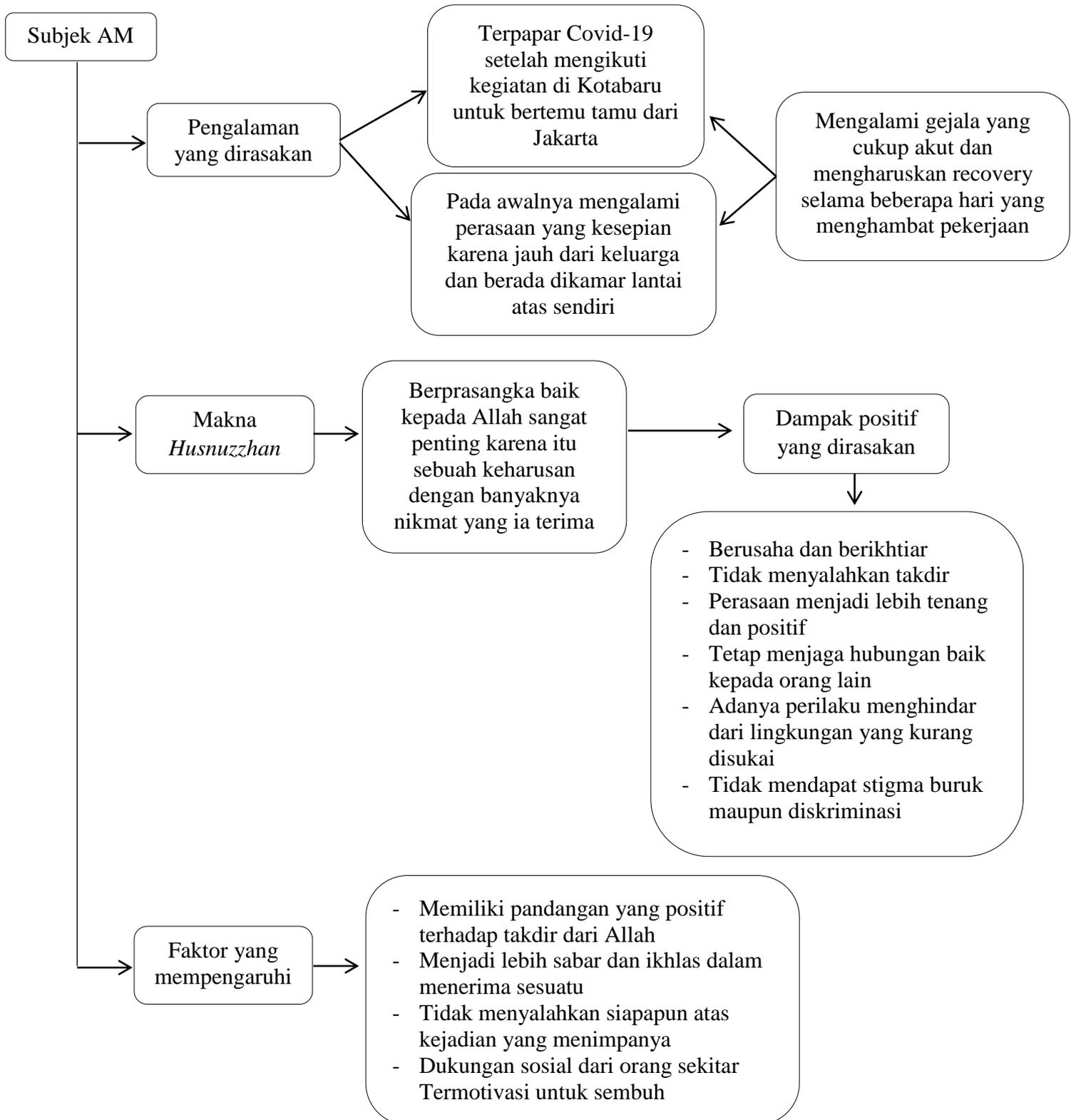
itulah yang menjadi pegangan subjek AM sehingga ia akan terbiasa jika ketika ada hal yang tidak sesuai harapannya, subjek AM tidak akan menyalahkan takdir, namun memperkuat kecintaannya kepada Allah agar selalu berpikiran positif.

Ada beberapa hal yang yang membuat subjek AM masih bisa merasakan bahagia dengan apa yang Allah takdirkan kepadanya, karena subjek AM bersyukur masih diberi kesempatan bernafas, dan dengan banyak nikmat yang telah ia terima. Selain itu subjek AM juga bahagia karena dikelilingi orang-orang baik yang banyak memeberikan ia energi positif seperti rekan kerja, sahabat dan keluarga. Selama ini subjek AM juga tidak pernah mendapat stigma maupun diskriminasi dari orang lain maupun lingkungannya, karena menurut subjek AM banyak orang baik yang masih peduli dan membantunya.

Subjek AM menyatakan dirinya memiliki rasa iri kepada orang yang duluan sembuh dari Covid-19, namun ia juga senang karena melihat beberapa pasien Covid-19 lainnya mampu melalui apa yang mereka rasakan dulu dan ia jua menjadi termotivasi untuk bisa segera sembuh. Bahkan selama terpapar Covid-19, subjek AM tidak memiliki perasaan menyalahkan kepada pemerintah atau siapapun, bahkan kepada

orang yang memaparkan. Karena subjek AM menganggap virus ini tidak nampak dan terlihat, ia tidak bisa menyalahkan orang tersebut, bahkan bisa jadi orang itu tidak sengaja memaparkan kepadanya.

Skema 4.3 Gambaran *Husnuzhan* Subjek AM



Berdasarkan data hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya diketahui bahwa dalam penelitian ini terdapat 2 aspek dari yang digunakan untuk melihat gambaran *husnuzzhan* pada pasien Covid-19 di isolasi khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan. Untuk penjelasan secara ringkasnya sebagai berikut :

Tabel 4.5
Gambaran Husnuzzhan Pada Pasien Covid-19 Berdasarkan Aspek yang digunakan

No	Aspek <i>Husnuzzhan</i>	Subjek M	Subjek MR	Subjek AM
1.	Berprasangka Baik kepada Allah	<p>Bagi subjek M berprasangka baik kepada Allah merupakan hal yang sangat penting, karena apa yang telah Allah takdirkan kepadanya hal baik maupun hal buruk pasti memiliki hikmah dibalik itu semua. Dari kejadian yang dialaminya, hikmah yang dapat diambil subjek M adalah untuk selalu bersyukur kepada Allah atas nikmat kesehatan yang selama ini ia terima.</p> <p>Subjek M selama di karantina, memiliki perasaan yang naik turun dikarenakan beberapa aktifitas kuliahnya menjadi terhambat dan tertunda. Namun walaupun keadaan seperti itu, subjek M tetap berusaha dan berikhtiar dengan hal-hal yang bisa ia lakukan selain dengan hanya berpasrah pada keadaan. Setelah berusaha subjek M juga tidak lupa untuk menyerahkan hasilnya kepada</p>	<p>Bagi subjek MR dengan keadaan seperti ini baginya tetap harus berprasangka baik kepada Allah, karena akibat dari kelalaian manusia jangan sampai membuat ia menjadi menyalahkan takdir Allah. Sebagai seorang hamba subjek MR merasa harus introspeksi diri karena kejadian ini semacam teguran untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah. Subjek MR juga menyadari segala sesuatu yang datang itu bisa jadi akibat dari perilakunya yang sering lupa dengan ciptaan-Nya, bahkan ia lupa dengan apa yang diterimanya merupakan pemberian Allah yang harus disyukuri.</p> <p>Selama di karantina, subjek MR tetap semangat dalam menjalani hari-harinya dan berusaha memperbaiki pola istirahat menjadi lebih baik. Subjek MR juga melakukan beberapa usaha yang</p>	<p>Bagi subjek AM dirinya harus berprasangka baik kepada Allah, karena mengingat banyaknya nikmat yang ia dapatkan selama ini. Termasuk adanya Covid-19 ini dianggap sebagai musibah oleh subjek AM yang sudah menjadi ketentuan dari Allah, dan subjek AM yakin ia akan mampu melewati masalah yang ia hadapi.</p> <p>Subjek AM saat berada dikarantina sangat menyadari bahwa ia tidak boleh berpasrah pada keadaan, namun ia tetap berusaha dan berikhtiar dengan memperbanyak beribadah dan membaca Al-Qur'an walaupun ia masih memiliki gejala Covid. Subjek AM juga berdoa agar diberi kekuatan untuk menjalani hari-harinya serta tidak</p>

