

# **BAB I PENDAHULUAN**

## **1. 1. Latar Belakang Masalah**

Pandemi COVID-19 disebabkan oleh *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2) dalam skala yang belum pernah terlihat sejak pandemi influenza 1918. Virus ini pertama kali ditemukan di Kota Wuhan, Cina. Infeksi corona virus merupakan infeksi saluran pernafasan yang bisa dijangkit oleh siapa saja seperti lansia, orang dewasa, anak-anak, bayi, ibu hamil sampai ibu menyusui.

Perkembangan COVID-19 sengatlah cepat sejak pertama kali muncul sampai sekarang. Hal ini dapat dilihat dari pertambahan kasus infeksi corona virus semakin meningkat disetiap harinya. Peristiwa ini bukan hanya dari daerah asal Cina, melainkan seluruh negara di dunia termasuk Indonesia. *World Health Organization* (WHO) mencatat bahwa sampai tanggal 28 Januari 2021 sudah 100.455.529 kasus yang terkonfirmasi COVID-19 dan 2.166.440 jiwa yang meninggal akibat COVID-19. Di Indonesia sendiri kasus COVID-19 semakin merebah diseluruh daerah. Grafik yang digambarkan dari persebaran COVID-19 di Indonesia juga menunjukkan angka yang tidak sedikit dan bahkan menjauh dari garis horizontal. Dilansir dari Kabar24 oleh Fitriani (2021) bahwa penyumbang kasus COVID-19 terbanyak di Indonesia per Januari diduduki oleh DKI Jakarta sebanyak 254.580 kasus, peringkat tertinggi kedua diraih oleh Jawa Barat dengan jumlah kasus 131.322 orang terinfeksi, dan yang terbanyak ketiga yaitu Jawa Tengah dengan angka 118.204 kasus. Tak bisa dipungkiri bahwa kondisi ini membuat cemas dan khawatir terpapar COVID-19 bagi masyarakat global khususnya Indonesia.

Kecemasan masyarakat Indonesia terhadap wabah ini sangatlah tinggi. Hal ini dibuktikan dengan hasil survei yang dilakukan Tim Kelitbangan BPPPPD Kota Cirebon yang menunjukkan bahwa kekhawatiran responden terkait pandemi COVID-19 ini sebesar 80,6% takut tertular atau terpapar dan meninggal dunia.

Selain itu, dengan bertambahnya kasus COVID-19 yang diakibatkan oleh menurunnya imunitas masyarakat akibat cemas yang berlebihan, kondisi pandemi yang mengharuskan masyarakat untuk menjaga jarak dan jauh dari kerumunan menjadi suatu kondisi baru yang membutuhkan adaptasi yang baru dan cukup lama agar menjadi terbiasa. Saat ini, keadaan fisik dan psikis masyarakat juga mudah terganggu seperti, banyaknya masyarakat yang berpikir secara berlebihan sehingga membuat psikisnya terganggu atau merasa tidak nyaman. Tambahan lagi, pada orang yang terinfeksi COVID-19.

Orang yang terpapar COVID-19 memiliki imun yang sensitif. Artinya, tubuh mudah terkena penyakit. Alam bawah sadar orang yang sedang sakit sering kali mengalami guncangan, seperti merasa kurang nyaman, dan keadaan hati yang tidak tenang akibat kondisi fisik yang kurang baik. Hal ini sejalan dengan kondisi penderita dispepsia yang mengalami timbulnya perasaan khawatir dan cemas pada penderita yang disebut dengan dispepsia psikogenik. Kondisi hati yang tidak tenang akan berdampak pada ketenangan jiwa orang tersebut. Sama halnya dengan orang yang terpapar COVID-19. Tak sedikit dari mereka yang kalap dengan psikisnya sehingga tidak dapat mengontrol keadaan fisik dan psikisnya yang berakibat banyak dari mereka yang sampai tidak tertolong (Perwitaningrum, Prabandari, & Sulistyarini, 2016).

