



STUDI LITERATUR: KECEMASAN SAAT PANDEMI COVID-19

Hardiyati^{1✉}, Efri Widiati², Taty Hernawaty³

¹Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Mamuju

^{2,3}Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran Bandung

ARTICLE INFO

Article history

Submitted : 2020-08-25

Revised : 2020-10-20

Accepted : 2020-10-25

Keywords:

Anxiety
Pandemic
Covid-19

Kata Kunci:

Kecemasan
Pandemi
Covid-19

ABSTRACT

The coronavirus affects peoples' lives around the world. Social restriction policy can affect the psychosocial environment. Therefore restrictions and lockdown policies can increase a person's level of anxiety. This literature study identifies predisposing factors and reinforcing factors for anxiety feelings during the COVID-19 pandemic. The method used in writing this literature study is by searching the internet from the CINAHL database, EBSCOHost, Proquest, Pubmed, Google Scholar, and nursing books from 2010-2020 with the keyword *anxiety facing Covid-19*. Anxiety feeling during a pandemic can occur in a person due to predisposing factors including due to the COVID-19 pandemic, spending > 9 hours at home, excessive search for information online, more common in women, economy, having babies, married status, student status, learning environment, and internet network. Some actions that can reduce anxiety classified as reinforcing factors, namely emotional regulation, resilience, supportive intervention, religious coping, family support, limiting exposure to information media, and physical activity for sports. It can be explained that some factors that influence the occurrence of anxiety feelings are predisposing factors as well as preventive actions or those that can reduce anxiety during the COVID-19 pandemic classified as the reinforcing factor. Investigating influencing factors can help to understand the development and maintenance of anxiety feelings and to develop possible preventive measures and therapeutic interventions.

Virus Corona atau Covid-19 sangat mempengaruhi kehidupan di seluruh dunia. Pembatasan sosial berpengaruh terhadap lingkungan psikososial di negara-negara yang terkena dampak. Pembatasan dan kebijakan *Lockdown* dapat meningkatkan tingkat kecemasan seseorang. Studi literatur ini mengidentifikasi *predisposing factors* dan *reinforcing factor* kecemasan pada masa pandemi COVID-19. Metode yang digunakan dalam penulisan studi literatur ini dengan penelusuran internet dari database CINAHL, EBSCOHost, Proquest, Pubmed, Google Scholar dan buku-buku keperawatan dari tahun 2010-2020 dengan kata kunci *anxiety facing Covid-19*. Kecemasan saat pandemi dapat terjadi pada seseorang disebabkan oleh faktor predisposisi/*predisposing factors* meliputi karena pandemi COVID-19, menghabiskan >9 jam di rumah, pencarian informasi online yang berlebihan, lebih banyak terjadi pada wanita, ekonomi, memiliki bayi, status menikah, status mahasiswa, lingkungan belajar dan jaringan internet. Beberapa tindakan yang dapat mengurangi kecemasan tergolong dalam faktor penguat/*reinforcing factor* adalah regulasi emosi, resiliensi, intervensi suportif, coping agama, dukungan keluarga, membatasi paparan media informasi dan aktivitas fisik atau olahraga. Dapat diuraikan bahwa beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya kecemasan adalah predisposisi/*predisposing factors* serta tindakan pencegahan atau yang dapat mengurangi kecemasan saat pandemi COVID-19 tergolong dalam faktor penguat/*reinforcing factor*. Investigasi faktor-faktor yang mempengaruhi dapat membantu untuk lebih memahami perkembangan dan pemeliharaan kecemasan serta untuk mengembangkan tindakan pencegahan dan intervensi terapeutik yang memungkinkan.

✉ Corresponding Author:

Hardiyati
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Mamuju
Telp. 085242278240
Email: hardiyati.umar@yahoo.co.id

PENDAHULUAN

Wabah Penyakit Virus Corona-19 (COVID) yang muncul pada bulan Desember

2019 di Wuhan (Cina), dengan cepat menyebar ke luar China sehingga Komite Darurat Organisasi Kesehatan Dunia (WHO)

mendeklarasikan Darurat Kesehatan Masyarakat dari Kepedulian Internasional (PHEIC) pada 30 Januari 2020. Spesies baru virus korona diidentifikasi sebagai penyebab pneumonia mematikan pada Desember 2019 di Cina. Virus ini berkembang pesat di seluruh dunia. Menanggapi situasi yang memburuk ini, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan negara pandemi pada 11 Maret 2020. Warga di banyak negara masih menghadapi risiko penyakit serius yang disebabkan oleh virus corona (COVID-19) (Carmassi, C., Foghi, C., DellOste, *et al* 2020; Jungmann, M. S., & Witthöft, M. 2020).

Virus Corona atau dikenal dengan nama Covid-19 sangat mempengaruhi kehidupan di seluruh dunia. Isolasi, pembatasan sosial dan memberlakukan perubahan lengkap terhadap lingkungan psikososial di negara-negara yang terkena dampak. Virus Corona atau dikenal dengan nama Covid-19 telah mengancam Dunia dengan kematian yang semakin hari semakin bertambah. Covid-19 telah menyebar pada 212 negara per tanggal 4 Mei 2020 dengan jumlah kasus seluruh Dunia mencapai 3.581.475 kasus secara keseluruhan, 248.536 jumlah kasus meninggal dunia dan 1.159.422 dinyatakan sembuh. Di Indonesia sendiri virus corona mulai di deteksi setelah Presiden Joko Widodo mengumumkan ada dua warga negara yang telah positif corona pada tanggal 2 Maret 2020 (*Jokowi Umumkan Dua WNI Positif Corona Di Indonesia*). Saat ini jumlah kasus corona di Indonesia semakin meningkat, per tanggal 4 Mei 2020 berjumlah 11.587 orang, meninggal 864 dan sembuh 1.954 kasus seluruh Indonesia (Saputra, T. A. 2020).

