

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Awal mula terjadinya pandemi Covid-19 (*Corona Virus Disease*) terjadi pada tahun 2020, pandemi ini membuat semua masyarakat resah tidak hanya di Indonesia bahkan dunia.<sup>1</sup> Virus yang menyebar ke sistem pernapasan manusia, dan mengakibatkan infeksi pada paru-paru, merusak sistem pernapasan dan bahkan bisa berakibat fatal merupakan *Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2). Pasien yang terinfeksi Covid-19 biasanya mengalami gejala umum sistem pernapasan seperti suhu tubuh yang melebihi suhu tubuh yang normal, batuk-batuk, bersin, dan kesulitan dalam bernapas. Gejala yang paling umum terjadi adalah suhu tubuh yang tidak stabil, batuk kering, dan *fatigue* (kelelahan) berdasarkan data dari 55.924 kasus.<sup>2</sup> Penyebaran Covid-19 sendiri telah menciptakan krisis kesehatan masyarakat. Sejauh ini, belum dapat dipastikan pengobatan apa yang efektif untuk menyembuhkan Covid-19. Cara mengatasi atau mengurangi peningkatan kasus Covid-19 di Indonesia, telah diupayakan oleh pemerintah dengan menyediakan vaksin yang tersedia untuk seluruh masyarakat Indonesia.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup>Ririn Noviyanti Putri, "Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Covid-19," *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* Vol. 20, no. 2 (Juli 2020), 705.

<sup>2</sup>Adityo Susilo dkk, "Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini Coronavirus Disease 2019," *jurnal Penyakit Dalam Indonesia* Vol. 7, no. 1 (Maret 2020), 50.

<sup>3</sup>Admin dinkes, "Efektivitas Vaksinasi Dalam Pemutusan Rantai Penularan Covid-19," Maret 2021, <https://dinkes.bulelengkab.go.id/informasi/detail/artikel/49-efektivitas-vaksinasi-dalam-pemutusan-rantai-penularan-covid-19>.

Peningkatan jumlah kasus Covid-19 menimbulkan tantangan besar bagi seluruh masyarakat, dengan segala bentuk kehidupan yang baru di mulai dari datangnya virus Covid-19 ini. Keadaan yang tidak terduga ini menyebabkan banyak sekali hambatan-hambatan yang muncul dalam segala aspek kehidupan. Hambatan tersebut muncul karena adanya situasi baru yang harus dijalani untuk tetap bisa bertahan selama terjadinya serangan dari virus berbahaya ini, dan hal ini tentunya dirasakan juga oleh garda terdepan dalam melawan virus Covid-19 yaitu tenaga kesehatan.

Tenaga kesehatan adalah setiap orang yang mengabdikan dirinya dalam bidang kesehatan serta memiliki pengetahuan dan keterampilan melalui pendidikan di bidang kesehatan untuk jenis tertentu memerlukan kewenangan untuk melakukan upaya kesehatan dalam menjalankan praktik. Tenaga Kesehatan yang memberikan pelayanan langsung kepada Penerima Pelayanan Kesehatan harus melaksanakan upaya terbaik untuk kepentingan Penerima Pelayanan Kesehatan dengan tidak menjanjikan hasil. Tenaga Kesehatan dan Penerima Pelayanan Kesehatan dalam bentuk upaya maksimal (*inspanningsverbintenis*) pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit, peningkatan kesehatan, pengobatan penyakit, dan pemulihan kesehatan sesuai dengan Standar Pelayanan Profesi, Standar Profesi, Standar Prosedur Operasional, dan kebutuhan kesehatan Penerima Pelayanan Kesehatan. Penjelasan ini tertulis dalam Bab I Ketentuan Umum Pasal 1 Undang-Undang No. 36 Tahun 2014 Tentang Tenaga Kesehatan.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup>Indra Yudha Koswara, "Perlindungan Tenaga Kesehatan Dalam Regulasi Perspektif Bidang Kesehatan Dihubungkan Dengan Undang-Undang Nomor 36 Tentang Kesehatan Dan Sistem Jaminan Sosial," *Jurnal Hukum Positum* Vol. 3, no. 1 (Juni 2018), 2-3.

Data yang didapatkan oleh peneliti tentang tenaga kesehatan yang meninggal karena Covid-19 pada Selasa (22 Juni 2021) mencapai 974 tenaga kesehatan. Ada 374 dokter, 311 orang perawat, 155 orang bidan, dan yang lain akibat Covid-19 meninggal. Jumlah kematian mereka pada pada bulan Desember 2020 sebanyak 141 orang, terjadi peningkatan pada bulan Januari 2021 sebanyak 158 orang, dan terus terjadi penurunan pada bulan-bulan berikutnya yaitu bulan Februari 2021 sebanyak 78 orang, bulan selanjutnya 34 orang, pada bulan selanjutnya 11 orang, bulan berikutnya 17 orang, dan 22 Juni ada 26 orang tenaga kesehatan yang wafat.<sup>5</sup>

Data terbaru yang peneliti dapat tentang angka kematian pada tenaga kesehatan yang meninggal dunia akibat terpapar virus Covid-19 di Negara kita sekitar 2.032 sampai bulan Oktober 2021, dan dari 2.032 orang tersebut kebanyakan bekerja sebagai dokter, di antaranya sebanyak 730 orang, 670 perawat dan 388 bidan meninggal karena terinfeksi Covid-19.<sup>6</sup>

Pandemi Covid-19 merupakan permasalahan global yang terjadi di seluruh dunia termasuk Indonesia. Penyebaran kasus Covid-19 ini merambat dengan cepat di seluruh Indonesia tidak terkecuali kota-kota kecil seperti kota Amuntai. Masyarakat yang terinfeksi virus Covid-19 dianjurkan untuk menerima penanganan di Rumah Sakit Pambalah Batung Amuntai, sesuai dengan surat

---

<sup>5</sup>Ahmad Arif, "Jumlah Tenaga Kesehatan yang Meninggal karena Covid-19 Meningkat Lagi" diakses 24 Juni 2021, <https://www.kompas.id/baca/kesehatan/2021/06/23/nakes-meninggal-karena-covid-19-kembali-meningkat>.

