

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Virus Covid-19 atau yang dikenal juga dengan sebutan *Coronavirus disease 2019* merupakan virus yang telah ditetapkan sebagai pandemi karena hampir terjadi di seluruh negara, di belahan dunia. Dampak yang timbul akibat pandemi Covid-19 berpengaruh terhadap kesehatan baik secara fisik maupun mental atau psikologis seseorang dan masyarakat. Menurut Brooks dkk., selama terjadinya pandemi terdapat beberapa gangguan psikologis yang diantaranya meliputi gangguan stres pascatrauma (*post-traumatic stress disorder*), mengalami kebingungan, merasakan kegelisahan, frustrasi, timbulnya ketakutan akan infeksi virus Covid-19, hingga terjadinya insomnia dan merasa tidak berdaya.¹ Kemudian beberapa psikiatris dan juga psikolog mencatat bahwa gangguan mental dari yang ringan hingga berat dari berbagai jenis dapat terjadi di masa pandemi ini.²

Selain itu, Direktur Kementerian Kesehatan Jiwa juga menyampaikan bahwa pandemi Covid-19 dapat mempengaruhi dan memperburuk kondisi kesehatan jiwa yang dimana angka prevalensinya meningkat dari 1 hingga 2 kali lipat dibandingkan sebelum terjadinya pandemi.³ Kesehatan mental menjadi permasalahan yang diakibatkan oleh pandemi Covid-19 dapat dipahami dengan

¹Samantha K Brooks dkk., "The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence," *The lancet* 395, no. 10227 (2020): 912–20.

²Deshinta Vibriyanti, "Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan di Tengah Pandemi COVID-19," *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 2020, 69.

³Kementerian Kesehatan RI, "Pandemi Covid-19 Memperparah Kondisi Kesehatan Jiwa Masyarakat," 14 Mei 2022.

mengingat bahwa pandemi Covid-19 merupakan sumber stress baru bagi masyarakat dunia. Secara umum, terdapat empat faktor yang menjadi risiko utama munculnya depresi diakibatkan pandemi Covid-19. *Pertama*, faktor menjaga jarak dan isolasi sosial. Rasa keterasingan dari menjaga jarak dengan orang lain dan perasaan takut akan Covid-19 menimbulkan tekanan emosional sehingga dapat mempengaruhi kondisi kesehatan mental seseorang.

Kedua, terjadinya resesi ekonomi telah memicu krisis ekonomi secara global. Sehingga, hal tersebut memungkinkan menjadi penyebab dalam meningkatkan risiko bunuh diri terhadap para pengangguran dan orang-orang yang memiliki tekanan dalam ekonomi. *Ketiga*, stress dan trauma yang terjadi pada tenaga kesehatan sebagai media pelayanan di bidang kesehatan, yang mana mereka mempunyai risiko yang cukup tinggi terhadap kesehatan mental mereka selama terjadinya pandemi. Dampak yang cukup sering dialami oleh tenaga kesehatan adalah stres seperti stres yang ekstrim, yaitu takut akan penyakit atau virus Covid-19, timbulnya trauma yang menyebabkan perasaan tidak berdaya karena menyaksikan pasien Covid-19 yang meninggal dunia sendirian.

Keempat, terdapatnya stigma dan diskriminasi mengenai orang yang terpapar Covid-19 di masyarakat yang dapat menjadi pemicu terjadinya kasus bunuh diri di seluruh dunia. Di Indonesia, tenaga kesehatan menjadi sasaran utama dalam stigma dan diskriminasi yang terdapat pada masyarakat antara lain seperti menghindarnya orang-orang di lingkungan sekitar dan ketika melihat perawat mereka menutup pintu. Bahkan, ada yang sampai mengusir mereka dari tempat kediaman, dilarang untuk menaiki kendaraan umum, anggota keluarga

yang diasingkan, dilarang untuk menikah dengan mereka, hingga diancam untuk ceraikan oleh istri atau suami.⁴

Para tenaga kesehatan telah menjadi garda terdepan dalam penanganan pasien positif infeksi virus Covid-19 selama berlangsungnya pandemi, dan selain itu mereka adalah sekelompok orang yang rentan untuk terpaparnya virus Covid-19. Hal ini dikarenakan dalam memberikan penanganan kepada pasien Covid-19 tenaga kesehatan bersentuhan secara langsung dengan pasien sehingga, mereka sangat rentan untuk terinfeksi virus dalam jumlah yang banyak atau banyaknya dosis virus yang masuk ke dalam tubuh mereka ketika melakukan penanganan terhadap pasien positif Covid-19.⁵ Berdasarkan Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2014 pasal 1 tentang Tenaga Kesehatan disebutkan bahwa Tenaga Kesehatan adalah setiap orang yang mengabdikan diri dalam bidang kesehatan serta memiliki pengetahuan dan/atau keterampilan melalui pendidikan di bidang kesehatan yang untuk jenis tertentu memerlukan kewenangan untuk melakukan upaya kesehatan.⁶

Dengan demikian, dampak yang dirasakan akibat dari wabah *coronavirus* atau pandemi Covid-19 yang melanda di penjuru dunia tidak hanya berdampak kepada masyarakat umum saja, namun hal tersebut berdampak juga kepada tenaga kesehatan yang terdapat di barisan terdepan untuk berhadapan secara langsung dengan virus mematikan ini. Sehingga, para tenaga kesehatan tidak dapat melindungi dirinya seperti yang dilakukan masyarakat pada umumnya yaitu dengan menerapkan *stay at home* atau berada di rumah saja, namun mereka harus

⁴Sulis Winurini, "Permasalahan Kesehatan Mental Akibat Pandemi Covid-19," *Info Singkat* Vol. XII, No. 15 (Agustus 2020), 14-15.

⁵Hamrani, "Peran Tenaga Kesehatan dalam Penanganan Pandemi Covid-19," *Dinamika* Vol. 27, No. 21 (Juni 2021), 5038.

⁶"Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan".

tetap berada di garda terdepan untuk menangani dan memberikan upaya pelayanan kesehatan pada pasien terinfeksi virus Covid-19 dan memiliki risiko terhadap paparan virus yang cukup tinggi. Di samping melaksanakan tugas, mereka juga harus hidup terpisah selama berminggu-minggu dengan keluarganya serta orang yang disayang agar dapat mencegah penularan virus yang lebih luas.⁷

Pandemi Covid-19 merupakan permasalahan global yang terjadi di berbagai belahan dunia termasuk Indonesia. Penyebarannya di Indonesia begitu cepat, ia menyebar ke berbagai wilayah provinsi hingga ke pelosok-pelosok daerah, salah satunya kota Amuntai.