Menurut WHO (2020), virus COVID-19 ditularkan selama kontak dekat melalui pernapasan (seperti batuk) dan muntah. Oleh karena itu, untuk membatasi penularan virus, WHO (2020) terus merekomendasikan untuk sering melakukan kebersihan tangan, menggunakan perlindungan pernafasan, secara teratur membersihkan dan mendisinfeksi permukaan, menjaga jarak fisik, dan menghindari orang dengan demam atau gejala pernapasan. Pihak berwenang telah meminta warga untuk terlibat dalam beberapa strategi sebagai berikut, Di tingkat individu, sering-seringlah mencuci tangan. Perlindungan wajah atau masker bedah dan penggunaan desinfektan (mis., berbasis alkohol) juga disarankan. Selain itu, perilaku berisiko, seperti pergi ke tempat

ramai atau bepergian ke daerah endemis, sangat tidak dianjurkan. Terlepas dari upaya ini, beberapa negara yang sudah terjankit menerapkan sistem *lockdown*, demi menjaga keamanan dan kesehatan masyarakatnya. Di Jepang, Yuriko Koike, gubernur Tokyo, telah berulang kali meminta penduduk untuk menghindari keluar pada malam hari kerja dan pada akhir pekan sejak 25 Maret 2020, (Carmassi, C., Foghi, C., DellOste, *et al* 2020). Demikian pun di Indonesia, berbagai upaya dilakukan dalam penanganan penyebaran COVID-19.

Pencegahan terhadap penyebaran virus COVID-19 merupakan hal yang menjadi tantangan bagi siapa saja, hal ini disebabkan oleh kemampuan transmisi virus yang tinggi serta belum adanya vaksin dan penanganan pengobatan yang jelas untuk menyembuhkan, (WHO, 2020). Dengan demikian penyakit coronavirus 2019 (COVID-19) dapat dianggap sebagai 'badai sempurna' untuk meningkatkan tekanan emosional seseorang, (Shanahan, L., Steinhoff, A., Bechtiger, L., *et al* 2020). Dalam waktu yang begitu singkat semua mengalami perubahan dimana hampir seluruh wilayah di Indonesia terkena dampak mewabahnya Covid-19 ini, Pemerintah kemudian melakukan tindakan tegas dengan membatasi ruang gerak masyarakat khususnya di lingkungan pendidikan. Penutupan semua instansi yang sebelumnya dilakukan secara tatap muka segera diubah menjadi pertemuan daring/*Online*, (Saputra, T. A. 2020). Kebijakan pemerintah dalam menginstruksikan pembatasan dan kebijakan *Lockdown* membuat sebagian masyarakat resah dan cemas. Hal ini dapat menjadi risiko kesehatan mental masa pandemi COVID-19 pada masyarakat. Kecemasan, kurangnya kontak sosial dan berkurangnya kesempatan untuk penanganan stres merupakan perhatian utama. Ancaman utama lainnya adalah peningkatan risiko penyakit jiwa orang tua, kekerasan dalam rumah tangga dan malpengobatan anak (Fegert, J., Vitiello, B., Plener, P. L., & Clemens, V. 2020).

Beberapa hal yang dapat meningkatkan risiko terpaparnya COVID-19 sehingga pandemi coronavirus COVID-19 saat ini menyebabkan tekanan psikologis dan fisik yang cukup besar dan tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi di seluruh dunia sejak wabahnya pada Desember 2019 (Jungmann, M. S., & Witthöft, M. 2020). Menghadapi situasi

yang tidak pasti dapat meningkatkan tingkat kecemasan seseorang, terutama ketika ada potensi risiko kematian. Ini dapat menyebabkan individu yang sehat dan rentan terlibat dalam perilaku pelindung (Wenning, F., Wang, C., Zou, L., Yingying, G., Zuxun, L., Shijiao, Y., & Jing, M. (2020). Penelitian Croll, L., Kurzweil, A., Hasanaj, L., Serrano, L., Balcer, J. L., & Galetta, S. L (2020) menyatakan bahwa responden mengalami peningkatan ketakutan (79%), kecemasan (83%) dan depresi (38 %) selama pandemi COVID-19. Sementara, disisi lain ketakutan terhadap COVID-19 akan memiliki dampak besar pada kesehatan mental masyarakat (Cortés-Álvarez, N. Y., Piñeiro-Lamas, R., & Vuelvas-Olmos, C. (2020). Shiina, A., Niitsu, T., *et al*, (2020) melaporkan bahwa keterlibatan dalam perilaku perlindungan bervariasi dari orang ke orang, dan mungkin dipengaruhi oleh beberapa faktor Kecemasan.