<sup>6</sup>Cindy Mutia Annur, "Total 2.032 Tenaga Kesehatan Meninggal Akibat Covid-19 Hingga Oktober 2021 Kematian Tenaga Kesehatan akibat Covid-19 (Maret 2020-Oktober 2021)" diakses 11 Desember 2021, <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/11/01/total-2032-tenaga-kesehatan-meninggal-akibat-covid-19-hingga-oktober-2021>.

keputusan Bupati HSU H. Abdul Wahid, HK Nomor 188.45/347/KUM/2020 pada tanggal 20 Mei 2020. Kendati demikian Rumah Sakit Pambalah Batung Amuntai menerima pasien dengan gejala yang sedang, pasien yang dirujuk ke rumah sakit yang lebih mumpuni adalah pasien yang bergejala berat.<sup>7</sup>

Studi pendahuluan dilakukan oleh peneliti, salah satunya adalah observasi dan wawancara. Data yang peneliti peroleh dari hasil observasi pada Rumah Sakit Pambalah Batung yang menjadi rumah sakit untuk pasien Covid-19 di Hulu Sungai Utara ialah Peneliti melakukan observasi *non-partisipan*, peneliti hanya melakukan pengamatan tanpa ikut campur terhadap apa yang dikerjakan oleh tenaga kesehatan di Rumah Sakit Pambalah Batung. Peneliti menemukan ada dua ruangan yang dijadikan tempat isolasi untuk pasien Covid-19, dan peneliti hanya bisa mengamati dari luar ruang isolasi. Wawancara juga dilakukan dengan salah satu tenaga kesehatan yang menangani Covid-19. Berikut kutipan wawancaranya:

Tenaga kesehatan Pambalah Batung Amuntai yang terpapar virus Covid-19 meliputi 50% dari 135 orang saat bertugas seperti dokter, perawat, bidan, analis kesehatan, gizi, dan neurologi. AP selaku perawat di Rumah Sakit Pambalah Batung Amuntai mengatakan bahwa sebelum Covid-19 menyebar di Amuntai, rumah sakit sudah menyiapkan ruang isolasi untuk pasien yang terinfeksi virus Corona, dan mempersiapkan beberapa APD. Sistem kerja tenaga kesehatan yang harus masuk ke ruang isolasi dengan membawa alat untuk berkomunikasi dengan salah satu tenaga kesehatan yang berada di luar ruangan untuk memberikan instruksi kepada tenaga kesehatan yang berada di dalam ruang isolasi. Tenaga kesehatan yang berada di dalam ruangan akan sulit berpikir untuk melakukan pemeriksaan dikarenakan perasaan takut, bingung, cemas, panik, dan merasa panas saat harus mengenakan APD pada saat bertugas, oleh karena itu tenaga kesehatan di luar ruangan berfungsi untuk memberikan instruksi atas apa yang harus dilakukan oleh tenaga kesehatan di dalam ruang isolasi.<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup>Imam Hanafi dan Eddy Abdillah, "Kematian 5 Pasien PDP dan Penanganan COVID-19 di Hulu Sungai Utara", diakses 17 Februari 2022, <https://www.antaraneews.com/berita/1540724/kematian-5-pasien-pdp-dan-penanganan-covid-19-di-hulu-sungai-utara>.

<sup>8</sup>Anugrah Putra, Tenaga Kesehatan, Wawancara Pribadi, Amuntai, 25 September 2022.

Peneliti tidak menemukan adanya kasus kematian pada tenaga kesehatan di Rumah sakit Pambalah Batung Amuntai. Walaupun demikian hal tersebut tetap membuat tenaga kesehatan merasakan cemas, takut, khawatir dan akhirnya berpikiran negatif. Wawancara lain juga dilakukan kepada tenaga kesehatan perempuan, berikut kutipan wawancaranya:

kekhawatiran dan ketakutan yang dirasakan terjadi pada awal menangani Covid-19, dikarenakan rumah sakit ini belum adanya pengalaman dalam menangani virus yang berbahaya ini, mereka juga mengalami ketakutan untuk meninggalkan keluarga saat harus kembali bekerja, dan dari ketakutan tersebut memicu munculnya pikiran yang negatif.<sup>9</sup>

Pernyataan tersebut sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Aziz Yogo Hanggoro pada tahun 2020, ia menjelaskan efek psikologis yang diterima oleh mereka yang menangani pasien Covid-19 di antaranya adalah mereka mengalami kecemasan, depresi, dan kesulitan tidur.<sup>10</sup> Selain efek psikologis di atas, jumlah kasus Covid-19 yang terus terjadi peningkatan juga mempengaruhi beban kerja bagi tenaga kesehatan. Mereka dituntut untuk bekerja lebih lama dari biasanya dan tentunya mengalami risiko terjangkit Covid-19 lebih besar daripada yang lain, tidak hanya itu mereka juga menghadapi persoalan stigma, baik stigma dari diri sendiri (sigma diri) atau stigma sosial dari masyarakat yang memberikan pengaruh kepada kesehatan mental tenaga kesehatan.<sup>11</sup>

---

<sup>9</sup> Musriyani, Tenaga Kesehatan, Wawancara Pribadi, Amuntai, 11 November 2021.

<sup>10</sup> Aziz Yogo Hanggoro, Linda Suwarni, dan Selviana Mawardi, "Dampak Psikologis Pandemi Covid-19 pada Tenaga Kesehatan: A Studi Cross-Sectional di Kota Pontianak" Vol. 15, no. 2 (November 2020), 15.

<sup>11</sup> Brian Pinggian, Hendri Opod, dan Lydia David, "Dampak Psikologis Tenaga Kesehatan Selama Pandemi Covid-19," *Jurnal Biomedik (Jbm)*, Vol. 13, no. 2 (Agustus 2021), 145.