Berbagai cara dilakukan untuk mengatasi COVID-19 oleh petugas medis dan penderita. Selain melakukan isolasi mandiri pada tahap lanjut, serta dilengkapi ventilator, terapi psikologis juga dapat membantu mengurangi rasa khawatir dan cemas pada penderita sehingga imunitas penderita semakin membaik. Terapi psikologis yang dimaksud adalah terapi dzikir. Hal ini sejalan dengan penelitian Arini, Syarli, & Mungawanah (2021) yang menyebutkan bahwa terapi dzikir dapat mengurangi ansietas yang dialami pasien COVID-19. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terapi dzikir dapat membantu proses penyembuhan dari segi mental pasien COVID-19.

Dalam dunia tasawuf, dzikir merupakan salah satu jalan untuk kita dapat mendekatkan diri kepada Sang Khaliq. Menunjukkan kebesaran Allah dengan selalu menyebut asma-Nya adalah pekerjaan yang selalu dilakukan para sufi. Itu

semua dilakukan untuk menumbuhkan rasa kekuatan dalam iman kepada Allah sebab segala sesuatu yang datang menghampiri kita tak selamanya memiliki pengaruh baik.

Dzikir merupakan ibadah hati dan lisan yang tidak mengenal batasan waktu. Allah menyifatinya *ulil albab* kepada seseorang yang selalu mengingat Rabbnya dalam keadaan berdiri, duduk atau berbaring sekalipun. Oleh karena itu, dzikir bukan hanya ibadah yang sifatnya *lisaniyah* namun juga *qolbiyah*.

Pada hakikatnya, seseorang yang berdzikir adalah orang yang sedang berinteraksi dengan Sang Maha Cipta. Seseorang yang senantiasa mengajak orang lain untuk kembali kepada Allah akan sangat memerlukan dan melakukan dzikir yang lebih untuk bisa mengajak orang lain dekat dengan Allah karena pada dasarnya ia ingin menghidupkan kembali hati mereka yang sudah mati dan dipenuhi dengan rasa was-was. Akan tetapi, jika ia tidak menghidupkan hatinya terlebih dahulu maka keinginan ia untuk menghidupkan hati orang lain tidak akan mampu dilakukan. Sebagaimana firman Allah dalam QS. Ar Ra`d:28

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentram.” (QS. Ar Ra`d/13:28)

Sifat perbandingan dalam kehidupan sehari-hari sering kita rasakan bersama. Seseorang yang berbuat baik kepada orang lain dengan ikhlas, maka kelak ia juga akan mendapatkan kebaikan tersebut walau bukan dari orang yang telah kita perlakukan baik. Begitu juga dalam hal dzikir. Sederhananya, Allah juga menerapkan sifat perbandingan dalam konsep dzikir. Semakin banyak kita mengingat Allah dengan selalu menyebut asma-Nya, maka Allah pun akan selalu ingat kepada kita. Sebagaimana firman Allah dalam QS Al Baqarah: 152

فَاذْكُرُونِي أَذْكَرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ﴿١٥٢﴾

“Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku” (QS. Al Baqarah/2:152)

Kegiatan spiritualitas yang dilakukan secara terus menerus dan memfokuskan pikiran kepada Tuhan akan membuat hati kita terasa tenang dan nyaman. Selain itu, kegiatan ini juga dapat membuat rileks tubuh kita. Kegiatan spiritual yang dilakukan ini ternyata bermanfaat dalam dunia kesehatan, baik kesehatan fisik maupun mental. Hal ini dibuktikan oleh Sephton, Koopman, Schaal, Thoresan, & Spiegel (2001) dalam study eksplorasinya yang memaparkan bahwa jumlah *T-cell* helper dan sitotoksik berbanding lurus dengan jumlah spiritualitas pada wanita dengan kanker payudara setelah diperiksa hubungan subset limfosit. Hal tersebut sejalan dengan Ironson, et al (2011) yang menjelaskan bahwa keyakinan spiritual yang baik dapat memperlambat perkembangan HIV setelah 4 tahun. Selain itu, penelitian lain juga menyatakan bahwa sekitar 80% penelitian mengenai spiritual agama dan kesehatan melibatkan studi tentang kesehatan mental, salah satunya adalah tentang kecemasan (Koenig, 2012).