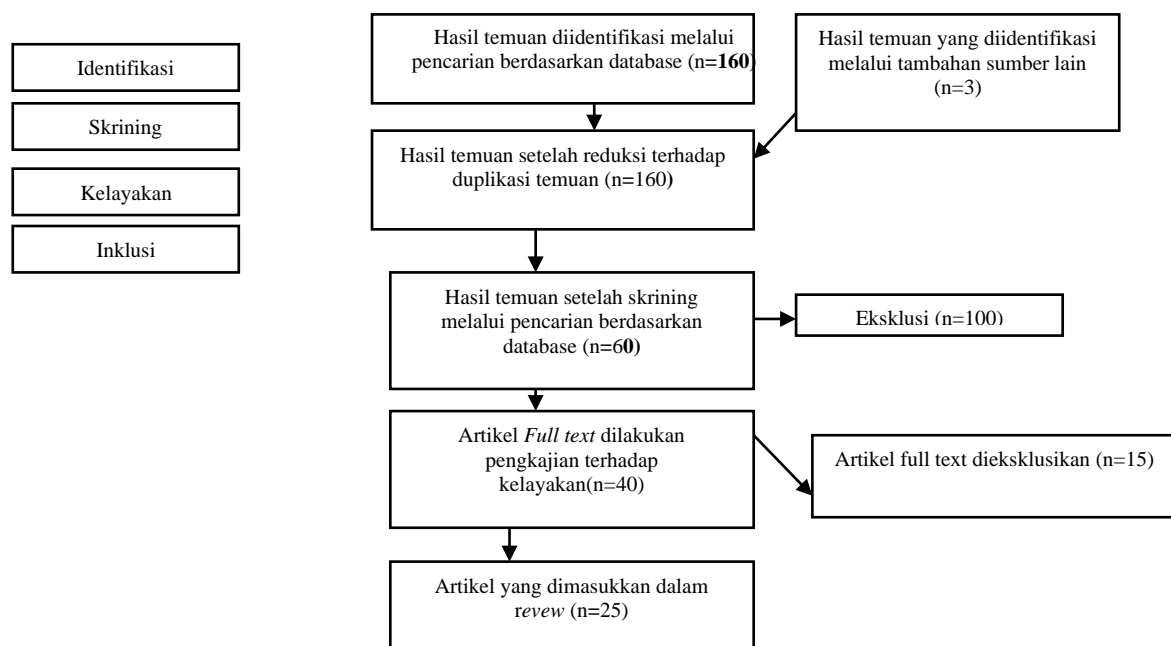
Kecemasan adalah kekhawatiran akibat ancaman yang dirasakan terhadap kesehatan, (Jungmann, M. S., & Witthöft, M. (2020); Troyer, A. E., Jordan N., Kohn, N. *et al* (2020); Elbay, Y. R., Kurtulmus, A., *et al* (2020). Kekhawatiran kesehatan dan kecemasan yang terkait dengan epidemi atau pandemi dapat memiliki dampak psikologis yang signifikan (misalnya, stres, pikiran negatif yang mengganggu, penghindaran), dapat dikaitkan dengan perilaku preventif yang tidak efektif

atau tidak menguntungkan. Beberapa penelitian telah mulai menyelidiki kecemasan dan gejala emosional lainnya selama pandemi COVID-19 saat ini (Jungmann, M. S., & Witthöft, M. (2020); Troyer, A. E., Jordan N., Kohn, N. *et al* (2020); Elbay, Y. R., Kurtulmus, A., *et al* (2020).; Cameron, E. E., Joyce, *et al* (2020); Croll, L., Kurzweil, A., Hasanaj, L., *et al* (2020); Tamsah, H. M., AL, F., Alamro, *et al* (2020).

Respons kecemasan seseorang terhadap epidemi/pandemi dapat bervariasi dari satu orang ke orang lain (Ahmad, A. R., & Murad, H. R. (2020). Dalam tulisan ini akan menggali beberapa faktor yang berpengaruh terhadap perilaku kesehatan yaitu *predisposing factors*, dan *reinforcing factor*. Investigasi faktor-faktor yang mempengaruhi dapat membantu untuk lebih memahami perkembangan dan pemeliharaan kecemasan serta untuk mengembangkan tindakan pencegahan dan intervensi terapeutik yang memungkinkan (Liu, K., Chen, Y., Wu, D., Lin, R., Wang, Z., & Pan, L. (2020).; Ran, L., Wang, W., Ai, M., Kong, Y., Chen, J., & Kuang, L. (2020). Tujuan studi literatur ini untuk mengidentifikasi secara dini *predisposing factors*, dan *reinforcing factor* kecemasan pada masa pandemi COVID-19.

METODE

Deskripsi artikel yang dimasukkan dalam review



Gambar 1. PRISMA Flow Diagram of Trial Selection Process for the Literatur Review

Metode yang digunakan dalam penulisan studi literatur ini dengan penelusuran internet dari database CINAHL, EBSCOHost, Pubmed, *Science Direct*, *Springer Link*, Proquest, Google Scholar dan buku-buku keperawatan dari tahun 2010 – 2020 dengan kata kunci *anxiety facing covid-19*.

Total hasil penelusuran artikel dengan kata kunci yang telah ditentukan adalah 220 artikel, dengan rincian ScienceDirect sejumlah 40 artikel, ProQuest sejumlah 140 artikel, SpringerLink sejumlah 44 artikel, dan CINAHL, EBSCOHost, Pubmed, Google Scholar sejumlah 211 artikel, dan sumber lain sebanyak 12 artikel. Didapatkan 160 artikel melalui pemilihan judul dan menjadi 60 artikel melalui screening kesesuaian dengan tujuan

revisi. Sebanyak 15 artikel dieksklusikan karena tidak memenuhi kriteria yang ditentukan; partisipan bukan dengan indikasi kecemasan karena pandemi COVID-19. Setelah skrining lebih lanjut sesuai dan keterkaitan Merujuk Teori Lawrence Green dalam Notoatmodjo, (2010) terpilih 25 artikel.