Selain itu, banyak berita hoax dan rumor dapat menyebabkan masalah psikologis seperti kecemasan di kalangan tenaga kesehatan. Tenaga kesehatan prihatin dengan kesehatan pribadi, risiko infeksi dan penularan ke keluarga dan orang lain, risiko karantina, emosi campur aduk dan merasakan bahaya ketika memberikan perawatan pada pasien Covid-19.<sup>12</sup> Bekerja dalam keadaan dan situasi tersebut tentu akan berisiko mendapatkan masalah psikologis dan penyakit mental, serta tekanan fisik dan emosional pada tenaga kesehatan.<sup>13</sup> Tenaga kesehatan yang mengalami kecemasan, prasangka negatif, dan depresi berdampak negatif terhadap pekerjaannya, contohnya seperti mereka yang merawat pasien Covid-19 kualitas perawatannya memburuk.<sup>14</sup>

Tenaga kesehatan yang sering kali bertemu dengan pasien Covid-19 tetapi tidak memakai alat untuk melindungi diri (APD) yang memenuhi standar kesehatan dapat menyebabkan kecemasan, stres, kecemasan dan akhirnya depresi, sehingga memunculkan emosi negatif lebih banyak, dari pada emosi positif.<sup>15</sup>

Diperkuat dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Dede Nasrullah tahun 2020, Dede Nasrullah menjelaskan efek psikologis yang dialami oleh tenaga kesehatan pada masa pandemi, yang memperlihatkan beberapa responden yang mengalami kecemasan akibat Covid-19 sekitar 65.8%, yang merasakan stress akibat covid-19 sebesar 55%, tenaga kesehatan yang mengalami

---

<sup>12</sup>Lilin Rosyanti dan Indriono Hadi, "Dampak Psikologis dalam Memberikan Perawatan dan Layanan Kesehatan Pasien COVID-19 pada Tenaga Profesional Kesehatan" 12, no. 1 (Juni 2020), 107.

<sup>13</sup>Maryam Vizheh dkk., "The Mental Health Of Healthcare Workers In The COVID-19 Pandemic: A Systematic Review," *Journal Of Diabetes & Metabolic Disorders* 19, 2020, 1968.

<sup>14</sup>Rina Tri Handayani dkk., "Kondisi dan Strategi Penanganan Kecemasan Pada Tenaga Kesehatan Saat Pandemi Covid-19," *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa* Vol. 3, no. 3 (Agustus 2020), 366.

<sup>15</sup>Pinggian, Opod, dan David, "Dampak Psikologis Tenaga Kesehatan Selama Pandemi Covid-19", 145.

depresi sebesar 23.5%. Dan dari penelitian Dede Nasrullah ini menunjukkan adanya hubungan antara variabel kecemasan, variabel stress, dan variabel depresi terhadap kekhawatiran bagi tenaga kesehatan akibat Covid-19.<sup>16</sup> Penelitian lain yang diteliti oleh Sarah Salsabila Ichwanhaq tahun 2021 menyatakan bahwa gangguan kesehatan mental cenderung tinggi pada permasalahan psikologis berupa depresi, kecemasan, stres, dan *post-traumatic stress disorder* (PTSD), dialami tenaga kesehatan yang membantu pasien Covid-19 untuk pulih.<sup>17</sup>

Penelitian terdahulu oleh Abdullah Badahdah pada tahun 2021 juga menjadi penguat dalam penelitian ini, yang mengungkapkan bahwa meningkatnya efek negatif dari pada efek positif pada tenaga kesehatan disebabkan karena interaksi mereka dengan pasien yang diketahui terinfeksi Covid-19 atau dicurigai menderita Covid-19. Sehingga memberi dampak pada tenaga kesehatan seperti merasakan lesu dan tidak ada motivasi dalam bekerja, mereka juga lebih banyak merasakan sedih dan murung hal tersebut mengakibatkan munculnya rasa tidak bahagia kepada tenaga kesehatan.<sup>18</sup>

Sedangkan konsep kebahagiaan yang dijelaskan oleh Martin Seligman ialah individu yang merasakan emosi positif pada dirinya dan dapat menerapkannya di kehidupan sehari-hari merupakan individu yang bahagia. Seligman menjelaskan bahwa *authentic happiness* merupakan gabungan dari tiga komponen yang ada pada emosi positif seperti yang pertama, kepuasan akan

---

<sup>16</sup>Dede Nasrullah dkk., “Psychological Impact Among Health Workers In Effort To Facing The Covid-19 In Indonesia,” *International Journal Of Public Health Science (Ijphs)* Vol. 10, no. 1 (Maret 2021), 186.

<sup>17</sup>Sarah Salsabila Ichwanhaq, “Kesehatan Mental Pada Petugas Kesehatan yang Menangani Pasien Covid-19: A Systematic Review,” *Jurnal Empati* Vol. 10, no. 03 (Juni 2021), 159.

<sup>18</sup>Abdullah Badahdah dkk., “The mental health of health care workers in Oman during the COVID-19 pandemic,” *International Journal of Social Psychiatry* Vol. 67, no. 1 (2021), 90-95.

masa lalu ditandai dengan emosi positif yang dirasakan oleh individu tentang masa lalunya seperti ia merasakan adanya kepuasan, kesuksesan, dan kebanggaan serta merasa adanya kedamaian dalam hidup yang telah mereka jalani. Kedua, pada masa sekarang ia merasakan kebahagiaan, seperti adanya kenikmatan (*pleasure*) dan gratifikasi (*gratification*). Ketiga, optimis akan masa depan yang akan ia jalani, seperti keyakinan (*faith*), kepercayaan (*trust*), kepastian (*confidence*), harapan dan juga optimisme, dan ketiga gabungan emosi positif tersebut dapat diterapkan ke dalam kehidupan sehari-hari.<sup>19</sup>

Konsep kebahagiaan Seligman terletak pada aspek positif atau nilai-nilai kebaikan diri sendiri. Menurut Seligman, konsep kebahagiaan tidak dapat dipisahkan dari konsep diri. Konsep diri adalah pandangan individu, menurutnya konsep diri ini merupakan cara bagi individu untuk melihat dirinya sebagai pribadi yang positif dan memahami dirinya sendiri serta orang lain. Setelah memahami diri sendiri, berusaha melakukan sesuatu seperti yang diharapkan dan mendapatkan hasil yang diharapkan. Mewujudkan konsep diri ini, perlu adanya motivasi dari dalam diri sendiri. Motivasi adalah sumber kebahagiaan dan tindakan serta upaya mereka di dunia ini diarahkan pada kebahagiaan.<sup>20</sup>

Seseorang yang dipastikan sehat secara psikologis adalah orang yang mampu merasakan kebahagiaan dalam hidupnya. Itu karena ia dapat memaksimalkan potensi dan keahlian yang dimiliki serta membawa kebahagiaan bagi diri sendiri ataupun orang lain. Selain itu, ia dapat beradaptasi dengan situasi

---

<sup>19</sup>Martin E.P. Seligman, *Menciptakan Kebahagiaan Dengan Psikologi Positif (Authentic Happiness)*, Terj. Eva Yulia Nukman, (Bandung: Mizan Pustaka, 2005), 80.