Di kota Amuntai, Kabupaten Hulu Sungai Utara sebenarnya terdapat 2 rumah sakit yaitu rumah sakit Sari Mulia dan rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Pambalah Batung Amuntai. Namun, yang ditetapkan menjadi rumah sakit Penanganan Covid-19 berdasarkan Surat Keputusan Bupati HSU H. Abdul Wahid, HK Nomor 188.45/347/KUM/2020 yang telah dikeluarkan pada tanggal 20 Mei 2020 adalah RSUD Pambalah Batung Amuntai.⁸

Adapun data yang diperoleh dari pihak rumah sakit Pambalah Batung Amuntai mengenai pasien Covid-19 yang pernah dirawat di ruangan penanganan khusus isolasi pada tahun 2020 dari bulan Mei terdapat 352 orang sedangkan pada tahun 2021 dari bulan Januari-September terdapat kurang lebih sebanyak 348 orang. Populasi tenaga kesehatan yang menangani pasien Covid-19 di rumah sakit

⁷Nova Yustisia, Tuti Anggriani Utama, dan Titin Aprilatutini, "Adaptasi Perilaku Caring Perawat pada Pasien Covid-19 di Ruang Isolasi," *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu* Vol. 08, No. 02 (Oktober 2020), 118.

⁸Doni, "RSUD Pambalah Batung Amuntai Ditetapkan untuk Penanganan Covid-19," *klikkalsel.com*, 29 Mei 2020, <http://klikkalsel.com/rsud/-pambalah-batung-amuntai-ditetapkan-untuk-penanganan-covid-19/>.

Pambalah Batung Amuntai sebanyak 135 orang yang terdiri dari dokter, bidan, analis kesehatan, gizi, dan neurologi. Selain itu, tenaga kesehatan yang pernah terpapar Covid-19 di ruangan penanganan khusus isolasi terkonfirmasi sebanyak 18 orang tenaga kesehatan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada salah satu tenaga kesehatan yang pertama kali menangani pasien Covid-19 yang berinisial AP pada tanggal 11 November 2021, di ruangan Matahari (tempat penanganan pasien Covid-19), di Rumah Sakit Pambalah Batung, beliau mengatakan bahwa setelah merawat pasien tersebut beliau melakukan isolasi selama 14 hari sehingga beliau tidak dapat bekerja dan beraktivitas seperti biasanya.⁹

Selain itu, ruang operasi di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai ditutup sementara pada tanggal 31/7/2020. Keputusan tersebut diambil oleh Direktur RSUD Pambalah Batung dr. Yandi Friandi, hal ini dikarenakan terdapat salah satu tenaga kesehatan di ruang operasi telah terkonfirmasi positif Covid-19. Sehingga untuk memutus rantai penyebaran Covid-19 di RSUD Pambalah Batung, maka sekitar 30 tenaga kesehatan baik perawat maupun dokter yang berada di ruang operasi melakukan isolasi mandiri.¹⁰

Kemudian dari hasil wawancara kepada salah satu perawat yang menangani pasien Covid selama pandemi didapatkan bahwa dampak yang dirasakan para tenaga kesehatan saat bekerja di masa pandemi adalah adanya rasa takut terhadap intensitas terpaparnya virus sangat tinggi, selalu menggunakan

⁹Anugrah Putra, Wawancara Pribadi, 11 November 2021.

¹⁰Reni Kurnia Wati, "Wabah Corona di Kalsel: 30 Tenaga Medis Ruang Operasi RSUD Pambalah Batung Amuntai Isolasi Mandiri," *Banjarmasinpost.co.id*, 1 Agustus 2020, <https://www.google.com/amp/s/banjarmasin.tribunnews.com/amp/2020/08/01/30-tenaga-medis-ruang-operasi-rsud-pembalah-batung-amuntai-isolasi-mandiri>.

APD (Alat Pelindung Diri) setiap saat, bahkan ada beberapa tenaga kesehatan yang telah terpapar virus Covid-19. Kemudian, ketika bekerja harus selalu memakai masker, rutin untuk meminum vitamin setiap hari, dan apabila badan sudah mulai terasa tidak nyaman dapat menyebabkan perasaan menjadi was-was. Selain itu, ketika ditempatkan di ruangan isolasi Covid, sebelum masuk selalu menggunakan baju hazmat yang ketika dipakai bisa memakan 15 menit dan baru bisa menangani pasien yang berada di ruang isolasi tersebut. Kemudian ketika berada di dalam ruangan isolasi tersebut biasanya para tenaga kesehatan menghabiskan waktu kurang lebih selama 3 jam, sehingga ketika sudah menggunakan baju hazmat maka para tenaga kesehatan harus menahan buang air kecil dan besar selama berada di ruangan isolasi tersebut.¹¹

Dengan demikian, para tenaga kesehatan yang bekerja di masa pandemi Covid-19 memiliki dampak terhadap kesehatan fisik dan psikis mereka yang dapat menimbulkan berbagai macam munculnya emosi negatif seperti perasaan takut, khawatir, cemas yang dapat menyebabkan stres dan kelelahan. Sehingga akibat keadaan ini, yang mengharuskan mereka berhadapan dengan pasien Covid-19 secara langsung juga berdampak terhadap tingkat kebahagiaan para tenaga kesehatan selama pandemi Covid-19.