HASIL PENELITIAN

Pada studi literatur ini penulis mengambil 25 sampel penelitian yang terkait dengan *predisposing factors*, dan *reinforcing factor* terjadinya kecemasan selama COVID-19. Sampel tersebut mencakup penelitian yang dilakukan baik di luar negeri maupun di dalam negeri. Selanjutnya hasil penelitian akan dipaparkan sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik *Predisposing Factor* Kecemasan pada Masa Pandemi COVID-19

No	Peneliti	Wabah	Jenis penelitian	Sampel	Hasil
1	Jungmann, M. S., & Witthöft, M. (2020)	virus corona (COVID-19)	survei online	1615	Gyberchondria Pandemic (yaitu pencarian informasi online yang berlebihan) menunjukkan korelasi positif dengan kecemasan akan adanya virus covid 19 saat ini ($r = 0,9 - 4,8$)
2	Temsah, H. M., AL, F., Alamro, N., El Eyadhy, A., Al Hasan, K., Jamal, A., Al Maglout, I., Al Jamaan, F., Al Amri, M., Barry, M., Al Subae, S., & Somily, M. A., (2020).	virus corona (COVID-19) (MERS-CoV)	kuesioner survei Generalized Anxiety Disorder (GAD-7) Anxiety Severity alat skrining.	811	Tingkat kecemasan dari COVID-19 secara signifikan lebih tinggi daripada yang dari MERS-CoV atau influenza musiman: 41,1% lebih khawatir tentang COVID-19, 41,4% juga khawatir tentang MERS-CoV dan COVID-19, Kecemasan paling sering terjadi pada masa pandemi ini adalah cemas jika menularkan infeksi kepada keluarga dan teman-teman.
3	Croll, L., Kurzweil, A., Hasanaj, L., Serrano, L., Balcer, J. L., & Galetta, S. L (2020).	virus corona (COVID-19)	survei elektronik dengan uji eksak Fisher	130	Responden mengalami peningkatan ketakutan (79%), kecemasan (83%) dan depresi (38 %) disebabkan oleh pandemi COVID-19.
4	Cameron, E. E., Joyce, K. M., Delaquis, P. C., Reynolds, K., Protudjer, P. L J., & Roos, E. L., (2020).	virus corona (COVID-19)	survei onlinecross-sectional	641	Pandemi covid 19 menyebabkan Kecemasan yang relevan secara klinis diindikasikan pada 33,16%, 42,55%, dan 43,37% pada ibu yang memiliki anak-anak usia 0-18 bulan
5	Elbay, Y. R., Kurtulmus, A., Arpacioğlu, S., Karadere, E. (2020).	virus corona (COVID-19)	survei online	442	224 (51,6%) kecemasan, 182 (41,2%) stres cemas karena meningkatnya jumlah pasien covid 19.
6	Shechter, A., Diaz, F., Moise, N., K, Anstey, E. D., Ye, S., Agarwal, S.,	virus corona (COVID-19)	survei web cross-sectional	657	57% untuk stres akut, 48% untuk depresi, dan 33% gejala kecemasan disebabkan oleh pandemi covid.

No	Peneliti	Wabah	Jenis penelitian	Sampel	Hasil
	Birk, L. J., Brodie, D., Cannone, E. D., Chang, B., Classen, J., Cornelius, T., Derby, L., Dong, M., Givens, C. R., Hochman, B., Homma, S., Kronish, M. I., Lee, J.A.S., Manzano, W., Mayer, S. E. L., McMurry, L. C., Moitra, V., Pham, P., Rabbani, L., Rivera, R. R., Schwartz, A., Schwartz, E.J., Shapiro, A. P., Shaw, K., Sullivan, M. A., Vose, C., Wasson, L., Edmondson, D& Abdallah, M. (2020).				
7	Kapasia, N., Paul, P., Roy, A., Saha, J., Zaveri, A., Mallick, R., Barman, B., Das, P., Chouhan, P., (2020).	virus corona (COVID-19)	Survei online	232	70% responden menghadapi berbagai masalah yang berkaitan dengan kecemasan, depresi, karena konektivitas internet yang buruk dan lingkungan belajar yang tidak menguntungkan di rumah.
8	Fernández, G. L., Ferreira, R. V., Roldán, L. D. P., Padilla, S., Jimenez, R. R. (2020).	virus corona (COVID-19)	teknik snowball sampling	1639	kerugian ekonomi secara signifikan terkait dengan tekanan emosi yang lebih tinggi pada orang tua dibandingkan dengan kelompok yang lebih muda pada masa pandemi covid.
9	Wang, S., Wen, X., Dong, Y., Liu, B., Cui, M., (2020).	virus corona (COVID-19)	Survei online	2144	karena pandemi virus corona (COVID-19) 70% masyarakat umum melakukan panggilan ke hotline psikologis.
10	Wenning, F., Wang, C., Zou, L., Yingying, G., Zuxun, L., Shijiao, Y., & Jing, M. (2020).	virus corona (COVID-19)	Model regresi logistik multivariat	1242	27,5% mengalami kecemasan, 29,3% mengalami depresi, 30,0% mengalami gangguan tidur. Perempuan memiliki faktor risiko kecemasan ($OR = 1,62$) status menikah dikaitkan dengan kecemasan ($OR = 1,75$).
11	Consolo, U., Bellini, P., Bencivenni, D., Iani, C., & Checchi, V. (2020).	virus corona (COVID-19)	Survei dikirim melalui email	874	Hampir 85% melaporkan khawatir tertular infeksi. Mayoritas dari mereka (89,6%) melaporkan kekhawatiran tentang masa depan profesional.
12	Ying, Y., Ruan, L., Kong, F., Zhu, B., Ji, Y., & Lou, Z. (2020)	virus corona (COVID-19)	kuesioner mandiri online	845	Prevalensi gejala kecemasan dan depresi masing-masing 33,73% (95% CI: 30,53 – 36,92%). Faktor risiko untuk gejala kecemasan termasuk lebih banyak waktu (jam) dihabiskan untuk memikirkan