Adapun dzikir yang berpengaruh pada kesehatan terjadi dalam proses penyembuhan dari suatu penyakit. Hal ini telah dibahas oleh beberapa ahli dan juga perawat, seperti pada penelitian R, L, dan M (2016) dari Universitas Muhammadiyah Ponorogo mengemukakan bahwa kombinasi edukasi nyeri dan meditasi dzikir jenis tasbih, tahmid, takbir dan tahlil dapat menurunkan intensitas nyeri dan tidak mempengaruhi tekanan darah, nadi dan respirasi pada pasien pasca operasi fraktur.

Selanjutnya, Budiyanto, Marifah, dan Susanti dari STIKES Harapan Bangsa Purwokerto (2015) menjelaskan bahwa terapi dzikir dengan jenis tahlil sangat bermanfaat terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post ca mammae selain dengan terapi farmakologi. Selain itu, Habiburrahman, Hasneli, dan Amir (2018) dari Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau memaparkan bahwa terapi dzikir jenis tasbih, tahmid, tahlil, sholawat, dan ayat kursi dapat menurunkan kadar glukosa darah secara efektif pada penderita diabetes melitus tipe II.

Berikutnya, penelitian yang dilakukan Pertawitaningrum, Prabandari, dan Sulistyarini (2016) dari Universitas Islam Indonesia menerangkan bahwa kelompok yang diberi terapi relaksasi dzikir dengan jenis istighfar, kecemasannya lebih rendah dari pada kelompok yang tidak diberi terapi relaksasi dzikir. Hal tersebut

juga sejalan dengan penelitian Kumala, Kusprayogi, dan Nahsori (2017) yang menyebutkan bahwa adanya perbedaan tingkat ketenangan jiwa yang signifikan sebelum menerima pelatihan dzikir jenis istighfar dan setelah pemberian pelatihan dzikir jenis istighfar. Dari berbagai macam penelitian diatas penulis mengambil garis besar bahwa banyak sekali manfaat positif serta bukti autentik yang sudah terjadi secara ilmiah dari penerapan terapi dzikir dengan berbagai jenis seperti tasbih, tahmid, takbir, dan tahlil serta istighfar pada pasien dengan kondisi tertentu.

Melihat perkembangan banyaknya pasien yang terinfeksi COVID-19 dan manfaat terapi dzikir yang memiliki peran penting dalam proses penyembuhan pada suatu penyakit akan menjadi topik yang menarik untuk dikaji. Tanpa disadari, permasalahan di sekeliling kita dapat ditemukan solusinya dengan berbagai cara salah satunya yaitu dengan mengolahnya menggunakan statistik. Pengambilan keputusan untuk dijadikan solusi dapat menggunakan statistik. Dengan demikian, jelaslah bahwa statistik merupakan ilmu matematika yang sangat dibutuhkan dalam melakukan penelitian dan pengambilan keputusan. Dalam cabang ilmu statistik terdapat banyak metode yang dapat dilakukan, salah satunya adalah metode peramalan.

Umumnya, peramalan akan didasarkan pada data masa lalu yang telah dianalisis dengan menggunakan metode tertentu. Faktor ketidakpastian merupakan salah satu hal yang akan ditemukan dalam proses peramalan. Untuk meminimalisir kesalahan peramalan maka digunakan salah satu metode yaitu metode peramalan analisis deret waktu pemulusan (*smoothing*). Pendekatan pemodelan ini sangat berguna ketika informasi tentang data terdahulu yang minim sebagai dasar penelitian.

Metode runtun waktu *smoothing* ini sudah banyak dilakukan oleh beberapa peneliti untuk menyelesaikan permasalahan yang ada seperti penelitian yang dilakukan oleh Lieberty & Imbar dari Universitas Kristen Maranatha Bandung (2015) yang menjelaskan bahwa peramalan penjualan barang di PD Padalarang Jaya menggunakan metode *exponential smoothing*. Selain itu, Pranata, Hsb, Akhdansyah, & Anwar (2018) juga menerapkan metode pemulusan eksponensial

ganda dan tripel dalam meramalkan kunjungan wisatawan mancanegara ke Indonesia.