Sejalan dengan hal tersebut berdasarkan pada hasil penelitian dari Farra Annisa Rahmania dan Fuad Nashori menyebutkan bahwa keadaan yang terjadi pada tenaga kesehatan di masa pandemi Covid-19 dapat memicu munculnya gangguan emosional seperti depresi, stres, suasana hati negatif, mudah marah,

¹¹Eka, Wawancara Pribadi, Juni 2021.

panik, fobia, gejala insomnia dan kelelahan emosional.¹² Selain itu, Wari dkk juga mengatakan bahwa timbulnya ketidakpastian berakhirnya pandemi dapat menimbulkan emosi yang negatif terlebih pada tenaga kesehatan yang menjadi penyedia dalam memberikan pelayanan kesehatan mempunyai risiko yang tinggi terhadap kesehatan mental selama pandemi Covid-19.¹³ Menurut Pierewan dan Tampubolon, kebahagiaan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan, di mana kebahagiaan dan kesehatan cenderung identik karena berjalan secara bersamaan. Hal tersebut dikarenakan, individu yang sehat akan merasa lebih positif dalam beraktivitas dan mempunyai kebahagiaan yang lebih baik.¹⁴

Maka berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan merupakan sesuatu yang penting karena memiliki dampak pada perasaan positif, tidak mudah stress, kesehatan yang baik, memiliki hubungan yang harmonis dengan orang lain, memiliki sikap optimis, semangat, produktif dan berjuang untuk kesuksesan.¹⁵

Martin Seligman menjelaskan bahwa kebahagiaan adalah sebuah konsep yang berkaitan dengan emosi positif yang dirasakan oleh individu dan aktivitas positif yang tidak mempunyai komponen emosional sama sekali. Seligman

¹²Farra Annisa Rahmania dan Fuad Nashori, "Mediator Syukur dan Sabar pada Dukungan Sosial dan Stres Tenaga Kesehatan selama Pandemi Covid-19," *JPIB: Jurnal Psikologi Islam dan Budaya* Vol. 4, No. 2 (Oktober 2021), 82.

¹³Fitria Edni Wari, Ferilia Adiести, dan Farida Yuliani, "Kecemasan Bidan Dalam Memberikan Pelayanan Kebidanan Pada Masa Pandemi Covid-19," *Hospital Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto)* 12, No. 2 (2020): 78.

¹⁴Sari Yunita Sidabalok dan Andita Sayekti, "Pengaruh Kebahagiaan dan Manajemen Stres terhadap Kinerja Perawat Rawat Inap (Studi Kasus di RSUD dr. Djasamen Saragih Pemantangsiantar, Sumatera Utara)," *SOCIA: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*, Vol. 17, No. 1 (2020), 60.

¹⁵Purwadi, Sri Erniati, dan Erita Yuliasesti Diah Sari, "Peran Resiliensi dan Dukungan Sosial Keluarga terhadap Kebahagiaan Remaja," *Prosiding Konferensi Nasional ke-7, Asosiasi Program Pascasarjana Perguruan Tinggi Muhammadiyah 'Aisyiyah (APPPTMA)*, 23 Maret 2018, 79.

menggambarkan individu yang mencapai kebahagiaan sejati (autentik), yaitu mereka yang telah dapat mengenali dan memelihara atau melatih kekuatan dasar yang terdiri dari kekuatan dan keutamaan yang dimilikinya dan dapat menggunakannya dalam kehidupan sehari-hari, seperti dalam hal pekerjaan, cinta, permainan, maupun pengasuhan.¹⁶

Selain itu, Seligman juga menyebutkan bahwa kehidupan seseorang yang merasakan kebahagiaan otentik adalah orang yang mengalami emosi positif tentang masa lalu dan masa sekarang, dengan mendalami perasaan positif dari kenikmatan dan mendapatkan banyak gratifikasi dengan cara mengerahkan kekuatan pribadi serta menggunakan kekuatan ini untuk sesuatu yang lebih besar.¹⁷ Perasaan puas, bangga dan tenang merupakan emosi yang lebih cenderung mengarah terhadap masa lalu. Sedangkan optimisme, harapan, kepercayaan, keyakinan, dan kepercayaan diri ialah emosi yang mengarah kepada masa depan.¹⁸

Kemudian, emosi positif pada masa sekarang berhubungan dengan kekuatan dan kualitas diri serta hal-hal yang berasal dari kegiatan yang disenangi dinamakan dengan gratifikasi. Seseorang yang terlibat sepenuhnya hingga merasa tenggelam dalam kegiatan yang dilakukan disebabkan oleh gratifikasi. Hal ini dikarenakan, gratifikasi mendorong seseorang agar dapat bersentuhan secara langsung terhadap kekuatan diri. Menurut Seligman, kebahagiaan mencakup gagasan bahwa kehidupan individu sudah *authentic* yaitu tidak hanya bersifat

¹⁶Sunedi Sarmadi, *Psikologi Positif* (Yogyakarta: Titah Surga, 2018), 26.

¹⁷Ika Rusdiana, "Konsep Authentic Happiness Pada Remaja Dalam Perspektif Teori Myers," *Jurnal Kependidikan Dasar Islam Berbasis Sains* Vol. 2 No. 1 (2017): 40–41.

¹⁸Martin E. P. Seligman, *Authentic Happiness: using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment* (New York: The Free Press, 2002), 296.

subjektif namun dan istilah otentisitas juga menggambarkan tindakan mencapai gratifikasi dan emosi positif dengan menggantikan salah satu kekuatan khas individu.¹⁹

Pada dasarnya setiap orang ingin merasakan ketiga emosi (kebahagiaan) tersebut tetapi hal itu tidak selalu dapat terjadi dikarenakan ketiga emosi positif ini memiliki perbedaan dan tidak selalu berkaitan atau memiliki hubungan yang erat. Namun, seseorang bisa mengalami dan belajar mengenai tiga jenis emosi atau perasaan positif ini, termasuk mengarahkan emosinya ke arah yang positif yaitu dengan mengubah bagaimana perasaan mereka tentang masa lalu, bagaimana mereka berpikir tentang masa depan dan bagaimana perasaan mereka tentang kehidupan saat ini.²⁰

Dengan demikian, kebahagiaan dapat diperoleh dengan mengarahkan emosi negatif menuju ke arah emosi positif yaitu dengan mengendalikan emosi tersebut agar dapat mengontrol perilaku individu. Pengendalian emosi merupakan suatu cara yang dilakukan untuk mereduksi ketegangan yang timbul akibat emosi yang memuncak dan menyebabkan terjadinya ketidakseimbangan hormonal dalam tubuh serta memunculkan ketegangan psikis dari emosi-emosi negatif.²¹

Pada perspektif psikologi, pengendalian diri adalah salah satu konsep sabar yang dimana orang tersebut akan berusaha untuk mengendalikan dirinya agar mampu mengelola emosinya. Sedangkan sabar secara psikologis merupakan

¹⁹Martin E. P. Seligman, 297.

²⁰Abdul Basith, "Hubungan antara Religiusitas dengan Authentic Happiness pada Jama'ah Maulid Wat Ta'lim Riyadlul Jannah Malang" (Skripsi, Malang, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2016), 36-37.