No	Peneliti	Wabah	Jenis penelitian	Sampel	Hasil
					COVID-19, dan apakah anggota keluarga memiliki kontak langsung dengan pasien COVID-19 yang dikonfirmasi atau dicurigai.
13	Xiao, H., Shu, W., Li, M., Li, Z., Tao, F., Wu, X., . . . Hu, Y. (2020).	virus corona (COVID-19)	Survei cross-sectional	933	Regresi logistik multivariable menunjukkan kecemasan terkait dengan status mahasiswa pascasarjana (odds ratio (aOR) = 2,0; 95% interval kepercayaan (CI): 1,2-3,5). Depresi dikaitkan dengan siswa perempuan (Aor = 2,0; 95% CI: 1,2-3,3)
14	Germani, A., Buratta, L., Delvecchio, E., & Mazzeschi, C. (2020).	virus corona (COVID-19)	survei online	1183	pengetahuan yang dirasakan akurat tentang COVID-19. Pada saat yang sama, mereka menunjukkan kekhawatiran dan kekhawatiran yang lebih tinggi tentang COVID-19 untuk keluarga mereka.
15	Tysi�c-Mi�sta, M., & Dziedzic, A. (2020).	virus corona (COVID-19)	Survei cross-sectional	875	Perasaan cemas dan ketidakpastian umum mengenai situasi COVID-19.
16	Cortés-Álvarez, N. Y., Piñeiro-Lamas, R., & Vuelvas-Olmos, C. (2020).	virus corona (COVID-19)	Survei online	Sampel di Meksiko	Sebanyak 50,3% responden menilai tekanan psikologis cukup berat; 15,7% melaporkan gejala depresi berat sedang; 22,6% melaporkan gejala kecemasan sedang berat; dan 19,8% melaporkan tingkat stres sedang berat. Menghabiskan >9 jam di rumah dikaitkan lebih besar menyebabkan tekanan psikologis, tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang lebih tinggi.
17	Stanton, R., To, Q. G., Khalesi, S., Williams, S. L., Alley, S. J., Thwaite, T. L., . . . Vandelanotte, C. (2020).	virus corona (COVID-19)	Survei	1491	Skor yang jauh lebih tinggi dalam kesusahan psikologis ditemukan pada wanita.
18	Yang, S., Kwak, S. G., Ko, E. J., & Chang, M. C. (2020).	virus corona (COVID-19)	Survei kuesioner	65	12 (18,5%) terapis fisik melaporkan memiliki gejala kecemasan dan depresi karena memiliki bayi.
19	Zhang, Y., Zhang, H., Ma, X., & Qian, D. (2020).	virus corona (COVID-19)	survei longitudinal	66	Tingkat keparahan wabah COVID-19 memiliki efek pada emosi negatif yaitu dapat menyebabkan gangguan tidur.
20	Termorshuizen, J. D., Watson, H. J., Thornton, L. M., Borg, S., Flatt, R. E., MacDermid, C. M., . . . Bulik, C. M. (2020).	virus corona (COVID-19)	survei online	1021	Responden mencatat peningkatan kecemasan sejak 2019 dan melaporkan kekhawatiran yang lebih besar tentang dampak COVID-19 terhadap kesehatan mental mereka daripada kesehatan fisik.

No	Peneliti	Wabah	Jenis penelitian	Sampel	Hasil
21.	Ahmad, A. R., & Murad, H. R. (2020).	virus corona (COVID-19)	kuesioner online	516	Hasil penelitian kami menunjukkan bahwa mayoritas pemuda berusia 18 – 35 tahun menghadapi gejala Psikologis Kecemasan. Media sosial memiliki dampak yang signifikan pada penyebaran ketakutan dan kepanikan yang berhubungan dengan COVID-19.

Tabel 2. Karakteristik *Reinforcing Factor* Kecemasan pada Masa Pandemi COVID-19

No	Peneliti	Wabah	Jenis penelitian	Sampel	Hasil
1	Jungmann, M. S., & Witthöft, M. (2020)	virus corona (COVID-19)	Survei online	1615	Regulasi emosi adaptif merupakan faktor penghambat kecemasan selama pandemi virus.
2	Liu, K., Chen, Y., Wu, D., Lin, R., Wang, Z., & Pan, L. (2020).	virus corona (COVID-19)	Penelitian ini adalah uji klinis terkontrol acak	51	Relaksasi otot progresif sebagai metode tambahan dapat mengurangi kecemasan skor kecemasan rata-rata setelah intervensi secara statistik signifikan ($P < 0,001$).
3	Ran, L., Wang, W., Ai, M., Kong, Y., Chen, J., & Kuang, L. (2020).	virus corona (COVID-19)	Survei online dengan Analisis dilakukan melalui Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9), Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7) skala, dan Patient Health Questionnaire-15 (PHQ-15) skala	1.770	Resiliensi psikologis berkorelasi negatif dengan depresi (standar B = -0,490, $P < 0,001$), kecemasan (standar B = -0,443, $P < 0,001$). Resiliensi psikologis merupakan target penting untuk intervensi psikologis dalam keadaan darurat kesehatan masyarakat.
4	Shechter, A., Diaz, F., Moise, N., K. Anstey, E. D., Ye, S., Agarwal, S., Birk, L. J., Brodie, D., Cannone, E. D., Chang, B., Classen, J., Cornelius, T., Derby, L., Dong, M., Givens, C. R., Hochman, B., Homma, S., Kronish, M. I., Lee, J.A.S., Manzano, W., Mayer, S. E. L., McMurphy, L. C., Moitra, V., Pham, P., Rabbani, L., Rivera, R. R., Schwartz, A., Schwartz, E.J.,	virus corona (COVID-19)	Survei web cross-sectional	657	Aktivitas fisik/olahraga adalah perilaku koping yang paling umum (59%) menurunkan kecemasan.