		<p>Allah.</p> <p>Menurut subjek M, Covid-19 ini tidak ada hubungannya dengan perilaku dimasa lalu, namun Covid-19 salah satu ujian yang diberikan Allah kepada seluruh hambanya untuk menguji kesabaran dan keikhlasan.</p>	<p>diimbangi ikhtiar, dengan begitu perasaan subjek MR menjadi lebih tenang apalagi disituasi ini subjek MR lebih memperbanyak ibadah dan ia yakin akan mampu menghadapinya. Subjek MR menganggap Covid-19 ini sebagai teguran, dikarenakan kita sebagai manusia sering melakukan dosa tanpa kita sadari dan semacam ujian yang harus dihadapi dengan berdoa dan memohon pengampunan. Selain menjadi teguran dan ujian, subjek MR juga menganggap Covid-19 sebagai rahmat, karena dibalik kejadian ini pasti memiliki hikmah dan bisa saja Allah sedang menghapus dosa-dosa kita.</p>	<p>lupa menyerahkan semuanya kepada Allah dengan sabar dan terus bersyukur karena masih diberi kesempatan untuk hidup yang membuat perasaan subjek AM menjadi lebih tenang dan santai menjalaninya.</p> <p>Subjek AM juga menganggap Covid-19 ini sebagai teguran untuknya karena subjek AM merasa dirinya masih banyak kelalaian apalagi dalam hal beribadah yang menjadi salah satu peringatan baginya. Selain itu Covid-19 ini juga bisa sebagai rahmat dari Allah untuknya karena Allah sedang menguji kesabaran dan ketakwaannya serta dapat menghapus dosa-dosanya.</p>
2.	Berprasangka Baik kepada Sesama Manusia	<p>Dalam keadaan terpapar, subjek M tidak menyalahkan siapapun bahkan kepada orang yang memaparkan Covid-19 kepadanya, karena subjek M menganggap ini memang sudah takdir yang harus dihadapi. Oleh karena itu, subjek M mengontrol pikirannya agar tetap positif dan nyaman selama dikarantina. Saat melihat beberapa orang yang terpapar Covid-19 telah sembuh, subjek M juga ikut bersyukur dengan kesembuhan mereka, bahkan ia memotivasi dirinya</p>	<p>Bagi subjek MR menjaga hubungan baik dengan orang lain itu sangat penting, karena dimata Allah kita sebagai manusia itu sama saja hanya ketakwaan yang membedakannya.</p> <p>Banyak motivasi dan semangat yang didapat dari kejadian ini, baik motivasi dari keluarga dan lingkungan, bahkan motivasi dari dalam diri subjek MR sendiri yang membuat ia ikhlas dan tidak menyalahkan orang lain maupun keadaan karena</p>	<p>Subjek AM sadar betul dan tidak menyalahkan siapapun atas kondisi yang telah menimpanya bahkan kepada orang yang memaparkan virus ini sampai kepadanya dirinya. Sebab subjek AM menganggap bahwa virus tidak terlihat bahkan bisa saja orang yang memaparkan itu tidak sengaja, maka dari itu ia menyalahkan dirinya atas kelalaiannya sendiri yang masih lalai dalam menjaga protokol kesehatan selama</p>

		<p>agar selalu semangat dan suatu hari ia akan sembuh juga.</p> <p>Selama ini, subjek M belum pernah mendapatkan stigma buruk maupun diskriminasi dari lingkungan sekitar, namun walaupun ia mendapatkan stigma atau diskriminasi subjek M tidak terlalu memikirkan dan membiarkan saja agar tidak terbebani.</p> <p>Subjek M termasuk orang yang mudah memaafkan orang lain, karena dengan mengingat kebaikan orang tersebut akan berpengaruh terhadap perasaannya kepada orang lain dan subjek M menganggap bahwa setiap orang memiliki sisi baik dan sisi buruk yang sangat wajar jika seseorang itu melakukan kesalahan.</p> <p>Sedangkan untuk lingkungan yang dianggap toxic oleh subjek M, ia lebih memilih menghindar dari lingkungan tersebut secara halus agar tidak menyakiti perasaan mereka.</p>	<p>sudah takdir yang harus ia lewati dan harus diterima dengan lapang dada.</p> <p>Walaupun di awal Covid-19 subjek MR pernah mendapatkan stigma dan diskriminasi yang buruk dari tetangganya, tapi tidak terlalu ditanggapi oleh subjek MR karena baginya kenyataannya tidak sesuai dengan apa yang dikatakan tetangganya.</p> <p>Menurut subjek MR, sebagai manusia juga harus saling memaafkan karena ia sadar betul bahwa Allah saja maha pengampun bagi hambanya yang banyak dosa. Selain itu subjek MR akan menghindari lingkungan yang kurang ia senangi dengan mundur dan menjauh agar ia juga merasa nyaman pada situasi tersebut.</p>	<p>bekerja. Salah satu hal membuat subjek AM masih bisa merasakan bahagia disaat ia terpapar dan harus menjalani karantina adalah ia dikelilingi orang baik yang memberikan energi positif seperti keluarga, sahabat, dan rekan kerja. Bahkan selama ini ia tidak pernah mendapatkan stigma buruk maupun diskriminasi dari siapapun termasuk lingkungannya, karena masih banyak yang peduli dan membantunya.</p> <p>Subjek AM mengaku bahwa ia memiliki rasa iri terhadap pasien yang lebih dulu sembuh dari Covid-19, namun ia juga senang karena melihat beberapa pasien lain mampu melalui apa yang ia rasakan lebih dulu dan menjadikannya sebagai motivasi untuk bisa segera sembuh dan meningkatkan daya imunitas tubuhnya. Bagi subjek AM banyak cara untuk meningkatkan imun tubuhnya apalagi di masa pandemi seperti sekarang dengan tetap menjaga hubungan baik dengan orang lain, dan tetap bersilaturahmi walaupun dengan bantuan media sosial maupun virtual.</p>
--	--	---	---	--

Berdasarkan tabel 4.5 diatas, dapat dipahami bahwa pada aspek berprasangka baik kepada Allah ketiga subjek mengharuskan dan menganggap ini adalah hal yang sangat penting, dengan berprasangka baik kepada Allah disetiap keadaan dan dari hal tersebut dapat membawa kepada dampak positif yang dirasakan oleh ketiga subjek tersebut. Dalam hal berbaik sangka kepada Allah subjek M, MR, dan AM ketika berada dikondisi yang sama tidak berpasrah pada keadaan melainkan tetap berusaha dan bertawakal kepada Allah, bahkan dengan ujian yang mereka hadapi.