²¹Yahdinil Firda Nadhiroh, "Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis tentang Psikologi Manusia," *Jurnal Saintifik Islamica* Vol. 2, No. 1 (Juni 2015), 56.

suatu mekanisme dalam pertahanan diri yang bersifat dinamis untuk dapat melewati ujian yang menimpa manusia.²² Sehingga di masa krisis kesehatan seperti ini, yaitu dimana tenaga kesehatan memiliki perasaan takut, khawatir akan risiko yang sangat tinggi untuk terinfeksi virus Covid-19, maka sikap sabar diperlukan agar dapat mengendalikan individu untuk menghadapi situasi tersebut dan menjalankan tugas sesuai dengan prosedur atau aturan dalam memberikan penanganan pada pasien yang terkena Covid-19.

Di dalam ajaran Islam, kesabaran merupakan salah satu faktor penting mengenai spiritualitas Islam, hal ini dikarenakan kesabaran sendiri adalah salah satu cara yang dianjurkan dalam ajaran Islam saat seorang individu menjalani masa yang tidak mudah dalam hidup. Selain itu dalam Al-Quran, Allah telah memberikan perintah kepada manusia agar dapat menjadikan sabar sebagai media untuk mendapatkan pertolongan Allah dalam menempuh bermacam-macam masalah atau kesulitan di kehidupan dunia.²³

Kata sabar itu sendiri berasal dari kata bahasa Arab yaitu “*shabara*” dan membentuk *infinitive* (masdar) dari “*shabran*” yang berarti kesabaran. Sedangkan sabar berdasarkan KBBI adalah kuat terhadap derita, bersikap tenang, tidak tergesa-gesa dan tidak marah. Di sisi lain, kesabaran menurut syari’at berarti menahan diri dari tiga hal yaitu menaati Allah, menahan diri terhadap apa yang dilarang Allah dan mampu menerima dan menanggung dari nasib buruk. Kesabaran menurut Ilyas adalah menahan diri dari apapun terhadap hal yang tidak

²²Ernadewita dan Rosdialena, “Sabar sebagai Terapi Kesehatan Mental,” *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat* Vol. 3, No. 1 (2019), 58.

²³Ratna Wulan, “Terapi Realitas dan Konsep Sabar dalam Physical Distancing Mahasiswi di Asrama Astri Aulia.,” *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling* Vol. 4, No. 2 (Desember 2020), 265–66.

disenangi Allah atau bertahan dalam menerima dan tunduk pada setiap keputusan Allah. Di sisi lain, menurut Al-Jauziyah, kesabaran berarti tidak merasa gelisah, takut, atau marah, tidak membiarkan lidah menggerutu, dan menahan anggota tubuh dari melakukan maksiat. Pemahaman ini bukan sekedar kegiatan pasif atau konsisten namun dapat dipahami bahwa sabar adalah sebagai upaya aktif untuk menghindari apa yang dilarang oleh Allah, dan juga aktif untuk mematuhi segala perintah-Nya dengan mengambil inisiatif untuk mengendalikan perasaannya atau keburukan hawa nafsunya.²⁴

Sedangkan kata sabar menurut pendapat Abu Hamid al-Ghazali memiliki arti menahan (الحبس) dan mencegah (الكف). Hal ini dikarenakan, kesabaran adalah suatu perilaku yang dilakukan dalam mencegah jiwa untuk melakukan sesuatu. Dalam ajaran Islam, agama dijadikan sebagai pendorong dalam sabar untuk melawan kemalasan dan meredam hawa nafsu.²⁵ Makna tersebut dikuatkan melalui firman Allah dalam QS. Al-Kahfi/18:28 yang berbunyi:²⁶

وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْعَدْوَةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ ۗ وَلَا تَعْدُ عَيْنِكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ
زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ قُرْطًا

Artinya:

“Dan bersabarlah engkau (Muhammad) bersama orang yang menyeru Tuhannya pada pagi dan senja hari dengan mengharap keridaan-Nya; dan janganlah kedua matamu berpaling dari mereka (karena) mengharapkan perhiasan kehidupan dunia; dan janganlah engkau mengikuti orang yang hatinya telah Kami lalaikan dari mengingat Kami, serta menuruti keinginannya dan keadaannya sudah melewati batas.”

²⁴Hanna Oktasya Ross, Megawatul Hasanah, dan Fitri Ayu Kusumaningrum, “Implementasi Konsep Sahdzan (Sabar dan Huznudzan) sebagai Upaya Perawatan Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19,” *Khazanah: Jurnal Mahasiswa* Vol.12, No. 1 (2020), 76.

²⁵Mohammad Syadzili Ilham Ghozali, “Sabar sebagai Terapi Penyakit Hati Menurut Al-Ghazali,” 2021, 5.

²⁶Departemen Keagamaan RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*.

Tafsir ayat tersebut menjelaskan bahwa duduklah atau berkumpul bersama dengan orang-orang yang melakukan dzikir kepada Allah, mengucapkan kalimat tahlil, tahmid, tasbih, dan bertakbir serta berdo'a kepada-Nya pada pagi dan sore hari, baik mereka yang memiliki kekurangan maupun kekayaan, yang kuat ataupun lemah. Kemudian, janganlah menggantikan mereka dengan orang-orang yang terhormat dan memiliki banyak kekayaan sehingga mengabaikan agama dan ibadah kepada Allah dikarenakan sibuk dengan dunia, yaitu dengan melakukan amal dan perbuatannya sebagai bentuk kebodohan, melakukan tindakan melampaui batas dan hal sia-sia. Dengan demikian, janganlah mengikuti dan menyenangi jalannya dan jangan iri dengan keadaannya.²⁷

Sementara itu, pada kajian literatur Barat, konsep kesabaran dapat diidentifikasi dengan menggunakan dua kata yang menjadi dasar dalam pencarian konsep kesabaran yaitu *patient* dan *patience*. *Patient* mengacu pada pasien yang menderita sakit baik pada fisik atau psikologis dan juga tidak berhubungan dengan kesabaran. Sementara *patience* yang memiliki arti kesabaran (kata benda), seperti yang terdapat di sejumlah artikel yang ditafsirkan yaitu dalam artikel pertama oleh Agte dan Chiplonkar, mereka menghubungkan kesabaran (*patience*) dengan kesehatan (*health*) dan yang kedua oleh Bussing Ostermann dan Matthiessen menghubungkan kesabaran (*patience*) dengan agama (*religion*), sedangkan artikel

²⁷Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Alu Syaikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 5*, Terj. M. Abdul Ghoftar dan Abu Ihsan al-Atsari, (Jakarta: Pustaka Imam Syafi'i, 2017), 420-422.