No	Peneliti	Wabah	Jenis penelitian	Sampel	Hasil
	Shapiro, A. P., Shaw, K., Sullivan, M. A., Vose, C., Wasson, L., Edmondson, D& Abdallah, M. (2020).				
5	Carmassi, C., Foghi, C., DellOste, V., Cordone, A., Bartelloni, A. B., Bui, E., & DellOsso, L (2020).	virus corona (COVID-19)	Artikel yang diindeks dalam database elektronik PubMed hingga 20 April 2020.	263	Dukungan keluarga dan sosial yang kuat dapat melindungi terhadap stres akut pada masa pandemi ini. Intervensi suportif, strategi koping positif dilaporkan juga sebagai faktor pelindung.
6	Munawar, K. & Choudhry, R. F (2020)	virus corona (COVID-19)	Pendekatan analisis tematik kerangka kerja	15	Berbagai strategi untuk mengatasi stres dan kecemasan yang muncul dari masa pandemi COVID-19 yaitu dengan cara membatasi paparan media dan meningkatkan coping Agama.
7	Shiina, A., Niitsu, T., et al. (2020)	virus corona (COVID-19)	Studi cross-sectional berbasis web	4.000	8,1 persen warga merasa kurang cemas tentang status kesehatan selama pandemi karena cenderung lebih jarang mengakses sumber berita tentang covid.

PEMBAHASAN

Pada bagian ini penulis mengklasifikasikan hasil ke dua puluh lima penelitian yang dijadikan sebagai sumber data terkait dengan faktor yang berpengaruh terhadap perilaku kesehatan merujuk pada Teori Lawrence Green dalam Notoatmodjo, (2010) yaitu *predisposing factors*, dan *reinforcing factor*. Investigasi faktor-faktor yang mempengaruhi dapat membantu untuk lebih memahami perkembangan dan pemeliharaan kecemasan serta untuk mengembangkan tindakan pencegahan dan intervensi terapeutik yang memungkinkan (Liu, K., Chen, Y., Wu, D., Lin, R., Wang, Z., & Pan, L. (2020); Ran, L., Wang, W., Ai, M., Kong, Y., Chen, J., & Kuang, L. (2020).

Faktor Predisposisi (*Predisposing Factor*)

Beberapa faktor predisposisi atau faktor yang mempermudah terjadinya kecemasan yaitu menurut hasil penelitian Tamsah, H. M., AL, F., Alamro, N., El Eyadhy, A., et al (2020); Shechter, A., Diaz, F., et al (2020), bahwa tingkat kecemasan dari pandemi COVID-19 secara signifikan lebih tinggi daripada pandemi MERS-CoV atau influenza musiman: 41,1% lebih khawatir tentang COVID-19. Demikian juga hasil penelitian Croll, L., Kurzweil, A., et al (2020); Shechter, A., Diaz, F., et al (2020), Responden mengalami peningkatan ketakutan (79%), kecemasan (83%), (57%) stres akut dan depresi (38%) disebabkan oleh

pandemi COVID-19. Sementara, menurut Elbay, Y. R., Kurtulmus, A., Arpacioğlu, S., Karadere, E., (2020) bahwa sebanyak 224 (51,6%) responden mengalami kecemasan sedangkan 182 (41,2%) stres, karena terjadinya peningkatan jumlah pasien covid 19 serta *lockdown* juga menyebabkan tingkat kecemasan meningkat (Zheng, L., Miao, M., Lim, J., Li, M., Nie, S., & Zhang, X, 2020).

Tingkat keparahan wabah COVID-19 memiliki efek pada emosi negatif yaitu dapat menyebabkan gangguan tidur, (Zhang, Y., Zhang, H., Ma, X., & Qian, D. 2020) serta situasi pandemi COVID-19 menyebabkan perasaan cemas dan ketidakpastian (Tysiāc-Miśta, M., & Dziedzic, A. 2020), karena pandemi virus corona (COVID-19) 70% masyarakat umum melakukan panggilan ke hotline psikologis (Wang, S., Wen, X., Dong, Y., Liu, B., Cui, M., 2020). Prevalensi gejala kecemasan dan depresi masing-masing 33,73% (95% CI: 30,53 – 36,92%). Faktor risiko untuk gejala kecemasan termasuk lebih banyak waktu (jam) dihabiskan untuk memikirkan COVID-19, dan apakah anggota keluarga memiliki kontak langsung dengan pasien COVID-19 yang dikonfirmasi atau dicurigai, (Ying, Y., Ruan, L., Kong, F., Zhu, B., Ji, Y., & Lou, Z. 2020).

Responden mencatat peningkatan kecemasan sejak 2019 dan melaporkan kekhawatiran yang lebih besar tentang dampak COVID-19 terhadap kesehatan mental mereka

daripada kesehatan fisik, (Termorshuizen, J. D., Watson, H. J., Thornton, L. M., Borg, S., Flatt, R. E., MacDermid, C. M., Bulik, C. M., 2020). Sebanyak 50,3% responden menilai tekanan psikologis cukup berat; 15,7% melaporkan gejala depresi berat sedang; 22,6% melaporkan gejala kecemasan sedang berat; dan 19,8% melaporkan tingkat stres sedang berat. Menghabiskan >9 jam di rumah dikaitkan lebih besar menyebabkan tekanan psikologis, tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang lebih tinggi, (Cortés-Álvarez, N. Y., Piñeiro-Lamas, R., & Vuelvas-Olmos, C., 2020). Hampir 85% melaporkan khawatir tertular infeksi. Mayoritas dari mereka (89,6%) melaporkan kekhawatiran tentang masa depan profesional (Consolo, U., Bellini, P., Bencivenni, D., Iani, C., & Checchi, V. 2020).