<sup>20</sup>Jusmiati, "Konsep Kebahagiaan Martin Seligman: Sebuah Penelitian Awal" Vol. 15, no. 2 (Desember 2017), 167-169.

atau keadaan apapun, baik yang berhubungan dengan dirinya sendiri maupun orang-orang di sekitarnya.<sup>21</sup>

Salah satu faktor yang efektif untuk meminimalisir masalah psikologis yang terjadi pada individu adalah dengan cara berpikir positif. Hal ini dikarenakan individu yang mampu berpikir positif akan menghilangkan pikiran negatif dan akan bisa meningkatkan semangat dalam dirinya. Sehingga dengan berpikir positif individu akan berusaha untuk menghapus segala pikiran negatif seperti cemas, stres, takut dan kekhawatiran saat bekerja. Individu yang menerapkan cara berpikir positif akan berjuang menangani rintangan-rintangan yang dihadapi baik itu pada lingkup hidup bersosial atau lingkup pekerjaan, agar terhindar dari dampak masalah psikologis. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Limbert dan dikutip oleh Abdul Basith mengungkapkan bahwa individu yang berpikir positif dapat memberikan keuntungan bagi individu agar bisa menerima situasi atau keadaan yang sedang dihadapi secara lebih positif.<sup>22</sup>

Berpikir positif dalam Islam biasa disebut dengan *husnuzhan*. Individu yang baik sangka terhadap segala sesuatu yang terjadi dimuka bumi ialah mereka yang menerapkan *husnuzhan* dalam hidupnya. Menurut bahasa, *husnuzhan* ini terdiri dari dua kata, '*husn*' yang berarti baik dan '*dzan*' yang berarti prasangka.<sup>23</sup> Individu yang merasakan ketentraman di dalam hati dan merasakan kedamaian,

---

<sup>21</sup>Zulkarnain Dan Siti Fatimah, "Kesehatan Dan Mental dan Kebahagiaan: Tinjauan Psikologi Islam," *Jurnal Dakwah Dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan* Vol. 10, no. 1 (2019).

<sup>22</sup>Abdul Basith, "Hubungan Antara Berpikir Positif dan Resiliensi dengan Stres Pada Petugas Kesehatan dalam Menghadapi Virus Corona (Covid 19)" (Tesis, Surabaya, Program Studi Psikologi Profesi (S2) Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, 2020), 18-23.

<sup>23</sup>Uly Gusniarti, Susilo Wibisono, dan Fani Eka Nurtjahjo, "Validasi islamic positive thinking scale (IPTS) berbasis kriteria eksternal," *Jurnal Psikologi Islami* Vol. 4, no. 1 (2017), 53-69.

ialah individu yang dan dapat menerima segala ketentuan yang diberikan Allah, sehingga mereka yang menerima ketentuan Allah tidak lagi merasa cemas, curiga, atau bahkan takut. Dalam Islam, berpikir positif biasa disebut *husnuzhan* karena membebaskan orang dari beban hidup dan peristiwa yang menyebabkan pengalaman traumatis. Oleh sebab itu, berpikir positif dalam kehidupan sehari-hari di Islam sangat ditekankan, terutama kepada Allah SWT yang maha tahu semua yang terjadi di muka bumi.<sup>24</sup>

Seperti firman Allah pada *surah al-Hujurat/49:12* yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَب بَّعْضُكُم بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ

Artinya :

*Wahai orang-orang yang beriman! Jauhilah banyak dari prasangka, sesungguhnya sebagian prasangka itu dosa dan janganlah kamu mencari-cari kesalahan orang lain dan janganlah ada di antara kamu yang menggunjing sebagian yang lain. Apakah ada di antara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Tentu kamu merasa jijik. Dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Penerima tobat, Maha Penyayang” (QS. al-Hujurat/49:12).*

Menurut tafsir Ibnu Katsir tentang surah *al-Hujarat* ayat 12, Allah melarang hamba-Nya yang beriman untuk berprasangka tidak baik, Prasangka adalah dosa, jadi tuduhan dan pengkhianatan terhadap anggota keluarga, kerabat, dan semuanya tidak pantas. Oleh karena itu, hendaklah kita menjauhi prasangka buruk sebagai bentuk kewaspadaan.<sup>25</sup> Selain tafsir Ibnu Katsir, *Tafsir al-Maraghi*

<sup>24</sup>Ahmad Rusydi, “Husn Al-Zhann: Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental,” *Jurnal Psikologi Proyeksi* Vol. 7, no. 1 (2012), 7.

<sup>25</sup>Abdullah bin Muhammad bin ‘Abdurrahman bin Ishaq Alu Syaikh, *Tafsir Ibnu Katsir, Terj. M. ‘Abdul Ghiffar dan Abu Ihsan al-Atsari* (Pustaka Imam Asy’Syafi’i, 2008), 121-122.

juga menjelaskan bahwa Allah memerintahkan agar kita menghindari prasangka buruk terhadap sesama manusia dan jangan menuduh mereka berkhianat atas apapun yang mereka lakukan atau atas apapun yang mereka ucapkan,, karena sebagian dari prasangka dan juga tuduhan tersebut merupakan dosa.<sup>26</sup>

Ayat di atas dapat dihubungkan dengan penelitian peneliti, dapat menjadi pengingat kepada para tenaga kesehatan atas larangan untuk berprasangka buruk kepada pasien yang mereka tangani, baik yang terinfeksi virus ataupun tidak. Selain itu tenaga kesehatan juga diharuskan untuk berprasangka baik kepada Allah yang maha mengetahui semua yang ada di muka bumi, dan mampu menyembuhkan segala macam penyakit yang ada. Ayat tersebut juga menjadi pengingat untuk terus ber*husnuzzhan*, berprasangka baik atau berpikir positif atas segala sesuatu yang sudah berlalu atau sedang terjadi atau akan terjadi.