ketiga oleh Alhooli dan Al-Shamari menghubungkan kesabaran (*patience*) dengan kebijaksanaan (*wisdom*).²⁸

Pada penelitian yang dilakukan oleh Subandi, ditunjukkan bahwa terdapat 5 aspek dalam kesabaran antara lain pengendalian diri (menahan emosi dan keinginan, berpikir panjang, memaafkan kesalahan, toleransi pada penundaan), ketabahan atau bertahan dalam situasi sulit dengan tidak mengeluh, kegigihan (ulet, bekerja keras) dalam mencapai tujuan dan mencari solusi masalah, menerima kenyataan pahit dengan ikhlas dan bersyukur, serta bersikap tenang atau tidak terburu-buru. Dalam Al-Quran Allah memerintahkan kepada kaum muslimin agar dapat berhias diri dengan kesabaran, karena dalam kesabaran terdapat banyak manfaat yang besar dalam menggiring jiwa untuk dapat memperbaiki kepribadian, meningkatkan kekuatan manusia untuk menahan penderitaan yang dialami, dan dapat memperkuat manusia dalam menjalani berbagai macam persoalan seperti beban hidup, musibah, maupun bencana, agar selalu bisa memunculkan kesanggupan tersebut untuk mendirikan agama Islam dan mematuhi perintah Allah SWT.²⁹

Beberapa penelitian terdahulu mengenai sabar, menunjukkan bahwa sabar memiliki banyak manfaat terutama yang berkaitan dengan kesehatan mental. Hal ini dikarenakan sabar merupakan indikator untuk mencapai kepribadian yang baik sehingga sabar dapat digunakan sebagai terapi dalam kesehatan mental, dapat mengatasi stres pasca-trauma dengan mengurangi tingkat stres sebesar 27%, serta

²⁸Subandi, "Sabar: Sebuah Konsep Psikologi," *Jurnal Psikologi* Vol. 38, No. 2 (Desember 2011), 216-217.

²⁹Ross, Hasanah, dan Kusumaningrum, "Implementasi Konsep Sahdzan (Sabar dan Huznudzan) sebagai Upaya Perawatan Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19, 76-77."

dapat mengatur diri di bawah tekanan, tidak mudah untuk menyerah atau putus asa, mampu menghadapi masalah dengan keadaan tenang, berkaitan dengan kebahagiaan, optimisme, dan kepuasan hidup.³⁰

Berdasarkan dari uraian latar belakang di atas mengenai permasalahan atau dampak yang dirasakan oleh tenaga kesehatan yang bekerja di masa pandemi Covid-19, dengan kesabaran dapat mengendalikan dan mengontrol emosi atau perilaku para tenaga kesehatan ketika menangani pasien Covid-19 untuk mendapatkan *authentic happiness* (kebahagiaan sejati) dalam bekerja maka peneliti tertarik untuk meneliti “**Pengaruh Kesabaran terhadap *Authentic Happiness* pada Tenaga Kesehatan di Rumah Sakit Pambalah Batung Amuntai di Masa Pandemi Covid-19**”.

B. Rumusan Masalah/Fokus Masalah

Dalam penelitian ini, rumusan masalah yang diperoleh berdasarkan uraian dari latar belakang masalah di atas adalah:

1. Seberapa besar tingkat kesabaran pada tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19?
2. Seberapa besar tingkat *authentic happiness* pada tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19?
3. Apakah ada pengaruh kesabaran terhadap *authentic happiness* pada tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19?

³⁰Ross, Hasanah, dan Kusumaningrum, 77.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini, mengacu pada rumusan masalah di atas yaitu sebagai berikut:

1. Mengetahui seberapa besar tingkat kesabaran pada tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19.
2. Mengetahui seberapa besar tingkat *authentic happiness* pada tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19.
3. Mengetahui pengaruh kesabaran terhadap *authentic happiness* pada tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19.

D. Signifikansi Penelitian

Dalam penelitian ini, signifikansi penelitian terbagi menjadi dua yaitu diantaranya meliputi:

1. Manfaat Teoritis

Dalam penelitian ini, diharapkan dapat menambah wawasan dan juga mempelajari secara mendalam mengenai ilmu pengetahuan di bidang psikologi khususnya psikologi klinis mengenai kesabaran dan *authentic happiness*. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan inspirasi kepada peneliti/pihak lainnya agar dapat meneliti permasalahan ini lebih jauh dan dapat dijadikan sebagai sumber referensi untuk penelitian selanjutnya terkait dengan variabel yang diteliti.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai kesabaran dan *authentic happiness* terhadap para pembacanya, khususnya pada lembaga kesehatan terkait dengan kesehatan mental para tenaga kesehatan di masa pandemi Covid-19. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan untuk mengatasi persoalan bagi orang yang terdampak stres selama pandemi Covid-19 di lingkungan masyarakat dan khususnya pada para tenaga kesehatan yang memberikan pelayanan pada pasien Covid-19.

E. Definisi Operasional

1. *Authentic Happiness*

Menurut Seligman kehidupan seseorang yang merasakan kebahagiaan otentik (*authentic happiness*) adalah orang yang mengalami emosi positif mengenai masa lalu dan masa sekarang, dengan mendalami perasaan positif dari kenikmatan dan mendapatkan banyak gratifikasi dengan cara mengerahkan kekuatan pribadi serta menggunakan kekuatan ini untuk sesuatu yang lebih besar.³¹ Selain itu, cara untuk meningkatkan kebahagiaan tersebut berbeda-beda sehingga, Seligman membagi emosi positif menjadi tiga jenis meliputi: Emosi positif (masa lalu) seperti kepuasan, kebanggaan dan ketenangan. Emosi positif (masa depan) seperti optimisme, harapan, keyakinan, kepercayaan dan keyakinan. Emosi positif tentang masa kini atau masa sekarang terbagi menjadi dua kategori yaitu kesenangan (*pleasure*) dan gratifikasi (*gratification*).³²

³¹Martin E. P. Seligman, *Authentic Happiness: using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment* (New York: The Free Press, 2002), 283.

³²Martin E. P. Seligman, 296.

Dalam penelitian ini, *authentic happiness* yang dimaksudkan adalah emosi positif yang ditujukan kepada perasaan terhadap masa lalu, kebahagiaan masa sekarang dan perasaan optimis akan masa depan yang dirasakan oleh tenaga kesehatan yang berhadapan secara langsung dengan pasien Covid-19 selama pandemi berlangsung.