Faktor lain yang mempermudah terjadinya kecemasan menurut penelitian Jungmann, M. S., & Witthoft, M. (2020), bahwa Gyberchondria Pandemic (yaitu pencarian informasi online yang berlebihan) menunjukkan korelasi positif dengan kecemasan akan adanya virus covid 19 saat ini ($r = 0,9 - 4,8$), sejalan dengan yang dipaparkan oleh Ahmad, A. R., & Murad, H. R. (2020) bahwa media sosial memiliki dampak yang signifikan pada penyebaran ketakutan dan kepanikan yang berhubungan dengan COVID-19. Hal tersebut dapat dikatakan bahwa semakin tinggi pengetahuan yang dirasakan akurat oleh seseorang tentang COVID-19, maka pada saat yang sama, mereka menunjukkan kekhawatiran yang lebih tinggi tentang COVID-19 untuk keluarga mereka (Germani, A., Buratta, L., Delvecchio, E., & Mazzeschi, C. 2020).

Selanjutnya, dalam penelitian Stanton, R., To, Q. G., Khalesi, S., Williams, S. L., *et al*, (2020) menyatakan bahwa skor yang jauh lebih tinggi dalam kecemasan lebih banyak ditemukan pada wanita. Depresi juga dikaitkan dengan siswa perempuan ($AOR = 2,0$; 95% CI: 1,2-3,3)(Xiao, H., Shu, W., Li, M., Li, Z., *et al*, 2020). 27,5% mengalami kecemasan 29,3% mengalami depresi, 30,0% mengalami gangguan tidur, Perempuan memiliki faktor risiko kecemasan ($OR = 1,62$) status menikah dikaitkan dengan kecemasan ($OR = 1,75$), (Wenning, F., Wang, C., Zou, L., Yingying, G., Zuxun, L., Shijiao, Y., & Jing, M., 2020). Pandemi covid 19 menyebabkan kecemasan yang relevan secara klinis

diindikasikan pada 33,16%, 42,55%, dan 43,37% pada ibu yang memiliki anak-anak usia 0-18 bulan (Cameron, E. E., Joyce, K. M., Delaquis, P. C., Reynolds, K., Protudjer, P. L. J., & Roos, E. L., (2020), demikian juga dalam penelitian Yang, S., Kwak, S. G., Ko, E. J., & Chang, M. C. (2020) menyatakan bahwa 12 (18,5%) gejala kecemasan dan depresi pada masa pandemi ini karena memiliki anak bayi.

Sementara, penelitian lain menunjukkan bahwa mayoritas pemuda berusia 18 – 35 tahun menghadapi kecemasan. 70% responden menghadapi berbagai masalah yang berkaitan dengan kecemasan, depresi, karena konektivitas internet yang buruk dan lingkungan belajar yang tidak menguntungkan di rumah, (Kapasias, N., Paul, P., Roy, A., Saha, J., Zaveri, A., Mallick, R., *et al* 2020). Kerugian ekonomi secara signifikan terkait dengan tekanan emosi yang lebih tinggi pada orang tua dibandingkan dengan kelompok yang lebih muda pada masa pandemi covid, (Fernández, G. L., Ferreira, R. V., Roldán, L. D. P., *et al* 2020). Disisi lain, (odds ratio (aOR) = 2,0; 95% interval kepercayaan (CI): 1,2-3,5), regresi logistik multivariabel menunjukkan bahwa status mahasiswa yang sangat berpengaruh pada terjadinya kecemasan (Xiao, H., Shu, W., Li, M., Li, Z., *et al*, 2020).

Faktor Penguat (*Reinforcing Factor*)

Beberapa faktor penguat atau faktor yang dapat mengurangi terjadinya kecemasan pada masa pandemi COVID 19, dalam menghadapi situasi yang tidak pasti dapat meningkatkan tingkat kecemasan seseorang, terutama ketika ada potensi risiko kematian. Ini dapat menyebabkan individu yang sehat dan rentan terlibat dalam perilaku perlindungan diri yang berlebihan, sehingga beberapa orang menunjukkan setidaknya kecemasan ringan karena wabah COVID-19 dan ketakutan terhadap COVID-19 yang akan memiliki dampak besar pada kesehatan mental masyarakat. Menurut Jungmann, M. S., & Witthöft, M. (2020) bahwa regulasi emosi adaptif dapat dilakukan dalam masa pandemi karena hal ini, dapat menjadi penghambat kecemasan selama pandemi COVID-19. Sementara, menurut Liu, K., Chen, Y., Wu, D., Lin, R., Wang, Z., & Pan, L. (2020) bahwa relaksasi otot progresif sebagai metode tambahan dapat mengurangi kecemasan, skor kecemasan rata-rata setelah intervensi secara

statistik signifikan ($P < 0,001$). Adapun hasil penelitian Shechter, A., Diaz, F., Moise, N., K, *et al*, (2020), menyatakan bahwa aktivitas fisik atau olahraga adalah perilaku koping yang paling umum (59%) dapat menurunkan kecemasan.

Selanjutnya, faktor penguat yang lain adalah resiliensi, dimana resiliensi ini merupakan kompetensi yang paling tepat dalam menyikapi beratnya tantangan hidup (Olson dan DefRain, 2003). Resiliensi adalah proses tetap berjuang saat berhadapan dengan kesulitan, masalah, atau penderitaan (Wolin & Wolin, 1993). Menurut Reivich and Shatte (2002) resiliensi adalah kemampuan untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi sulit. Sementara, Banaag (2002), menyatakan bahwa resiliensi adalah suatu proses interaksi antara faktor individual dengan faktor lingkungan. Faktor individual ini berfungsi menahan perusakan diri sendiri dan melakukan konstruksi diri secara positif, sedangkan faktor lingkungan berfungsi untuk melindungi individu dan “melunakkan” kesulitan hidup individu.