Disamping itu selain berprasangka baik kepada Allah, dengan berprasangka baik kepada sesama juga ikut berpengaruh kepada kondisi imunitas subjek, dimana ketika subjek terpapar Covid-19 ini tidak menyalahkan siapapun termasuk orang yang memaparkan kepada mereka karena ketiga subjek beranggapan bahwa itu murni kelalaian dari diri subjek sendiri dalam hal menjaga protokol kesehatan dan Covid-19 memang tidak nampak maka dari itu bisa saja orang yang memaparkan tidak secara sengaja melakukannya. Dengan berprasangka baik kepada Allah dan kepada sesama manusia, maka ketika menghadapi suatu ujian perasaan subjek akan menjadi lebih tenang dan semangat akan mampu menjalani hari-harinya selama berada di tempat karantina.

Kemudian berdasarkan data hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya diketahui bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *husnuzzhan*. Untuk penjelasan secara ringkas dapat dilihat berdasarkan pada tabel berikut :

Tabel 4.6
Faktor yang Mempengaruhi Husnuzhan Pada Pasien Covid-19

No	Faktor yang Mempengaruhi	Subjek M	Subjek MR	Subjek AM
1.	Religiusitas	Selama di karantina, subjek M semakin memperkuat ibadahnya kepada Allah, bahkan ia ikhlas menerima takdir yang telah ditentukan dengan tetap berusaha, berikhtiar, dan tawakal kepada Allah, sehingga ia mampu menjalaninya dengan tetap bersabar dan selalu bersyukur	Bagi subjek MR selalu bersyukur dan berprasangka baik kepada Allah yang membuat subjek MR bisa ikhlas dan sabar atas ketentuan yang sudah Allah tetapkan.	Kesabaran, keikhlasan dan selalu berusaha menjadi pegangan subjek AM sehingga ia tidak menyalahkan takdir dan memperkuat kecintaannya kepada Allah sehingga ia selalu berpikiran positif.
2.	Kepercayaan Diri	Ketika melihat orang lain sembuh, subjek M juga yakin dirinya pasti akan bisa melewatinya dan bisa sembuh juga	Banyak motivasi yang mendorong subjek MR menjadi lebih percaya diri kalau ia bisa sembuh seperti banyak pasien lainnya	Subjek AM sempat memiliki rasa iri kepada pasien yang sudah lebih dahulu sembuh, namun ia turut senang dan menjadi lebih termotivasi untuk lebih percaya bahwa ia mampu melewatinya
3.	Dukungan Sosial	Subjek M banyak mendapatkan dukungan dan semangat dari keluarga, sehingga dirinya bahagia dan merasakan masih banyak yang peduli dan sayang kepadanya walaupun ia harus menjalani beberapa hari di karantina	Subjek MR sangat bersyukur karena masih dikelilingi orang-orang baik yang sangat mendorong dirinya untuk bersemangat dalam menjalani karantina selama beberapa hari	Subjek AM sangat bahagia dengan apa yang ditakdirkan Allah kepadanya, karena masih dikelilingi keluarga, rekan kerja dan sahabat yang selalu memberikan energi positif serta subjek AM tidak mendapatkan stigma maupun diskriminasi dari lingkungannya

B. Pembahasan atau Analisis

Dari data-data yang telah terkumpul akan dikelompokkan berdasarkan sesuai kategorinya masing-masing dengan tujuan untuk mengetahui gambaran *husnuzzhan* serta faktor-faktor yang mempengaruhi *husnuzzhan* pada pasien Covid-19 di Isolasi Khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan.

1. Gambaran *Husnuzzhan* Pasien Covid-19 di Isolasi Khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan

Pembahasan dalam penelitian ini akan menjelaskan mengenai *husnuzzhan* yang didasarkan pada teori yang dikemukakan oleh Ahmad Rusydi, yang mana *husnuzzhan* merupakan hal yang harus dimiliki oleh setiap manusia tidak terkecuali pada pasien yang sedang terpapar Covid-19. *Husnuzzhan* sendiri adalah pola pikir yang sangat dimuliakan dalam Islam. Karena dengan pikiran yang baik dan positif, seseorang seharusnya terlepas dari beban hidup dan pengalaman traumatis yang pernah dialaminya. Oleh sebab itu, Islam sangat memerlukan *husnuzzhan* dalam keseharian hidup, terutama *husnuzzhan* kepada Allah SWT dan kepada sesama manusia.¹ Selain itu, Islam mengajarkan kepada setiap orang agar selalu berprasangka baik terhadap apa yang terjadi sekarang dan melarang seseorang yang pesimis dalam menjalankan kehidupan maupun beribadah. Berprasangka baik kepada orang lain juga dapat membuat seseorang merasa puas dengan kehidupan mereka, karena merasa berguna bagi orang

¹ Rusydi, "HUSN AL-ZHANN," 7.

lain dan dicintai oleh banyak orang di sekitarnya.² Seseorang yang mampu berpikir positif disaat menghadapi suatu keadaan tertentu, maka seseorang tersebut akan dapat merasakan lebih rileks dan dapat mengontrol stres dengan lebih baik.³

Pada konsep *husnuzhan*, secara tidak langsung subjek M, MR, dan AM sudah mempersepsi kognitif mereka untuk terus memikirkan segala hal baik, yang membuat diri subjek sadar akan mendukung segala hal baik tersebut untuk terjadi, karena adanya harapan yang besar mulai tumbuh untuk kesembuhan atas penyakit yang sedang dialami.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan kepada tiga orang subjek maka diketahui mengenai gambaran *husnuzhan* yang dirasakan oleh pasien Covid-19 di isolasi khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan, yang mana dengan menghubungkan data yang telah terkumpul dan diolah dengan teori yang relevan dengan permasalahan yang diteliti, yakni sebagai berikut.

Merujuk pada teori, *husnuzhan* merupakan landasan pokok dalam berpikir positif atas segala sesuatu yang dialami oleh manusia. Maka dari itu, *husnuzhan* akan melahirkan suatu keyakinan bahwa semua kebaikan serta kenikmatan yang diterima oleh manusia berasal dari Allah, sedangkan kesulitan serta keburukan yang diterima oleh manusia tidak lain berasal dari dosa-dosa yang telah diperbuat. Tidak seorang pun yang bisa

² Uyun dan Siddik, "Khusnudzon Dan Psychological Well Being Pada Orang Dengan HIV/AIDS," 88–89.

³ Gilbert dan Orlick, "Teaching Skills for Stres Control and Positive Thinking to Elementary School Children," 61.

lari atas takdir yang diberikan oleh Allah, dan tidak ada segala sesuatu yang terjadi di alam semesta ini melainkan atas kehendak Allah. Allah telah menganugerahkan kepada semua manusia agar mampu memilih serta berikhtiar, karena semua perbuatan yang telah terjadi atas kemampuan dan pilihannya harus di pertanggungjawabkan di hadapan Allah.⁴ Berkaitan dengan hal itu, berpikir positif atau berprasangka baik dalam Islam yang dikenal dengan istilah *husnuzhan* merupakan kemampuan berprasangka baik kepada Allah dan sesama manusia, sebagaimana terdapat dalam surah Al-Hujurat ayat 12 dan hadis *muttafaqun 'alaih* sebagai berikut :

يَأْيُهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اجْتَبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبَ بَعْضُكُم بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَن يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ

Artinya : *Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan purba-sangka (kecurigaan), karena sebagian dari purba-sangka itu dosa. Dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang diantara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. Dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima Taubat lagi Maha Penyayang.*

وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ : أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ : يَقُولُ اللَّهُ تَعَالَى :
أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي وَأَنَا مَعَهُ إِذَا ذَكَرَنِي (مُتَّفَقٌ عَلَيْهِ)

Dari Abu Hurairah R.A, ia berkata bahwa Nabi SAW bersabda :
“Allah SWT berfirman : *Aku sesuai dengan prasangka hamba-Ku kepada diri-Ku. Aku bersamanya setiap kali ia mengingat-Ku.*” (*Muttafaqun 'alaih*) (H.R. Bukhari, no. 6970 dan Muslim, no.2675).