Dari beberapa penelitian diatas, jelaslah bahwa banyak sekali manfaat dari terapi dzikir untuk kesehatan fisik maupun psikis. Selain itu, penggunaan metode *smoothing* dapat memudahkan dalam mencari model matematika dari terapi dzikir pada pasien COVID-19 sehingga dalam penelitian kali ini penulis mencoba untuk mengkaji model matematika menggunakan *smoothing method* jumlah pasien COVID-19 yang sembuh dengan bantuan terapi dzikir.

## 1.2. Rumusan Masalah

### 1.2.1. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan, dapat diidentifikasi beberapa masalah, sebagai berikut:

1. Kemunculan COVID-19 yang sampai saat ini masih menjadi momok diseluruh dunia termasuk Indonesia
2. Meningkatnya data yang terinfeksi COVID -19 sehingga membuat masyarakat cemas dan khawatir.
3. Kewajiban seorang muslim adalah senantiasa ingat kepada Allah SWT namun kebanyakan dari mereka adalah tidak selalu mengingat siapa yang menciptakan dan yang menjamin dunia dan seisinya ini.
4. Banyak sekali manfaat dari berdzikir namun tak banyak orang yang mengetahui terapi alternatif ini sangat ampuh untuk diterapkan dalam dunia kesehatan, baik fisik maupun mental.
5. Banyak sekali metode statistik mengenai peramalan namun belum ada yang membahas terapi dzikir pada pasien COVID-19 menggunakan *smoothing method*.

### 1.2.2. Pembatasan Masalah

Melihat masih luasnya permasalahan yang diteliti, maka dalam penelitian ini perlu adanya pembatasan masalah. Peneliti membatasi masalah dalam penelitian ini pada:

1. *Smoothing method* yang digunakan adalah *moving average* dan *single exponential smoothing*.
2. Data yang diambil merupakan domilisi DKI Jakarta, Jawa Barat, dan Jawa Tengah yang berusia > 20 tahun dan beragama Islam.
3. Software yang peneliti gunakan untuk membantu perhitungan menggunakan Minitab.
4. Dzikir yang digunakan adalah jenis istighfar, takbir, tahlil, dan tasbih.
5. Terapi dzikir dilakukan selama 14 hari.

### 1.2.3. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah peneliti juga merumuskan beberapa pertanyaan penelitian, diantaranya:

1. Jenis dzikir apa yang dapat membantu proses penyembuhan pada pasien COVID-19?
2. Model *smoothing method* apa saja yang relevan untuk jumlah pasien COVID-19 yang sembuh dengan bantuan terapi dzikir?
3. Bagaimana model *smoothing method* terbaik dari jumlah pasien COVID-19 yang sembuh dengan bantuan terapi dzikir?

### 1.3. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang dimaksud adalah:

1. Untuk mengetahui jenis dzikir apa yang dapat membantu proses penyembuhan pada pasien COVID-19.
2. Untuk mengetahui model *smoothing method* apa saja yang relevan untuk jumlah pasien COVID-19 yang sembuh dengan bantuan terapi dzikir.
3. Untuk mengetahui model *smoothing method* terbaik dari jumlah pasien COVID-19 yang sembuh dengan bantuan terapi dzikir.

### 1.4. Manfaat Hasil Penelitian

Dari hasil penelitian yang dilakukan tentunya terdapat manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis, sebagai berikut:

## 1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan positif untuk memperkaya khasanah keilmuan yang berkaitan dengan terapi alternatif kesehatan mental yang religius. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dijadikan acuan bagi para peneliti berikutnya untuk dikembangkan sesuai dengan zamannya.

## 2. Secara Praktis

### a. Bagi Peneliti

Sebagai penambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman bagi peneliti di masa yang akan datang.

### b. Bagi Tim Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu proses penyembuhan pada pasien COVID -19.

### c. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran untuk selalu mengingat Allah SWT.

### d. Bagi Pembaca

Sebagai bahan referensi untuk menambah wawasan dan pengetahuan yang lebih dalam serta dijadikan bahan pertimbangan dalam penelitian yang lebih variatif.