2. Kesabaran

Menurut Subandi kesabaran memiliki konsep sebagai pengendalian diri. Selain itu, konsep sabar juga merupakan indikator kekuatan atau ketabahan yang terdapat pada diri individu dan juga bermakna sebagai kegigihan atau bekerja keras untuk mencapai tujuan dan memiliki sikap ikhlas dalam menerima kenyataan serta merasa tenang dan tidak terburu-buru.³³

Kesabaran yang diungkapkan Subandi dalam penelitiannya meliputi 5 aspek, meliputi Pengendalian diri yaitu menahan emosi dan keinginan, berpikir panjang, memaafkan kesalahan, toleransi terhadap penundaan. Ketabahan adalah bertahan dalam situasi sulit dengan tidak mengeluh. Kegigihan merupakan sikap ulet, bekerja keras untuk mencapai tujuan dan mencari pemecahan masalah. Menerima kenyataan pahit dengan ikhlas dan bersyukur. Sikap tenang yaitu tidak terburu-buru atau tergesa-gesa.³⁴

Adapun kesabaran dalam penelitian ini merupakan bentuk sikap seseorang dari pengendalian diri, ketabahan, sikap gigih untuk mencapai tujuan, menerima kenyataan pahit dengan ikhlas dan bersyukur serta memiliki sikap tenang dan

³³Subandi, "Sabar: Sebuah Konsep Psikologi", 220.

³⁴Subandi, 225.

tidak terburu-buru dalam menghadapi permasalahan yang dialami oleh tenaga kesehatan ketika memberikan perawatan dan pelayanan kepada pasien Covid-19.

F. Penelitian Terdahulu

Peneliti menemukan beberapa penelitian terdahulu yang memiliki relevansi dengan penelitian yang dilakukan pada penelitian ini, yaitu sebagai berikut.

1. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nailul Amal dengan judul “Hubungan Sabar Dengan Kebahagiaan Pada Santri Pondok Pesantren Al-Athiyah Banda Aceh di Masa Pandemi Covid-19” yang terdapat dalam Skripsi pada tahun 2021. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan tujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara sabar dan kebahagiaan santri di pondok pesantren Al-Athiyah Banda Aceh di masa pandemi Covid-19. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* karena sampel yang diambil adalah seluruh anggota populasi yang berjumlah sebanyak 132 santri pondok pesantren Al-Athiyah Banda Aceh. Untuk variabel sabar menggunakan alat ukur yang mengacu pada aspek sabar dari Subandi, kemudian pengukuran kebahagiaan memakai alat ukur yang berdasarkan pada aspek kebahagiaan dari Seligman. Untuk mendapatkan hasil dari data di dapatkan, penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi *Pearson Product Moment* yang memperoleh nilai r hitung sebesar 0,593 dengan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$). Penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan pada variabel

sabar terhadap variabel kebahagiaan, yang artinya semakin tingginya tingkat sabar, maka tingkat kebahagiaan pada santri juga semakin meningkat, dan jika tingkat sabar menurun maka tingkat kebahagiaan santri juga menurun.³⁵ Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan dalam pada penelitian ini terletak di bagian subjek penelitian yang dimana subjek yang digunakan peneliti adalah tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19.

2. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Indah Nisrina di tahun 2018 berjudul “Hubungan Kesabaran dan Kebahagiaan Pada Wanita Karir Berkeluarga” diperoleh bahwa penelitian ini memiliki hubungan atau tingkat korelasi yang sedang untuk variabel kesabaran dan kebahagiaan pada wanita karir berkeluarga dengan nilai r sebesar 0,467. Hasil yang diperoleh didukung dengan tingkat kesabaran responden yang sebagian besar terdapat di kategori tinggi dan begitu juga dengan tingkat kebahagiaan responden yang banyak berada pada tingkat kategori tinggi. Sedangkan untuk pengaruh kesabaran pada kebahagiaan yaitu sebanyak 21,8 % sehingga untuk 78,2% merupakan faktor lain yang dapat mempengaruhi kebahagiaan. Dengan demikian, kesabaran berhubungan atau memiliki tingkat korelasi yang positif dengan kebahagiaan pada wanita karir berkeluarga.³⁶ Penelitian yang dilakukan oleh peneliti

³⁵Nailul Amal, “Hubungan Sabar Dengan Kebahagiaan Pada Santri Pondok Pesantren Al-Athiyah Banda Aceh di Masa Pandemi Covid-19” (Skripsi, Banda Aceh, Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Uin Ar-Raniry, 2021), 62.

³⁶Indah Nisrina, “Hubungan Kesabaran dan Kebahagiaan pada Wanita Karir Berkeluarga” (Naskah Publikasi, Yogyakarta, Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, 2018), 12.

memiliki perbedaan dengan penelitian terdahulu yaitu terdapat pada penggunaan subjek, di mana penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan subjek tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung sedangkan penelitian terdahulu menggunakan subjek wanita karir berkeluarga.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Lilim Halimah, dkk., dari Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Bandung, Indonesia dengan judul “Sabar dan *Authentic Happiness* Pada Anggota Komunitas Khuruj Fisabilillah di Bandung” yang dilakukan di tahun 2019, bertujuan untuk memperoleh data yang empiris tentang hubungan antara sabar dan *authentic happiness* yang terdapat pada anggota komunitas religi Khuruj Fisabilillah dengan menggunakan studi korelasi terhadap 26 anggota komunitas Khuruj Fisabilillah. Dalam melakukan pengumpulan data, penelitian ini memakai kuesioner dari variabel sabar yang berdasarkan pada konsep Umar Yusuf dan *authentic happiness* berdasarkan pada teori dari Seligman. Hasil yang diperoleh pada penelitian ini menunjukkan terdapat tingkat korelasi positif yang signifikan pada variabel sabar dan *authentic happiness* yaitu r sebesar 0,738 dengan $P = 0.00 < 0.01$. Sehingga dengan demikian, pada semua subjek penelitian ini (100%) mempunyai tingkat kesabaran yang tinggi.³⁷ Untuk perbedaan yang terdapat antara penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian terdahulu terletak di penggunaan subjek dalam penelitian.

³⁷Lilim Halimah dkk., “Sabar dan *Authentic Happiness* pada Anggota Komunitas Khuruj Fisabilillah di Bandung” Vol. 6, No. 2 (2019), 15.