Mengingat akan pentingnya berprasangka baik pada diri seseorang, maka ada beberapa aspek yang terdapat di dalam *husnuzhan* itu sendiri.

⁴ Rohman, *Menjaga Akidah dan Akhlak*, 88.

Sebagaimana dijelaskan bahwa menurut Ahmad Rusydi disebutkan bahwa *husnuzzhan* terdiri dari dua aspek yang terdiri dari berprasangka baik kepada Allah dan sesama manusia.⁵ Selain itu penelitian ini juga akan membahas tentang faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *husnuzzhan* pada pasien yang terpapar Covid-19 di isolasi khusus Bapelkes.

Berikut akan peneliti paparkan pembahasan mengenai gambaran *husnuzzhan* pada pasien Covid-19 serta faktor-faktor yang mempengaruhinya, berdasarkan pada teori yang telah peneliti jelaskan di awal dan hasil data dari wawancara yang dilakukan kepada tiga orang subjek.

Berdasarkan data yang diperoleh diketahui Covid-19 adalah penyakit yang disebabkan oleh virus SARS-Cov-2 yang menyebabkan gangguan sistem pernapasan. Covid-19 ini termasuk kategori akut karena memiliki gejala gangguan pernapasan seperti demam, batuk dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5-6 hari dengan masa inkubasi terpanjang 14 hari. Pada kasus COVID-19 yang berat dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian.⁶

Penanganan bagi orang yang dinyatakan positif berdasarkan hasil test swab maupun kontak erat dengan mereka yang positif bisa dilakukan dengan isolasi mandiri atau karantina maupun Rumah Sakit. Ketika pasien terpapar Covid-19 yang mengharuskan untuk di karantina tentu akan

⁵ Ahmad Rusydi, "Husn Al-Zhann: The Concept Of Positive Thinking In Islamic Psychology Perspective And Its Benefit On Mental Health," *Proyeksi* 7, no. 1 (15 April 2012): 5, 1-31.

⁶ Kementerian Kesehatan RI, *Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian Coronavirus Disease (Covid-19) Revisi Ke-5*, 17.

menjadikan seseorang mengalami beberapa hal dalam hidupnya, karena selama menjalani karantina ada beberapa aktifitas pasien yang terhambat dan menjadi kendala untuk mereka bahkan ancaman dari Covid-19 ini berhubungan positif pada afeksi negatif dan emosi seperti kesedihan, takut, khawatir, cemas dan depresi.

Hal ini akan membangun persepsi seseorang mengenai ancaman yang sedang dihadapi, baik kekhawatiran soal kerentanan yang sedang dipersepsikan, adanya gejala Covid-19, serta perubahan emosi dan suasana hati buruk yang mungkin dapat saja muncul ketika karantina baik bagi pasien yang terinfeksi karena merasa bosan, kesepian, marah, sekaligus khawatir.⁷

Bagi seseorang yang sedang berada di isolasi, memiliki dampak yang berkaitan dengan aktivitas fisik yang terbatas dari pemberlakuan karantina yang ketat dapat dikaitkan dengan efek metabolik yang dapat meningkatkan risiko penyakit seperti diabetes, kanker, osteoporosis, dan penyakit kardiovaskular.⁸ Selain itu, ada dampak psikis sebagaimana menghabiskan waktu sendirian dapat mengubah perilaku dan respon emosional kita serta dapat mengubah struktur otak, yang mana setelah periode isolasi yang panjang seseorang akan merasakan peningkatan

⁷ María del Carmen Pérez-Fuentes dkk., “Threat of COVID-19 and Emotional State during Quarantine: Positive and Negative Affect as Mediators in a Cross-Sectional Study of the Spanish Population,” ed. oleh Jose M. Moran, *PLOS ONE* 15, no. 6 (25 Juni 2020): e0235305.

⁸ Ardella, “Risiko Kesehatan Akibat Perubahan Pola Makan Dan Tingkat Aktivitas Fisik Selama Pandemi Covid-19,” 293.

kesepeian, panik, paranoid, kebosanan, frustasi, atau ketakutan.⁹ Kemudian dampak spiritual, yang mana bagi orang yang dalam menjalani masa isolasi, pasti ia memiliki banyak waktu. Itu sebabnya tingkat beragama, bukan saja beragama secara struktural ibadah, namun beragama yang lebih intens dalam perenungan lebih tinggi akan mengarahkan seseorang pada hal-hal berpikir yang lebih baik, karena dia bisa merasakan bahwa apa yang terjadi di masa depan itu adalah kehendak Allah. Kehendak yang datang dari dzat yang ia yakini. Kemudian juga, proses perenungan mendalam ini akan meningkatkan imunitas. Sebab dalam keadaan merenung, manusia melepaskan zat-zat yang bersifat imun berdasarkan riset. Bisa juga melepaskan zat-zat anti-stres, karena ketika dia dekat dengan Allah lalu diterpa dengan ketidakpastian, ada zat anti-stres yang keluar.¹⁰

Seorang subjek yang positif Covid-19, ketika sedang berada di tempat isolasi mandiri maupun Rumah Sakit disamakan dengan mereka sedang mengalami suatu musibah. Karena berdasarkan teori Rusydi, ada beberapa emosi yang terbentuk dalam diri seseorang ketika sedang mengalami suatu musibah seperti perasaan sedih, kecewa, marah, takut, dan lain-lain.¹¹

⁹ Raka Lestari, "Efek Melakukan Isolasi Mandiri bagi Kesehatan Mental", dalam <https://m.medcom.id/amp/GNG4LDLb-efek-melakukan-isolasi-mandiri-bagi-kesehatan-mental>, diakses pada : 21-04-2021.

¹⁰ Nashih Nashrullah, "Pakar Saraf Ungkap Kaitan Isolasi Mandiri dan Bermunajat", dalam <https://republika.co.id/berita/qi3hel320/pakar-saraf-ungkap-kaitan-isolasi-mandiri-dan-bermunajat>, di akses pada : 21-04-2021.

¹¹ Rusydi, "HUSN AL-ZHANN," 1.

Emosi adalah suatu reaksi tubuh menghadapi situasi tertentu. Sifat dan intensitas emosi biasanya terkait erat dengan aktivitas kognitif (berpikir) manusia sebagai hasil persepsi terhadap situasi. Emosi mengacu pada isi hati yang diekspresikan dalam ekspresi fisik. Pada prinsipnya emosi menggambarkan bagaimana perasaan manusia ketika dihadapkan pada berbagai situasi. Perubahan emosi itu dikarenakan banyaknya hal yang terhambat maupun khawatir akan menularkan kepada orang lain. Hal ini dikarenakan munculnya pemikiran negatif (ketakutan secara pemikiran). Di mana kondisi tersebut akan mempengaruhi efeksinya, yaitu muncul perasaan sedih, gelisah, marah, dan emosi negatif lainnya.

Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk menjaga kestabilan emosi setiap pasien covid-19 yang selama berada dikarantina adalah melakukan aktivitas fisik seperti senam, latihan peregangan dan pernapasan juga dapat membantu seseorang untuk menenangkan diri serta berjemur di bawah sinar matahari pagi untuk meningkatkan sistem imun, mengonsumsi makanan bergizi, menghentikan kebiasaan buruk seperti kebiasaan merokok dan begadang, membuat rutinitas sendiri seperti melakukan hobi atau aktivitas yang seseorang sukai misalnya memasak, membaca buku, atau menonton film, serta lebih bijak memilah informasi dan menjaga komunikasi dengan keluarga dan sahabat.¹²

Selain itu ada beberapa cara sederhana yang bisa dilakukan setiap hari untuk menjaga semangat tetap stabil selama dikarantina yaitu

¹² Muhamad Fadh Dzaki Wijaya dan Dedi Rianto Rahadi, “Analisis Emosi Dan Suasana Hati Akibat Ancaman Pandemi Covid-19 Pada Pengambilan Keputusan Manajer” 5 no. 2 (2020): 1–12.

mengenal diri sendiri dengan mengetahui apa yang membuat diri sendiri merasa bahagia, senang, tenang dan nyaman. Selalu bersyukur dengan hal apapun yang dialami setiap saat dan selalu melihat dari sudut pandang positif (*husnuzzhan*) setiap hal apapun yang di alami. Menyibukkan diri dengan hal-hal yang produktif sesuai dengan hobi. Kemudian berada dilingkungan orang-orang yang positif. Sehingga diharapkan tetap menjaga pola pikir yang positif (*husnuzzhan*) bahwa semua akan baik-baik saja, serta yakin akan dapat melampaui wabah Covid-19 ini. Seseorang yang memiliki pola pikir positif dimungkinkan dapat mengurangi perubahan emosi yang dialami.

Bagi subjek yang berpikiran positif atau *husnuzzhan* dalam setiap kejadian akan berkata “pasti ada hikmahnya dibalik kejadian ini”, dia akan menyadari sepenuhnya bahwa kejadian yang dihadapinya sudah merupakan ketentuan dari Allah. Namun sebaliknya bagi subjek yang mengedepankan pikiran negatif atau *su'uzhan*, maka ia akan menganggap ini sebagai azab dan ia hanya akan menyesali kejadian yang ada di depan matanya. Hal itu muncul karena pola pikir yang terbentuk pasti akan mempengaruhi psikologis mereka seperti stres, depresi, dan bahkan gangguan lain.

Karena tidak ada seorang pun yang bisa lari dari takdir dan ketetapan Allah, maka dari itu dengan *husnuzzhan* akan mendorong mereka semakin mendekatkan diri kepada Allah, ditambah dengan adanya musibah ini akan memperkuat tawakal dalam dirinya karena menyadari

bahwa dia hanya bisa berusaha dan berdo'a untuk kesembuhannya, sedangkan hasilnya diserahkan kepada Allah serta cenderung merasa tidak ada tekanan sehingga dalam menjalani kegiatan sehari-hari akan merasa rileks dan dapat menyelesaikan masalah dengan baik.

Di dalam islam, *husnuzhhan* diartikan sebagai perilaku baik yang senantiasa mendorong manusia untuk berprasangka baik kepada Allah dan kepada sesama. Pada konsep *husnuzhhan*, secara tidak langsung sudah mempersepsikan kognitif untuk terus memikirkan segala hal yang baik dan membuat diri pasien secara sadar akan mendukung segala hal baik tersebut untuk terjadi, karena adanya harapan yang besar mulai tumbuh untuk kesembuhan atas penyakit yang sedang dialami. *Husnuzhhan* yang dibahas dalam penelitian ini terdiri dari dua aspek, yaitu berprasangka baik kepada Allah dan berprasangka baik kepada sesama manusia. Melalui hasil serangkaian kegiatan yang dilakukan sebelumnya, dapat diketahui bahwa gambaran *husnuzhhan* pada pasien Covid-19 di isolasi khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan merupakan sebuah pengalaman yang diperoleh individu ketika menghadapi suatu situasi tersebut.

Sebagaimana yang disampaikan oleh subjek M bahwa ia selama beberapa hari ia berada di karantina sempat merasakan sesak nafas akibat dari kenaikan asam lambung yang di deritanya bahkan subjek M juga sempat merasakan perasaan yang campur aduk akibat hasil antigennya dinyatakan positif yang menyebabkan beberapa kendala pada aktifitas

kesehariannya sebagai mahasiswi terganggu dan akan ketinggalan beberapa praktek yang tidak dapat dikejar. Hal ini sebagai pengalaman yang dirasakan oleh subjek M dimana ia belum pernah mengalami hal ini sebelumnya, namun dengan mencoba memikirkan atas apa yang telah terjadi ini adalah takdir Allah yang harus ia terima dan pasti memiliki hikmah dibalik kejadian yang menimpanya maka subjek M menjalani masa karantananya dengan nyaman dan diikuti oleh pikiran positif lainnya. Sedangkan subjek MR ketika dinyatakan positif yang sebenarnya ia tidak memiliki gejala apapun dan ia masih bisa tenang walaupun akhirnya terkendala dalam pemulangan ke daerahnya yang mengharuskan ia untuk di karantina selama beberapa hari di Kalimantan Selatan, bahkan ia juga tidak memiliki kerabat maupun keluarga yang membuat ia meminta dikarantinakan. MR merasa sedih dan rindu karena belum bisa kembali dan bertemu keluarganya, namun bagi subjek MR dengan keadaan yang menimpanya, namun ia tetap berpikiran positif kepada Allah karena menurutnya hal ini adalah kelalaian dari manusia yang jangan sampai ia menjadi menyalahkan takdir dari Allah.

Dan sementara pada subjek AM yang merasa khawatir karena ia takut menularkan virus ini kepada keluarganya, apalagi isterinya yang sedang hamil. Selain itu subjek AM juga merasakan kesepian selama berada di isolasi khusus Bapelkes karena ia diharuskan untuk recovery selama beberapa hari akibat ia memiliki gejala seperti batuk dan sesak nafas yang mengharuskan dirinya untuk menggunakan *nebulizer* untuk

membantunya dalam bernafas serta jauh dari keluarga. Walaupun ia tidak pernah membayangkan sebelumnya akan terpapar Covid-19, namun ia tetap berpikiran positif kepada siapapun termasuk kepada Allah yang sedang mengujinya sehingga ia menjalani dengan ikhlas dan tidak menyalahkan siapapun atas kondisi yang meninmpanya.

Dalam hal ini *husnuzzhan* memiliki aspek-aspek seperti yang telah dikemukakan oleh Ahmad Rusydi, yang pertama kali dibahas adalah berprasangka baik kepada Allah, yang merupakan penyerahan dan penerimaan segala ketetapan Allah atas dirinya. Kepasrahan diri diikuti dengan usaha yang maksimal dan perbuatan yang paling baik. Selain itu berprasangka baik kepada Allah adalah menganggap bahwa Allah selalu memberikan rahmat atau kasih sayang, kesehatan dan pemaafan namun dalam kondisi takut akan adzab Allah dan mengharap pahala. Prasangka baik kepada Allah diindikasikan dengan sikap tawakal kepada Allah, merasakan kasih sayang Allah, dan merasakan kemaafan Allah atas berbagai kesalahan yang pernah dilakukan.