Selain ayat al-Qur'an di atas ada juga hadis juga menjelaskan tentang *husnuzzhan* dan menjadi penguat dalam penelitian ini tentang pentingnya untuk ber*husnuzzhan* dan larangan dalam berprasangka buruk, di antaranya:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ إِيَّاكُمْ وَالظَّنَّ فَإِنَّ الظَّنَّ أَكْذَبُ الْحَدِيثِ وَلَا تَحَسَّسُوا وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا تَنَاجَشُوا وَلَا تَخَاسَدُوا وَلَا تَدَابَرُوا وَلَا تَبَاغَضُوا وَكُونُوا عِبَادَ اللَّهِ إِخْوَانًا

Artinya:

*Dari Abu Hurairah, bahwa Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Jauhilah prasangka buruk, karena prasangka buruk ucapan yang paling dusta, dan janganlah kalian saling mendiamkan, saling mencari kejelekan, saling menipu dalam jual beli, saling mendengki, janganlah saling membelakangi dan saling membenci dan, dan jadilah kalian semua hamba-hamba Allah yang bersaudara." (Hadits Shahih al-Bukhari).<sup>27</sup>*

<sup>26</sup>Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi, Terj. Bahrin Abubakar, Hery Noer Aly, Anshori Umar sitanggal* (Semarang: PT. Karya Toha Putra Semarang, 1993), 227.

<sup>27</sup>Al-Imam al-Hafizh Muhammad bin Isma'il al-Bukhari, *Ensiklopedi Hadits-Hadits Adab*, Terj. Abu Halbas Muhammad Ayub dan Ibnu Ali (Jakarta: Pustaka as-Sunnah, 2013), 672.

Salah satunya akhlak terpuji adalah *husnuzzhan* atau prasangka baik.<sup>28</sup> Penelitian terdahulu yang diteliti oleh Rusydi tahun 2012 dalam penelitiannya menjelaskan bahwa dengan ber*husnuzzhan*, individu akan terlepas dari tuntutan hidup yang membebankan dan peristiwa yang mendatangkan suatu rasa traumatik yang sudah pernah dilalui.<sup>29</sup> aspek-aspek *husnuzzhan* menurut penelitian yang dilakukan Rusydi yaitu ada dua aspek yang pertama, *husnuzzhan* kepada Allah yaitu merupakan salah satu cara manusia beribadah kepada Tuhan-Nya, bukti dari seberapa besar kesungguhan kita dalam beribadah kepada Allah adalah dengan berprasangka baik kepada-Nya. Aspek kedua adalah *husnuzzhan* kepada sesama yang berarti kita sebagai umat Islam dilarang untuk berburuk sangka kepada orang lain, karena dengan adanya prasangka yang buruk maka akan memunculkan rasa benci kita kepada orang lain, juga akan membuat kita merasa iri dengan kebahagiaan orang lain, dan dengan prasangka buruk akan membuat kita mencari-cari kesalahan orang lain.<sup>30</sup>

*Huznudzon* menawarkan manfaat positif bagi kesehatan mental, diantaranya menenangkan jiwa dan dengan *husnuzzhan* membuat kita hidup kita menjadi tentram dikarenakan keyakinan individu atas setiap yang terjadi di bumi ini merupakan ketetapan Allah, dan dengan meyakini hal tersebut maka Allah akan mengangkat derajat tinggi kepada mereka, serta membawa kebahagiaan

---

<sup>28</sup>T. Ibrahim Darsono, *Membangun akidah dan akhlak 2* (Solo: PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri, 2009), 113.

<sup>29</sup>Ahmad Rusydi, "Husn Al-Zhann: Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental," *Jurnal Psikologi Proyeksi* Vol. 7, no. 1 (2012), 7.

<sup>30</sup>Resha Karina Putri, "Hubungan Antara *Khusnuzzhan* dan *Resiliensi* Pada Penyintas Bencana Longsor" (Skripsi, Yogyakarta, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia yogyakarta, 2018), 21-22.

kepada individu. Individu yang menerapkan *husnuzhan* dalam hidupnya akan menjadi lebih rileks sehingga dapat mengontrol stress dirasakan, dan membuat individu lebih optimis menjalani hidup mereka.<sup>31</sup>

Diterapkannya *husnuzhan* dalam kehidupan sehari-hari, akan membuat hidup terasa lebih tenang, selalu berpikir positif, jauh dari rasa takut, khawatir, cemas, dan dari segala praduga yang belum pasti benar atau salah. Mereka yang terbiasa dengan pemikiran negatif lebih cenderung bertindak ke arah negatif, dan mereka yang berpikiran positif bertindak positif, memiliki harapan positif, dan menjadi lebih optimis terhadap prosesnya. Dalam penelitian ini jika tenaga kesehatan menerapkan *husnuzhan* atau pikiran positif maka ia akan selalu menjauhkan diri dari pikiran negatif, dan berperilaku kearah yang positif, serta akan lebih fokus kepada tujuan untuk kesembuhan para pasien-pasien Covid-19. Selain untuk pasien Covid-19 pemikiran positif atau *husnuzhan* juga membuat jiwa tenaga kesehatan lebih tenang. Penjelasan tersebut diperkuat dengan kondisi lapangan yang diteliti oleh peneliti, yang mana tenaga kesehatan yang menangani pasien Covid-19 cenderung memikirkan hal-hal negatif dan membuat mereka lebih keteteran terhadap tugas yang mereka jalani, serta merasakan perasaan takut, cemas, stres, kelelahan yang berlebihan.<sup>32</sup>

Berangkat dari permasalahan tersebut, peneliti merasa hal ini sangat penting untuk dilakukan penelitian karena perawatan pasien Covid-19 akan berjalan maksimal jika tenaga kesehatannya sehat secara fisik dan psikis, dan siap

---

<sup>31</sup>Hanna Oktasya Ross, Megawatul Hasanah, dan Fitri Ayu Kusumaningrum, "Implementasi Konsep Sahdzan (Sabar dan huznudzan) Sebagai Upaya Perawatan kesehatan Mental Di Masa Pandemi Covid-19," *Jurnal Mahasiswa* Vol. 12, no. 1, 77 .

<sup>32</sup>Musriyani, Tenaga Kesehatan, Wawancara Pribadi, 12 November 2021.

menerima pengetahuan atau pengalaman baru dalam hidup, agar bisa meminimalisir hambatan yang terjadi jika kejadian yang serupa terjadi lagi kedepannya. Berdasarkan paparan yang telah disampaikan, peneliti tertarik dalam melakukan penelitian ini dengan judul “Kontribusi *Husnuzzhan* terhadap *Authentic Happiness* pada tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19”

### **B. Rumusan Masalah/Fokus Penelitian**

Melalui penjelasan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka peneliti mengambil fokus penelitian dengan mengemukakan 3 rumusan masalah, yaitu:

1. Berapa besar tingkat *husnuzzhan* pada tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19?
2. Berapa besar tingkat *authentic happiness* pada tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19?
3. Apakah terdapat kontribusi *husnuzzhan* terhadap *authentic happiness* pada tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19?