4. Penelitian oleh Arya Wisnu Dewantara dengan judul “Hubungan antara Religiusitas dengan Kebahagiaan pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan” pada tahun 2018 bertujuan untuk mengetahui tingkat korelasi antara religiusitas dengan kebahagiaan remaja yang tinggal di panti asuhan. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan populasinya merupakan semua remaja yang tinggal di panti asuhan yang berada di kota Malang. Untuk teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling* berdasarkan sampel yang berjumlah sebanyak 87 orang. Sedangkan untuk menganalisis data menggunakan analisis *Pearson Product Moment* dengan menghasilkan data statistik yang menunjukkan bahwa nilai $p = 0,481$ ($p < 0,05$). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini menunjukkan hubungan yang positif atau memiliki tingkat korelasi positif antara religiusitas dan kebahagiaan di kalangan remaja yang tinggal di panti asuhan.³⁸ Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini terletak pada variabel penelitian dan subjek yang digunakan. Pada penelitian terdahulu variabel yang digunakan adalah religiusitas dan kebahagiaan dan subjek yang digunakan adalah remaja yang tinggal di panti asuhan, sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan variabel kesabaran dan *authentic happiness* dengan menggunakan subjek tenaga kesehatan.
5. Penelitian yang dilakukan oleh Ria Dessy Pornamasari, Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, tahun

³⁸Arya Wisnu Dewantara, “Hubungan Religiusitas dengan Kebahagiaan pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan” (Skripsi, Malang, Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Brawijaya, 2018), 38.

2016 dalam skripsinya yang berjudul “Kebahagiaan (*Happiness*) pada Lansia Muslim ditinjau dari Partisipasi dalam Aktivitas Keagamaan” memiliki tujuan untuk mengidentifikasi apakah terdapat hubungan atau korelasi antara keikutsertaan dalam aktivitas keagamaan dengan kebahagiaan (*happiness*) pada lansia muslim. Penelitian ini memiliki subjek yang bertempat di Desa Pucangan, Kec. Kartasura, Kab. Sukoharjo dengan jumlah subjek sebanyak 100 orang lansia muslim berusia sekitar 60 tahun. Dalam penelitian ini, pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *quota sampling* dengan metode kuantitatif. Sedangkan untuk alat ukur yang digunakan merupakan skala kebahagiaan yang berasal dari (*Oxford Happiness Questionnaire*) dan menggunakan skala partisipasi dalam aktivitas keagamaan. Hasil analisis data yang diperoleh dengan teknik analisis korelasi dari Pearson yaitu *Product Moment* menghasilkan bahwa untuk koefisien korelasi (r) memiliki nilai sebesar 0,424 dengan nilai sig. (1-tailed) sebesar 0,000 atau $p < 0,01$. Maka berdasarkan hasil yang didapatkan dari penelitian ini memiliki kesimpulan bahwa terdapat tingkat korelasi positif yang sangat tinggi atau memiliki hubungan yang relevan terhadap partisipasi dalam aktivitas keagamaan dengan kebahagiaan (*happiness*) pada lansia muslim. Untuk tingkat kontribusi yang diperoleh pada partisipasi lansia dalam melakukan aktivitas keagamaan memiliki nilai sebesar 17,97 %, terhadap kebahagiaan (*happiness*) lansia muslim sedangkan untuk nilai 82,03 % merupakan kontribusi yang berasal dari faktor-faktor lainnya yang dapat

mempengaruhi kebahagiaan (*happiness*) pada lansia muslim selain dari variabel partisipasi dalam aktivitas keagamaan.³⁹ Perbedaan yang diperoleh dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian terdahulu terdapat pada penggunaan subjek penelitian dan variabel yang dimana, penelitian terdahulu menggunakan subjek lansia dengan kebahagiaan yang ditinjau dari aktivitas keagamaan sedangkan penelitian ini menggunakan subjek tenaga kesehatan untuk mencari pengaruh kesabaran terhadap *authentic happiness*.

6. Pada penelitian yang disusun Helga Cahyaningtyas, dkk., pada tahun 2020 dengan judul “Kebahagiaan Guru Sekolah Luar Biasa (SLB)” bertujuan untuk menghasilkan pemahaman dengan mengkaji secara mendalam tentang gambaran kebahagiaan pada guru Sekolah Luar Biasa (SLB). Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi yang mana responden memiliki kriteria sebagai guru tetap di SLB-YPSLB yang berjumlah sebanyak empat orang guru. Metode observasi dan wawancara adalah metode yang digunakan untuk melakukan pengumpulan data penelitian yang menghasilkan bahwa kebahagiaan yang terdapat pada guru SLB selama mengajar berasal dari pikiran yang positif, emosi yang positif dan memiliki kepuasan. **Pikiran positif** yang terdapat pada guru SLB selama mengajar meliputi sikap seperti memberikan semangat, memiliki harapan hidup dengan memberikan motivasi, memiliki keyakinan bahwa guru SLB

³⁹Ria Dessy Pornamasari, “Kebahagiaan (Happiness) pada Lansia Muslim Ditinjau dari Partisipasi dalam Aktivitas Keagamaan” (Skripsi, Surakarta, Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2016), 83.

memiliki keunggulan dibandingkan dengan guru yang berada pada sekolah umum, berkeinginan untuk membantu, memperoleh pengalaman yang berkesan, dapat mengajarkan kepada siswa agar mandiri dan mengabdikan pada negeri. Untuk **emosi positif** yang dimiliki oleh guru SLB meliputi perasaan senang, terdapat keceriaan, merasa tidak bosan, memiliki perasaan rindu pada siswa, memiliki perasaan yang mudah tersentuh, serta dapat menerima keadaan siswa dan memberikan ketulusan dengan kesabaran. Sedangkan **kepuasan** yang terdapat pada guru SLB adalah perasaan yang diperoleh melalui proses tumbuh dan berkembangnya siswa serta kemampuan yang dimiliki siswa, memiliki prestasi hingga timbulnya perasaan bangga terhadap siswa. Kebahagiaan yang dirasakan oleh guru SLB merupakan hasil dari pengaruh relasi sosial (meliputi: kedekatan dengan siswa dan wali siswa, memiliki *support system* yang berasal dari rekan guru serta dapat memberikan pemahaman mengenai sekolah luar biasa kepada masyarakat umum), religiusitas (meliputi: bersikap ikhlas atau menerima dengan lapang dada, selalu bersyukur, berdoa kepada Allah serta memiliki keyakinan bahwa Allah akan membalas setiap kebaikan yang dilakukan), dan pendapatan (merasa cukup atas gaji yang didapatkan selama bekerja menjadi guru SLB).⁴⁰ Perbedaan antara penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian terdahulu diantaranya terletak pada penggunaan subjek, pendekatan penelitian serta variabel dalam penelitian. Pada penelitian ini menggunakan subjek guru SLB dengan pendekatan

⁴⁰Helga Cahyaningtyas dkk., "Kebahagiaan Guru Sekolah Luar Biasa (SLB)," *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi* Vol. 5, No. 1 (2020), 96-98.

kualitatif fenomenologi dan hanya menggunakan satu variabel yaitu kebahagiaan. Sedangkan untuk penelitian yang peneliti lakukan adalah menggunakan subjek dari tenaga kesehatan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif yang memiliki dua variabel meliputi variabel kesabaran dan variabel *authentic happiness*.