Seperti yang diungkapkan oleh subjek M selama dikarantina ia selalu berusaha dan berikhtiar kepada Allah dengan usaha yang maksimal untuk membuat imunitas tubuhnya menjadi lebih sehat seperti olahraga yang teratur, makan dan minum walaupun nafsu makan subjek sempat menurun dan rutin untuk meminum vitamin. Subjek M juga tetap melaksanakan kuliahnya secara online sembari menyerahkan semuanya kepada Allah di imbangi dengan berdoa dan berharap kesembuhan. Bagi

subjek M Covid-19 ini salah satu ujian dan rahmat yang diberikan Allah bukan sebagai teguran melainkan sebagai takdir yang harus dijalani dengan sabar dan ikhlas. Sedangkan bagi subjek MR sebagai seorang hamba, ia merasa harus mengintrospeksi diri karena bisa jadi hal ini sebagai teguran untuknya agar semakin mendekatkan diri lagi kepada Allah. Selain itu subjek MR juga menyadari bahwa segala sesuatu yang datang dari Allah itu akibat sering lupa terhadap pencipta-Nya, bahkan sering lupa dengan apa yang ia terima itu adalah pemberian dari Allah yang patut disyukuri. Selama ia berada di karantina, subjek MR menyatakan bahwa ia tidak harus berpasrah pada keadaan, namun harus tetap semangat dalam menjalaninya dengan cara memperbaiki pola istirahat dan pola hidup yang lebih baik. Subjek MR tetap berusaha dan berikhtiar dengan makan dan minum vitamin yang teratur, berolahraga, mengurangi begadang dan memperbanyak ibadah karena ia yakin ini bukan masalah besar dan ia pasti mampu melewatinya agar bisa segera kembali ke daerahnya. Subjek MR menganggap Covid-19 ini sebagai teguran karena ia yakin dirinya sebagai manusia sering melakukan dosa dan kesalahan tanpa ia sadari, bukan sebagai azab namun sebagai ujian yang harus dihadapi dengan banyak berdoa dan memohon pengampunan dari Allah. Selain itu, bagi subjek MR, Covid-19 menjadi salah satu rahmat dari Allah yang masih sayang kepada kita dengan memberikan kesempatan untuk berlomba memperbanyak amal dan sebagai cara untuk menghapus dosa-dosa kita dengan cara beriman dan lebih bertakwa kepada

Allah, walaupun ini sebagai teguran namun bagi subjek MR kita juga patut untuk takut kepada siksaan dan azab dari Allah.

Dan pada subjek AM menyatakan bahwa Covid-19 ini sebagai musibah yang sudah menjadi ketentuan dari Allah dan ia juga yakin akan mampu melewatinya dengan baik sangka kepada Allah. Selama dikarantina, subjek AM tetap berusaha dan berikhtiar dengan memperbanyak membaca Al-Qur'an walaupun ia masih mengalami batuk dan sesak nafas namun dengan niat yang kuat ia berharap dan berdoa agar diberi kekuatan untuk menjalani hari-harinya selama dikarantina dengan sabar dan terus bersyukur. Subjek AM menyerahkan semuanya kepada Allah yang membuat perasaannya menjadi lebih tenang dan terkontrol. Selain itu, subjek AM juga menganggap Covid-19 ini sebagai teguran untuknya karena ia merasa dirinya masih banyak kelalaian dalam segala hal termasuk dalam menjaga kesehatan dan beribadah.

Subjek bersyukur atas sakit yang dimilikinya, karena dengan sakit yang dimilikinya menjadi banyak hikmah dan membuatnya berpikir bahwa Covid-19 yang dimilikinya membuatnya menjadi orang yang beruntung karena diberi kesempatan untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah. Memikirkan bahwa Covid-19 yang di idap mempunyai banyak hikmah dan menganggap bahwa sakit ini adalah kesempatan untuk banyak berdoa adalah sebuah pengalihan pikiran yang membuat subjek dapat bersyukur atas hal-hal buruk yang dialami, yang kemudian subjek akan dapat merasakan kebahagiaan. Begitu halnya dengan kedua subjek yang

memandang bahwa Allah sudah memberikan penyakit ini, sebagai manusia kita harus menerima takdir, pasrah atau tawakal dan meyakini bahwa ada hikmah besar di dalamnya. Hal ini juga sejalan dengan yang disampaikan oleh Ah Yusuf bahwa semua keadaan pasti membawa manfaat, sebab Allah tidaklah mengadakan sebuah penyakit untuk main-main dan kesia-siaan. Oleh karena itu, sikap terbaik terhadap bencana adalah ikhlas menerima, sabar dalam menjalaninya, dan bersyukur.¹³

Bagi orang yang terbiasa berprasangka baik kepada Allah pasti akan memiliki hari-hari yang akan mampu dilewatinya. Seseorang yang terbiasa berprasangka baik pasti akan minim rasa takutnya dan akan mampu menghadapi segala sesuatu dengan penuh optimis, menjadikan seseorang yang berprasangka baik kepada Allah pasti akan menganggap segala sesuatu itu baik dan pantas untuk disyukuri. Selain itu, individu yang memiliki prasangka baik terhadap Allah SWT maupun orang lain cenderung merasa dirinya tidak memiliki tekanan sehingga dalam menjalani kegiatan dalam kehidupan sehari-harinya akan merasa rileks dan dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik.¹⁴ Menjadi orang yang selalu *berhusnuzhan* memanglah tidak mudah, karena seseorang yang ingin berprasangka baik memerlukan kesabaran dan keimanan yang baik.¹⁵

¹³ Gde Bagus Brahma Putra dan I Ketut Sudibia, "Faktor-Faktor Penentu Kebahagiaan Sesuai Dengan Kearifan Lokal Di Bali," *E-Jurnal Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana*, 23 Desember 2018, 79, <https://doi.org/10.24843/EEB.2019.v08.i01.p05>.

¹⁴ Uyun dan Siddik, "Khusnudzon Dan Psychological Well Being Pada Orang Dengan HIV/AIDS."

¹⁵ Noegroho, *The Power of Husnuzan*.

Selanjutnya selain berprasangka baik kepada Allah adalah aspek berprasangka baik kepada sesama, yang mana Al-Quran melarang umat muslim yang beriman untuk memunculkan prasangka negatif terhadap sesamanya dan menganjurkan untuk bersikap dan berperilaku *husnuzzhan* kepada orang lain. Berprasangka buruk hanya akan membawa permusuhan dan kebencian terhadap sesama serta memiliki konsekuensi sosial seperti sikap buruk dan perasaan tidak suka kepada orang lain. Prasangka baik kepada sesama diindikasikan dengan ketiadaan perilaku memata-matai serta menggunjingkan orang lain, ketiadaan rasa benci kepada orang lain dan tidak adanya rasa iri kepada orang lain.