### **C. Tujuan Penelitian**

Melalui penjabaran rumusan masalah tersebut, maka tujuan dari penelitian ini ialah:

1. Untuk mengetahui tingkat *husnuzzhan* pada tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19.
2. Untuk mengetahui tingkat *authentic happiness* pada tenaga kesehatan di

rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19.

3. Untuk mengetahui apakah terdapat kontribusi *husnuzzhan* terhadap *authentic happiness* pada tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19.

#### **D. Signifikansi Penelitian**

Berdasarkan penjelasan di atas maka signifikansi atau manfaat dari penelitian ini ialah:

##### **1. Signifikansi Teoritis**

Memberikan kontribusi dalam memperkaya wawasan dan keilmuan dalam kajian psikologi khususnya dalam konsentrasi psikologi klinis. Penelitian ini juga dapat menjadi pengetahuan tentang variabel terkait yaitu *husnuzzhan* dan *authentic happiness*.

##### **2. Signifikansi Praktis**

###### **a. Bagi Peneliti**

Memberikan pengalaman dan pengetahuan baru serta wawasan yang berhubungan dengan penerapan keilmuan yang telah dipelajari peneliti selama menempuh pendidikan di bangku perkuliahan.

###### **b. Bagi Tenaga Kesehatan**

Memberikan informasi serta gambaran terhadap tenaga kesehatan terkait kondisi *husnuzzhan* dan *authentic happiness* mereka sehingga dapat digunakan untuk evaluasi diri dalam meningkatkan kedua kondisi tersebut. Serta menjadi bahan pertimbangan dalam mengatasi permasalahan psikologis bagi mereka yang mendapatkan efek dari dampak Covid-19 khususnya tenaga kesehatan.

### **c. Bagi Rumah Sakit**

Memberikan gambaran tentang bagaimana kondisi tenaga kesehatan di lingkungan yang pada saat itu sedang menangani pasien Covid-19, sehingga kedepannya jika terjadi lagi situasi yang serupa dapat mengarahkan strategi agar mendapatkan kondisi yang kondusif.

## **E. Definisi Operasional**

### **1. *Husnuzzhan***

*Husnuzzhan* ialah prasangka baik terhadap Allah dan makhluknya. Salah satu kepribadian yang mulia di sisi Allah adalah prasangka baik atau *husnuzzhan*. *Husnuzzhan* juga merupakan cara berpikir yang benar dalam Islam. *Husnuzzhan* ini jauh berbagai macam bentuk ketidaksukaan, praduga negatif, dan emosi negatif lainnya. Berdasarkan penjabaran tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa *husnuzzhan* sebagai bentuk prasangka baik dan pemikiran positif yang dimiliki seseorang untuk setiap sesuatu yang terjadi dalam hidupnya. Dan adapun aspek dari *husnuzzhan* yang diadaptasi dari penelitian Rusydi (2012) adalah *husnuzzhan* terhadap Allah dan juga *husnuzzhan* terhadap sesama.<sup>33</sup>

*Husnuzzhan* dalam penelitian ini dimaknakan dengan tingkat berpikir positif atau berprasangka baik pada tenaga kesehatan di Rumah Sakit Pambalah Batung Amuntai atas segala sesuatu serta menerima segala kondisi yang terjadi, baik kepada Allah SWT khususnya serta terhadap makhluk Tuhan pada

---

<sup>33</sup>Ahmad Rusydi, "Husn Al-Zhann: Konsep Berpikir Positif Dalam Perspektif Psikologi Islam Dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental", 5.

umumnya, dengan menggunakan skala *husnuzzhan* berdasarkan pada aspek yang disusun oleh Rusydi.

## **2. *Authentic Happiness***

Seligman menjelaskan dalam bukunya yang berjudul *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*, bahwa tujuan dari setiap upaya dalam psikologi positif itu disebut dengan istilah *authentic happiness* atau kebahagiaan otentik, tujuan tersebut meliputi perasaan positif yang tidak mampu dijabarkan melalui kata-kata dan perasaan yang mendatangkan kenyamanan, serta datang saat individu melakukan kegiatan positif yang lain. Individu satu dengan individu yang lain menempuh jalan yang beda agar memperoleh atau mencapai kebahagiaan. Adapun aspek dari *authentic happiness* yang dikemukakan oleh Seligman yaitu, merasakan kepuasan masa lalu, merasakan kebahagiaan di masa sekarang dan optimisme akan masa depan.<sup>34</sup>

*Authentic happiness* atau kebahagiaan otentik pada tenaga kesehatan di Rumah Sakit Pambalah Batung Amuntai dalam penelitian ini, diungkapkan melalui emosi positif yang dirasakan oleh tenaga kesehatan seperti, merasakan kepuasan akan masa lalu dengan cara bersyukur dan memaafkan peristiwa yang dianggap buruk pada masa lalu, merasakan kebahagiaan pada masa sekarang dan optimisme serta mempunyai harapan akan terhadap masa depan.

---

<sup>34</sup>Martin E.P. Seligman, *Authentic Happiness : Using The New Positive Psychology To Realize Your Potential For Lasting Fulfillment* (New York: THE FREE PRESS A Division Of Simon & Schuster, 2002), 296.

### 3. Tenaga Kesehatan di Masa Covid-19

Tenaga kesehatan adalah setiap orang yang mengabdikan dirinya dalam bidang kesehatan serta memiliki pengetahuan dan keterampilan melalui pendidikan di bidang kesehatan untuk jenis tertentu memerlukan kewenangan untuk melakukan upaya kesehatan dalam menjalankan praktik. Tenaga Kesehatan yang memberikan pelayanan langsung kepada Penerima Pelayanan Kesehatan harus melaksanakan upaya terbaik untuk kepentingan Penerima Pelayanan Kesehatan dengan tidak menjanjikan hasil.<sup>35</sup>

Tenaga kesehatan dalam penelitian ini adalah tenaga kesehatan di Rumah sakit Pambalah Batung amuntai di masa Covid-19 yang terdiri dari Dokter, Perawat, Bidan, ATLM, PNS, CS (Customer Service), mereka ini lah yang bersinggungan langsung dengan pasien yang terindikasi terinfeksi virus Covid-19 di masa pandemi.