7. Dalam penelitian yang dilakukan Novita Putri dari Fakultas Psikologi yang berada di UIN Sultan Syarif Kasim Riau, Pekanbaru tahun 2021 dengan judul “Hubungan Kesabaran dan Kebersyukuran dengan Kebahagiaan pada Guru Wanita Berkeluarga di Kecamatan Tanah Putih” memiliki tujuan untuk mengetahui korelasi antara kesabaran dan kebersyukuran dengan kebahagiaan pada guru wanita berkeluarga di kecamatan Tanah Putih. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan subjek yang dilibatkan berjumlah sebanyak 174 guru wanita yang telah berkeluarga yang berada di kecamatan Tanah putih. Untuk pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan 3 variabel dengan pengukuran untuk variabel kebahagiaan menggunakan skala dari Watson, pengukuran variabel kesabaran adalah memodifikasi skala kesabaran dari Muhaimin, dan untuk variabel kebersyukuran menggunakan skala dari McCullough Emmons dan Tsang. Berdasarkan pada analisis yang didapatkan dengan penggunaan teknik analisis regresi linear berganda menghasilkan nilai dari Adjust R Square adalah senilai 0,358 dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan atau korelasi antara kesabaran dan kebersyukuran

dengan kebahagiaan pada guru wanita berkeluarga di kecamatan Tanah Putih, yang dimana untuk kesabaran memiliki pengaruh sebesar 25,2% sedangkan untuk kebersyukuran memiliki pengaruh sebesar 19,7% terhadap kebahagiaan guru wanita yang telah berkeluarga di kecamatan Tanah Putih.⁴¹ Perbedaan yang terdapat dalam penelitian yang peneliti lakukan dengan penelitian terdahulu terdapat di bagian penggunaan responden dan variabel pada penelitian, yang mana penelitian tersebut menggunakan variabel yang berjumlah sebanyak 3 macam yaitu kesabaran, kebersyukuran dan kebahagiaan, dan dalam penelitian yang peneliti lakukan variabel yang digunakan berjumlah 2 variabel yaitu yang terdiri dari variabel kesabaran dan variabel kebahagiaan. Untuk penggunaan subjek pada penelitian tersebut menggunakan guru wanita berkeluarga sedangkan pada penelitian ini menggunakan tenaga kesehatan.

Dengan demikian, penelitian terdahulu memuat bahasan mengenai variabel kesabaran, variabel *authentic happiness* maupun hubungan antara variabel kesabaran dan *authentic happiness*. Adapun untuk perbedaan pada penelitian terdahulu dengan penelitian ini terdapat di bagian penggunaan subjek, metode maupun jumlah penggunaan variabel dalam penelitian. Pada penelitian yang peneliti lakukan, subjek yang digunakan adalah tenaga kesehatan dengan metode penelitian kuantitatif yang menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana yang memiliki tujuan agar dapat mengetahui pengaruh antara 2 variabel penelitian yaitu variabel kesabaran dan variabel *authentic happiness*.

⁴¹Novita Putri, "Hubungan Kesabaran dan Kebersyukuran dengan Kebahagiaan pada Guru Wanita Berkeluarga di Kecamatan Tanah Putih" (Skripsi, Pekanbaru, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2021), 98.

G. Hipotesis Penelitian

Hipotesis secara sederhana ialah suatu jawaban sementara untuk pernyataan dalam penelitian. Pada dasarnya, hipotesis merupakan jawaban sementara yang berkenaan dengan masalah penelitian dan berdasarkan pada model, teori, bagan teori, kerangka berpikir teoritik, atau tidak berdasarkan pada penyimpulan secara generalisasi/penyamarataan.⁴² Adapun hipotesis yang terdapat dalam penelitian ini yaitu:

Ha: Terdapat pengaruh kesabaran terhadap *authentic happiness* pada tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi covid-19.

Ho: Tidak terdapat pengaruh kesabaran terhadap *authentic happiness* pada tenaga kesehatan di rumah sakit Pambalah Batung Amuntai di masa pandemi Covid-19.

H. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam penelitian ini berisikan tentang alur penyusunan penelitian yaitu meliputi:

1. Bab I yaitu pendahuluan, memuat tentang uraian latar belakang masalah yang di dalamnya menjelaskan mengenai permasalahan utama yang akan diteliti dalam penelitian ini. Selain itu, juga terdapat rumusan masalah, tujuan dan signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian

⁴²Andi Ibrahim dkk., *Metodologi Penelitian* (Makassar: Gunadarma Ilmu, 2018), 15.

terdahulu, dan sistematika penulisan juga dituliskan secara berurutan di dalam pendahuluan.

2. Bab II berisikan kajian teori dan kerangka berpikir yang terdiri dari penjelasan/tinjauan teori mengenai variabel *authentic happiness* (kebahagiaan sejati), variabel kesabaran, dan kerangka berpikir yang menjadi alur dalam penelitian ini.
3. Bab III yaitu metode penelitian, di dalamnya berisikan mengenai beberapa hal yang meliputi penggunaan metode dan jenis penelitian, subjek dan objek penelitian, sumber dan teknik pengumpulan data, serta lokasi penelitian.
4. Bab IV adalah hasil penelitian yaitu memuat hasil yang diperoleh setelah melakukan penelitian mengenai permasalahan yang terdapat di dalam rumusan masalah. Selain itu, pada hasil penelitian juga terdapat pengkajian teori mengenai penemuan data serta analisis data.
5. Bab V yaitu penutup, berisikan mengenai simpulan, rekomendasi dan kekurangan atau keterbatasan mengenai penelitian yang telah dilaksanakan.