Disampaikan subjek M bahwa menjaga hubungan baik dengan orang lain menganggap itu hal yang sangat penting, karena dengan terjalinnya hubungan baik dengan orang lain bisa menjadi ladang pahala juga meningkatkan tali persaudaraan dengan sesama. Banyak hal yang bisa dilakukan untuk tetap menjaga hubungan baik dengan sesama yaitu memanfaatkan media sosial yang memudahkan kita untuk berkomunikasi kepada hal kebaikan. Ketika ditanya bagaimana sikap subjek M ketika berada di lingkungan yang kurang disukai atau dianggap toxic oleh subjek M, ia lebih memilih menghindar dan mundur secara halus agar tidak menyakiti perasaan orang lain. Selain itu subjek M akan memaafkan orang telah menyakiti perasaannya secara sengaja ataupun tidak walaupun memerlukan waktu yang tidak sedikit, namun subjek M akan tetap memaafkan dengan alasan tetap mengingat kebaikan dari orang tersebut

dan menganggap bahwa setiap orang memiliki sisi baik dan sisi buruk yang membuat itu hal yang wajar, bahkan bisa saja suatu saat ia akan memerlukan bantuan orang tersebut maupun sebaliknya. Hal ini juga sejalan dengan yang disampaikan oleh subjek MR, yang dimana kita sebagai manusia tidak bisa menilai seseorang hanya dari satu sudut pandang saja, karena bagi subjek MR Allah saja maha pengampun kepada hambanya dan memaafkan kesalahan mereka mengapa kita kepada sesama manusia juga tidak bisa memaafkan, kecuali karena ego kita yang terlalu tinggi dan tidak bisa menghargai orang lain yang akhirnya akan mengakibatkan terjadinya konflik bukan hanya kepada orang lain tapi bisa kepada diri kita sendiri. Jika sudah terjadi konflik itu maka berbagai penyakit juga akan cepat datang kepada diri kita. Maka dari itu subjek MR ketika berada di lingkungan yang tidak ia sukai, ia lebih memilih mundur agar tidak terlibat dengan pertikaian kepada lingkungan tersebut karena subjek MR pribadi merasa kurang nyaman dan takut akan ego yang tidak bisa ia kendalikan nantinya. Subjek MR pernah mendapatkan stigma yang negatif dari lingkungannya saat di waktu awal pandemi, namun ia tidak memperdulikan hal itu karena ia yakin Allah masih menjaganya dan apa yang dipikirkan oleh tetangganya itu tidak benar maka dari itu subjek MR menerima dengan lapang dada, bahkan ketika ia terpapar Covid-19 pun subjek MR merasa tidak bisa menyalahkan siapapun karena ini adalah cobaan dari Allah yang harus ia lalui.

Sedangkan bagi subjek AM, menjaga hubungan baik dengan sesama itu adalah hal yang sangat penting karena itu sangat berpengaruh besar kepada kesehariannya apalagi kita manusia sebagai makhluk sosial. Banyak cara yang bisa dilakukan untuk menjaga hubungan baik dengan orang lain apalagi dikondisi seperti sekarang ini yaitu menggunakan bantuan media sosial yang membuat kita bisa bersilaturahmi darimana saja jika belum bisa dilakukan secara langsung maka bisa lewat virtual. Subjek AM selama menjalani karantina, ia lebih banyak menghabiskan waktu sendiri dikamar dan sangat jarang berkomunikasi kepada orang lain. Bagi subjek AM, ketika ia mendengar tentang keburukan orang lain tidak ada gunanya untuk di umbar kepada yang lain juga, karena menurutnya ia juga mempunyai keburukan dan aib yang masih Allah lindungi, jadi tidak ada hasil yang ia dapat dari hal-hal semacam itu. Bahkan subjek AM juga tidak memperdulikan apa yang dikatakan oleh orang lain mau itu hal yang buruk atau tidak, ia tidak mengurus hal tersebut dan tidak memiliki perasaan negatif kepada orang lain.

Dalam penelitian ini sejalan dengan apa yang dikemukakan Rusydi dalam penelitiannya yang menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara *khusnudzon* dengan *good relationship with others* yang signifikan, *good relationship with others* merupakan salah satu indikator kesehatan mental.¹⁶ Takaku juga menyebutkan bahwa hal ini sangat sesuai dengan konsep *husnuzzhan*, orang yang tersakiti akibat dari perkataan dan

¹⁶ Rusydi, "HUSN AL-ZHANN."

perbuatan seseorang tidak serta merta memberikan penilaian yang buruk kepada pelaku, namun berusaha untuk mencari alasan atau penyebab berdasarkan penilaian positif kenapa pelaku melakukan hal tersebut kepada orang yang tersakiti. Sehingga memudahkan orang yang tersakiti untuk memberikan pemaafan kepada pelaku.¹⁷

Sebagaimana yang telah disebutkan oleh subjek M, MR, dan AM setelah mereka ber*husnuzzhan* kepada Allah dan kepada sesama manusia, maka dampak positif yang mereka rasakan menjadi lebih tenang, sabar dan ikhlas dalam menerima takdir dari Allah, bersyukur atas nikmat yang telah Allah berikan serta menjadi termotivasi untuk semangat dalam menjalani hari-hari selama dikarantina bahkan mereka tidak menyalahkan siapapun ketika terpapar Covid-19 dan merasa itu memang kelalaian mereka sendiri. Orang yang sudah bisa bersikap *husnuzzhan* akan muncul dari hati yang tenang dan tenteram, dan menerima segala yang ditetapkan Allah, sehingga individu tidak perlu lagi khawatir, cemas, dan curiga atas ketetapan Allah.¹⁸

Dari paparan data penelitian dapat diketahui bahwa dalam menghadapi Covid-19, kita sebagai umat Islam harus memegang teguh keyakinan dari ketentuan yang diberikan oleh Allah untuk dijalani dengan lapang dada seperti para pasien Covid-19 yang sedang berada di isolasi khusus Bapelkes, yang mana terdapat *husnuzzhan* dalam diri mereka

¹⁷S Takaku, "The Affects of Apology and Perspective Taking on Interpersonal Forgiveness : A Dissonance-Attribution Model of Interpersonal Forgiveness," *Journal of Social Psychology* 141 (4) (2001): 494–508.

¹⁸Rusydi, "HUSN AL-ZHANN."

dengan menerapkan berpikir positif kepada Allah dan sesama, pasien Covid-19 yang berada di karantina merasakan dampak yang positif yakni perasaan menjadi lebih tenang dan tidak menyalahkan kondisi yang mereka alami kepada siapapun dengan ikhlas menerima apa yang telah ditakdirkan Allah kepada mereka, bahkan walaupun jauh dari keluarga mereka masih dapat merasakan kebahagiaan dengan caranya masing-masing serta munculnya dorongan untuk semangat dalam menjalani hari-hari selama masa isolasi.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *husnuzzhan* pada pasien Covid-19 di Isolasi Khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan

Pada dasarnya konsep dari *husnuzzhan* dapat membantu individu untuk menguatkan dan melatih kemampuan kognitif saat menyikapi segala hal yang dialami dalam kehidupan dengan lebih baik dan lebih positif. Hal ini dilakukan dengan mengutamakan persepsi atau anggapan yang lebih baik daripada harus memikirkan hal-hal buruk dan negatif yang belum terjadi. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *husnuzzhan* pada diri seseorang. Menurut Peale terdapat tiga faktor yang mempengaruhi berpikir positif yaitu religiusitas, percaya diri, dan dukungan sosial.

Pada faktor religiusitas, subjek menyadari jika memang seperti roda berputar, kadang merasa lapang kadang pula merasakan adanya hambatan salah satunya cobaan atau ujian dari Allah sehingga ada hikmah dibalik cobaan tersebut. Timbulnya keyakinan pada diri subjek bahwa

Allah pasti mempunyai rencana lain untuk hidupnya. Subjek berusaha bersabar dan tidak menyesali kegagalan yang telah terjadi untuk mencoba mengambil hikmah bahwa yang terpenting adalah keinginan kita untuk selalu berusaha, tidak kenal putus asa, dan terus belajar meningkatkan ibadahnya kepada Allah.