### 4. Pandemi Covid-19

Pandemi menurut KBBI dimaknai sebagai wabah yang berjangkit serempak dimana-mana meliputi daerah geografi yang luas.<sup>36</sup> Wabah penyakit yang masuk dalam kategori pandemi adalah penyakit menular dan memiliki garis infeksi berkelanjutan. Maka, Jika ada kasus wabah terjadi di beberapa negara lainnya selain negara aslinya wabah, akan tetap digolongkan sebagai pandemi.<sup>37</sup>

---

<sup>35</sup>Indra Yudha Koswara, "Perlindungan Tenaga Kesehatan Dalam Regulasi Perspektif Bidang Kesehatan Dihubungkan Dengan Undang-Undang Nomor 36 Tentang Kesehatan Dan Sistem Jaminan Sosial," *Jurnal Hukum Positum* Vol. 3, no. 1 (Juni 2018), 2-3.

<sup>36</sup>"Kamus Besar Bahasa Indonesia Online," diakses 14 Oktober 2022, <https://kbbi.kemdikbud.gdo.id/>.

<sup>37</sup>Fajaria Anindya Utami, "Apa itu Pandemi," diakses 14 Oktober 2022, <https://wartaekonomi.co.id/read276620/apa-itu-pandemi>.

Covid-19 (*Coronavirus Disease 2019*) adalah penyakit yang disebabkan oleh jenis *coronavirus* baru yaitu *sars-Cov-2* baru, yang dilaporkan pertama kali di Wuhan Tiongkok pada tanggal 31 Desember 2019.<sup>38</sup>

Pandemi Covid-19 dalam penelitian ini adalah wabah yang menyebar luas dan serampak, disebabkan oleh jenis Corona Virus yang menyerang tubuh manusia, bahkan dapat menularkan antar satu manusia dengan manusia lainnya.

#### **F. Penelitian Terdahulu**

Peneliti melakukan pencarian terkait variabel-variabel yang berhubungan dengan kedua variabel yang diangkat, hal ini diharapkan dapat digunakan sebagai perbandingan penelitian yang ada, beberapa diantaranya ialah:

1. Nur Baity Ulya Shabrina dan Mira Aliza Rachmawati (2019) dalam judul “*Husnuzzhan and Anxiety in Student Dealing With National Examination*” Hasil dari penelitian ini dapat menunjukkan bahwa perasaan takut, cemas, khawatir dan prasangka-prasangka negatif dapat memberikan pengaruh terhadap aspek psikologis seseorang, yang mengakibatkan kurangnya hasil belajar dan melakukan penarikan diri dari sikap menghadapi ujian nasional. Hal ini tidak sesuai dengan makna dari *husnuzzhan* yang menjunjung tinggi prasangka baik. *Husnuzzhan* siswa yang sedang menghadapi ujian nasional dapat mengidentifikasi apa-apa saja yang membuat mereka terlalu merasa khawatir dan takut. Permasalahan di atas dapat diminimalisir dengan perspektif Islam yaitu *husnuzzhan* atau

---

<sup>38</sup>Pusat Analisis Determinan Kesehatan, “Hindari Lansia dari Covid-19,” diakses 14 Oktober 2022.

berprasangka baik kepada Allah. Pembedanya penelitian Nur Baity dan Mira Aliza mencari hubungan *husnuzzhan* dengan kecemasan pada siswa yang menghadapi ujian nasional, maka jika pada penelitian peneliti meneliti hubungan *husnuzzhan* terhadap *authentic happiness* pada tenaga kesehatan. Pada penelitian terdahulu ini juga menggunakan metode studi literatur. Persamaannya sama-sama meneliti variabel *husnuzzhan*.<sup>39</sup>

2. Lilim Halimah, Cahya Fitriyani, Widad Nibras Fairus Irbah, Ken Kalangwan, Azis Hanafi (2019), dalam judul “Sabar Dan *Authentic Happiness* Pada Anggota Komunitas *Khuruj Fi Sabilillah* Di Bandung”. Tujuan dari penelitian terdahulu ini adalah untuk memperoleh data empiris tentang hubungan antara kesabaran dan kebahagiaan otentik di kalangan umat beragama *Khuruj Fisabilillah*. Penelitian Lilim Halimah dkk, memperoleh hasil ada hubungan positif yang signifikan antara kesabaran dan kesejahteraan otentik, dengan 100% peserta penelitian memiliki kesabaran yang tinggi..<sup>40</sup> Perbedaan penelitian Lilim Halimah dkk dan penelitian peneliti pada variabel bebas jika pada penelitian ini menggunakan sabar lain halnya dengan penelitian peneliti yang menggunakan *husnuzzhan*. Persamaannya adalah memakai *authentic happiness* sebagai variabel terikat dan sama-sama menggunakan metode kuantitatif.

---

<sup>39</sup>Nur Baity Ulya Shabrina dan Mira Aliza Rachmawati, “*Husnudzan and Anxiety in Students Dealing with National Examination*,” *International Summit on Science Technology and Humanity*, 2019, 170.

<sup>40</sup>Lilim Halimah dkk., “Sabar dan *Authentic Happiness* Pada Anggota Komunitas *Khuruj Fisabilillah* Di Bandung,” *Jurnal Psikologi Islam* Vol. 6, no. 2 (2019), 19.

3. Ika Rusdiana (2017) dalam judul “Konsep *Authentic Happiness* pada Remaja dalam Perspektif Teori Myers”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja memiliki kemampuan yang sangat rendah untuk menghargai diri sendiri. Dalam penelitian ini, 89% remaja tidak percaya diri dalam menghargai diri mereka sendiri dan tidak mampu mencapai potensi penuh mereka, 61% remaja yang optimis yakin bahwa berjuang itu penting untuk kehidupan yang lebih baik di masa depan, 25% remaja yang memiliki sikap tertutup dan sulit bersosialisasi, 75% remaja mudah untuk bersosialisasi dengan lingkungan, 69% remaja yang tidak bisa mengendalikan diri.<sup>41</sup> Perbedaan dari penelitian Ika Rusdiana dengan penelitian peneliti pada metode yang digunakan, jika pada penelitian terdahulu menggunakan metode kualitatif, penelitian peneliti menggunakan metode kuantitatif, dan perbedaan lainnya terletak pada subjek yang diteliti jika pada penelitian terdahulu adalah remaja sebagai subjeknya, penelitian ini subjek yang digunakan yaitu tenaga kesehatan yang sudah dewasa. Persamaannya ialah sama-sama meneliti variabel *authentic happiness*.