Subjek MR dan AM mempunyai cara yang sama dalam memaknai suatu musibah ini sebagai teguran atas kesalahan dan dosa yang berhubungan di masa lalu. Namun bagi subjek MR hidup ini diibaratkan sebagai tantangan, jadi selama kita menjalaninya dengan berusaha dan berikhtiar disertai doa dan berharap ini jalan yang terbaik dari Allah. Sejalan dengan subjek MR, subjek AM juga tidak lupa dengan berusaha meningkatkan ibadahnya dengan lebih banyak memperbanyak membaca al-Qur'an walaupun memiliki keterbatasan namun ia tetap menjalankannya demi berharap kesembuhan dan hasilnya ia serahkan kepada Allah.

Menurut subjek MR hal ini sebagai teguran dikarenakan banyak dosa dan kesalahan yang tanpa kita sadari bahkan apa yang kita lakukan sebagai manusia kadang tidak sesuai dengan norma yang berlaku, maka dari itu bisa saja Allah menurunkan Covid-19 ini sebagai teguran yang harus kita perbaiki kedepannya. Hal ini juga sejalan dengan yang dikatakan oleh subjek AM. Sementara bagi subjek M apapun yang ia hadapi sekarang, itu adalah takdir Allah yang harus kita jalani karena dari pengalaman terpapar ini ada hikmah yang dapat dipetik yaitu kita bisa menjadi lebih mendekatkan diri lagi kepada Allah, juga yang paling

penting harus mensyukuri nikmat yang selama ini kita terima, subjek M sadar bahwa ia harus lebih ketat lagi dalam hal menjalankan protokol kesehatannya agar hal ini bisa jadi pengalaman yang baik kedepannya.

Sebagaimana yang dikemukakan Peale bahwa agama dapat membantu individu mendapatkan penyembuhan dari penyakit-penyakit pikiran, hati, jiwa, dan tubuh maka semakin religius individu, cara berpikirnya pun semakin positif. *Husnuzzhan* adalah mengambil anggapan yang baik ataupun positif terhadap sesuatu yang terjadi dalam kehidupan.¹⁹

Selanjutnya pada faktor yang kedua yaitu percaya diri, individu yang mampu mempercayai dirinya sendiri dapat dengan mudah berpikir positif terhadap kondisi yang sedang dihadapinya. Kepercayaan diri yang mantap dapat membuat individu menarik keberhasilan itu ke arah dirinya. Sebagaimana dari pernyataan subjek M, MR dan AM yang masing-masing meyakini bahwa ia akan bisa sembuh dari Covid-19, walaupun ada perasaan iri terhadap beberapa orang yang telah sembuh namun hal itu menjadi salah satu motivasi optimis mereka, kalau mereka juga bisa sembuh pada waktunya seperti pasien-pasien Covid-19 yang terdahulu. Ketiga subjek juga merasa senang dan ikut bersyukur atas kesembuhan dari orang-orang yang terpapar Covid juga. Berperilaku optimis akan memunculkan semangat bekerja keras, memiliki kepercayaan diri dan pantang menyerah dalam menghadapi permasalahan di kehidupan.²⁰

¹⁹Uyun dan Siddik, "Khusnudzon Dan Psychological Well Being Pada Orang Dengan HIV/AIDS."

²⁰Rusydi, "HUSN AL-ZHANN."

Sedangkan pada faktor dukungan sosial, individu membutuhkan dukungan dari orang-orang disekitarnya untuk dapat menimbulkan perasaan dibutuhkan dan diinginkan yang akan membawa individu pada pemikiran yang positif terhadap dirinya sendiri. Dibalik ketegaran yang ditunjukkan subjek M, MR, dan AM ada peran keluarga mereka didalamnya. Seperti subjek M yang sering melakukan komunikasi virtual dengan kedua orangtuanya baik melalui telepon maupun video call dari aplikasi setiap harinya. Hal ini juga sejalan dengan subjek MR dan AM, yang mana subjek MR sering berkomunikasi dengan anak, isteri dan rekan kerja yang selalu memberi semangat dan perhatian agar subjek MR bisa segera pulang dan menemui mereka. Sedangkan bagi subjek AM orangtua, isteri dan mertua adalah penyupport utama dan pemberi semangat untuk dirinya karena mereka memberikan sumbangan energi positif agar ia bisa menjalani hari-hari selama karantina dengan semangat dan lancar, ditambah dengan dukungan sahabat dan rekan-rekannya yang juga ikut memberikan semangat dan saran dalam membantu subjek AM ketika ingin menjalani PCR dan karantina.

Dukungan sosial, rasa saling menghargai dan kemampuan untuk berbagi sangat penting untuk kebahagiaan. Berbagi masalah dengan orang terdekat dapat meringankan tekanan dari suatu masalah.²¹ Berprasangka positif dan menjalin hubungan baik terhadap orang lain juga dapat membuat individu merasa dirinya mencapai kepuasan hidup karena dirinya

²¹ Bagus Brahma Putra dan Sudibia, "Faktor-Faktor Penentu Kebahagiaan Sesuai Dengan Kearifan Lokal Di Bali."

merasa berguna bagi orang lain dan dicintai oleh banyak orang di sekitarnya.²²

Dengan *berhusnuzzhan* atau berpikir positif, pasien Covid-19 tidak lagi terpeka pada kekhawatiran, dan kesedihan yang dialaminya tetapi dapat melihat hal-hal yang lebih berarti yaitu pelajaran hidup yang dapat mengembangkan atau mengubah kehidupannya. Saat pasien Covid-19 mulai berpikir positif, kekuatan besar datang mengimbangi cara berpikirnya untuk tetap melakukan hal-hal baik dengan cara yang baik.

C. Temuan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti dengan pasien Covid-19 yang berada di isolasi khusus Balai Pelatihan Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan, diketahui adanya temuan mengenai kestabilan emosi pada pasien Covid-19, yang mana emosi merupakan suatu reaksi tubuh menghadapi situasi tertentu. Sifat dan intensitas emosi biasanya terkait erat dengan aktivitas kognitif (berpikir) manusia. Emosi didefinisikan sebagai impuls yang dihasilkan oleh rangsangan internal atau eksternal, dengan berbagai macam emosi seperti kesedihan, kemarahan, kebahagiaan, dan bentuk emosi lainnya.

Pada dasarnya sejalan dengan usia, emosi setiap individu akan terus berkembang. Proses pembentukan emosi setiap individu melewati setiap fase perkembangan, yang di dukung oleh faktor internal maupun eksternal. Faktor internal yaitu usia dan lingkungan keluarga. Sedangkan faktor eksternal

²²Uyun dan Siddik, "Khusnudzon Dan Psychological Well Being Pada Orang Dengan HIV/AIDS."

adalah lingkungan masyarakat. Adanya perasaan takut tentang apa yang akan terjadi, ada perasaan cemas, dan khawatir pada perubahan. Hal ini sejalan dengan subjek M, MR, dan AM yang mana mampu mengatur stabilitas emosi mereka dengan baik selama berada di tempat isolasi yang didukung penuh oleh motivasi dan semangat dari lingkungan sekitar dan keluarga karena semakin sering berkomunikasi dengan keluarga, semakin nyaman perasaan itu. Keterampilan manajemen emosi membuat individu ramah, mampu berteman, dan berkomunikasi secara jujur dan terbuka dengan orang lain.

D. Keterbatasan Penelitian

1. Peneliti masih kekurangan dalam mencari referensi terkait *husnuzhan*.
2. Keterbatasan waktu ketika wawancara dengan subjek.
3. Keterbatasan pada pihak keluarga yang tidak dijadikan sebagai informan subjek.
4. Dikarenakan subjek yang digunakan dalam penelitian ini hanya berjumlah 3 orang, maka hasil dari penelitian ini belum bisa di generalisasikan secara umum kepada seluruh pasien Covid-19 yang terpapar.