4. Jennifer Mei Sze Ang (2019), dalam judul jurnal “*Can Existentialists be Happy? Authentic Life, Authentic Happiness*”. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa kehidupan otentik dan kebahagiaan otentik merupakan sebuah tanggung jawab individu untuk memberikan makna dalam setiap pertemuan kita dengan orang lain, agar dapat membuat pilihan dan

---

<sup>41</sup>Ika Rusdiana, “Konsep *Authentic Happiness* pada Remaja dalam Perspektif Teori Myers,” *Jurnal Pendidikan Dasar Islam Berbasis Sains* Vol. 2, no. 1 (2017), 42-43.

melakukan pilihan tersebut dengan baik. Mereka yang dapat menerima peristiwa traumatik yang menyebabkan ketakutan, dan keputusasaan akan mengubah emosi kecemasan yang mereka rasakan dengan perasaan yang baik dan positif.<sup>42</sup> Adapun perbedaan dalam penelitian Jennifer Mei Sze Ang dengan penelitian yang dilakukan peneliti pada metode yang digunakan, penelitian Jennifer Mei Sze Ang menggunakan metode kualitatif, sedangkan penelitian peneliti menggunakan metode kuantitatif.

5. Sholahuddin Al Ayubi (2021) Skripsi, dalam Judul “Hubungan Pendidikan Akhlak Dan *Husnuzzhan* Dengan *Forgiveness*”. Hasil dari penelitian ini menyatakan terdapat hubungan yang positif dan signifikan dari ketiga variabel yang diteliti. Sehingga kesadaran siswa yang tinggi akan pentingnya nilai-nilai pendidikan akhlak yang diterapkan, akan membuat *forgiveness* (pemaafan) semakin tinggi pula bagi siswa tersebut. Juga semakin meningkat sikap *husnuzzhan* pada siswa, maka akan semakin meningkat pula sikap *forgiveness* (pemaafan) pada diri siswa.<sup>43</sup> Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian peneliti ada pada variabel bebas (X) yang mana pada penelitian terdahulu menggunakan dua variabel yaitu pendidikan akhlak dan *husnuzzhan*, sedangkan untuk penelitian peneliti hanya menggunakan satu variabel bebas yaitu *husnuzzhan*. Perbedaan pada penelitian terdahulu menggunakan variabel *forgiveness* sedangkan penelitian peneliti menggunakan variabel *authentic happiness*.

---

<sup>42</sup>Jennifer Mei Sze Ang, “Can Existentialists be Happy? Authentic Life, Authentic Happiness” Vol. 6 (2019), 128.

<sup>43</sup>Sholahuddin Al Ayubi, “Hubungan Pendidikan Akhlak dan *Husnuzzhan* dengan *Forgiveness*” (Skripsi, Surakarta, Fakultas Psikologi & Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2021), 14.

Persamaannya sama-sama menggunakan metode kuantitatif dalam penelitiannya.

6. Hardiyanti Rahmah (2021) Jurnal dalam judul “Konsep Berpikir Positif (*Husnuzhon*) Dalam Meningkatkan Kemampuan Self Healing”. Tujuan dari penelitian ini adalah membahas konsep-konsep dalam berpikir positif untuk meningkatkan kemampuan self-healing. Hasil yang didapatkan adalah variabel berpikir positif (*husnuzzhan*) dan self healing yang menunjukkan adanya peningkatan kemampuan penyembuhan diri sendiri ketika individu mampu berpikir positif.<sup>44</sup> Perbedaan penelitian ini dengan penelitian peneliti terletak pada metode yang digunakan, penelitian ini menggunakan metode studi literatur sedangkan peneliti menggunakan metode kuantitatif. Persamaannya sama-sama membahas tentang *husnuzzhan*.

### **G. Hipotesis Penelitian**

Jawaban awal atas pertanyaan berlandaskan teori yang dipakai guna memberi penjelasan hubungan antar variabel penelitian disebut dengan hipotesis.<sup>45</sup> Adapun hipotesis dalam penelitian ini, sesuai dengan gejala di lapangan serta teori-teori yang terkait dengan penelitian adalah hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yaitu terdapat kontribusi *husnuzzhan* terhadap *authentic happiness* pada tenaga kesehatan di Rumah Sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19.

---

<sup>44</sup>Hardiyanti Rahmah, “Konsep Berpikir Positif (*Husnuzhon*) Dalam Meningkatkan Kemampuan Self Healing” Vol.15, No. No. 2 (Desember 2022), 118.

<sup>45</sup>Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, 2 ed., Vol. XI (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017), 61.

## H. Sistematika Penulisan

Penulis memberikan sistematika penulisan yang berfungsi sebagai pedoman dan memudahkan dalam penyusunan skripsi ini, peneliti menuliskan secara sistematis sebagai berikut:

1. Bab I yaitu pendahuluan yang berangkat dari permasalahan yang melatar belakangi peneliti mengangkat judul ini, rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, hipotesis penelitian dan sistematika penulisan.
2. Bab II yaitu kajian teori dan kerangka pikir yang berisi penjabaran teori terkait *husnuzzhan* dan *authentic happiness* dan alur penelitian atau kerangka pikir.
3. Bab III yaitu membahas mengenai metode penelitian yang menjelaskan perihal jenis dan pendekatan penelitian, lokasi dilakukannya penelitian, subjek dan objek penelitian, populasi dan sampel, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, teknik pengolahan data, analisis data, dan desain pengukuran
4. Bab IV yaitu hasil penelitian dan pembahasan yang terdiri dari pembahasan yang terkait dengan masalah penelitian dan analisa tentang data-data yang telah didapatkan di lapangan.
5. Bab V yaitu penutup yang terdiri dari penjelasan simpulan dan rekomendasi yang dapat digunakan untuk peneliti selanjutnya.