Individu yang memiliki resiliensi mampu menghadapi tekanan dan perbedaan dalam lingkungan. Individu yang resilien merupakan individu yang mempunyai intelegensi yang baik, mudah beradaptasi, *social temperament*, dan berkepribadian yang menarik, yang pada akhirnya memberikan kontribusi secara konsisten pada penghargaan diri sendiri, kompetensi, dan perasaan bahwa ia beruntung (Banaag, 2002). Maka remaja yang resilien memiliki kecenderungan untuk lebih kuat dan tidak mudah jatuh sakit dan cemas. Praghlapati, A. (2020). Dibuktikan dalam penelitian Song, L., Wang, Y., Li, Z., Yang, Y., & Li, H (2020), bahwa faktor protektif untuk kecemasan dalam masa pandemi ini adalah resiliensi (OR, 0,52; 95% CI, 0,35-0,75; $p = 0,001$) dan optimisme (OR, 0,27; 95% CI, 0,15-0,47; $p < 0,01$). Resiliensi psikologis berkorelasi negatif dengan depresi (standar B = -0,490, $P < 0,001$), kecemasan (standar B = -0,443, $P < 0,001$), Resiliensi psikologis merupakan target penting untuk intervensi psikologis dalam keadaan darurat kesehatan masyarakat (Ran, L., Wang, W., Ai, M., Kong, Y., Chen, J., & Kuang, L, 2020).

Di sisi lain, Dukungan keluarga dan sosial yang kuat dapat melindungi terhadap stres akut pada masa pandemi ini, intervensi suportif, strategi koping positif dilaporkan juga

sebagai faktor pelindung, (Carmassi, C., Foghi, C., DellOste, V., Cordone, A., Bartelloni. A. B., Bui, E., & DellOso, L 2020). Membatasi paparan media dan meningkatkan coping agama juga merupakan faktor yang dapat mengurangi kecemasan yang muncul dari masa pandemi COVID-19 (Munawar, K. & Choudhry, R. F, 2020). Hal ini dibenarkan oleh penelitian Shiina, A., Niitsu, T., *et al*, (2020) bahwa 8,1 persen warga merasa kurang cemas tentang status kesehatan selama pandemi karena cenderung lebih jarang mengakses sumber berita tentang COVID-19.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dapat diuraikan bahwa terjadinya kecemasan pada masa pandemi COVID 19 dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor predisposisi/*predisposing factors* meliputi karena pandemi COVID 19, Menghabiskan >9 jam di rumah, pencarian informasi online yang berlebihan, lebih banyak terjadi pada wanita, status ekonomi, memiliki bayi, status menikah, status mahasiswa, lingkungan belajar dan jaringan internet. Faktor yang dapat mencegah atau mengurangi kecemasan dalam literatur ini merupakan faktor penguat/*reinforcing factor* adalah regulasi emosi, resiliensi, intervensi suportif, coping agama, dukungan keluarga, membatasi paparan media informasi dan aktivitas fisik atau olahraga.

Kecemasan pada masa pandemi COVID-19 dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Dari hasil investigasi ini dapat membantu untuk lebih memahami perkembangan dan pemeliharaan kecemasan serta untuk mengembangkan tindakan pencegahan dan intervensi terapeutik yang memungkinkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A. R., & Murad, H. R. (2020). The Impact of Social Media on Panic During the COVID-19 Pandemic in Iraqi Kurdistan: Online Questionnaire Study. *Journal of Medical Internet Research*, 22 (5), N.PAG. <https://e-resources.perpusnas.go.id:2111/10.2196/19556>.
- Banaag, C. G. 2002. Reiliency, street Children, and substance abuse prevention. *Prevention Preventif*, Nov. 2002, Vol3.
- Cameron, E. E., Joyce, K. M., Delaquis, P. C., Reynolds, K., Protudjer, P. L J., & Roos,

- E. L., (2020). Maternal psychological distress & mental health service use during the COVID-19 pandemic, *Journal of Affective Disorders*, Volume 276, 2020 Pages 765-774, ISSN 01650327, <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.07.081>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S016503272032526X>).
- Consolo, U., Bellini, P., Bencivenni, D., Iani, C., & Checchi, V. (2020). Epidemiological aspects and psychological reactions to COVID-19 of dental practitioners in the northern Italy districts of Modena and Reggio Emilia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3459. doi:<http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.3390/ijerph17103459>.
- Croll, L., Kurzweil, A., Hasanaj, L., Serrano, L., Balcer, J. L., & Galetta, S. L. (2020). The psychosocial implications of COVID-19 for a neurology program in a pandemic epicenter, *Journal of the Neurological Sciences*, Volume 416, 2020, 117034, ISSN 0022-510X, <https://doi.org/10.1016/j.jns.2020.117034>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022510X20303713>).
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., Zheng, J., (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China, *Psychiatry Research*, Volume 287, 2020, 112934, ISSN 0165-1781, <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120305400>).
- Cortés-Álvarez, N. Y., Piñeiro-Lamas, R., & Vuelvas-Olmos, C. (2020). *Psychological effects and associated factors of COVID-19 in a Mexican sample*. Cambridge: Cambridge University Press. doi:<http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.1017/dmp.2020.215> Retrieved from Coronavirus Research Database Retrieved from <https://e-resources.perpusnas.go.id:2084/docview/2427311248?accountid=25704>.
- Carmassi, C., Foghi, C., Dell'Oste, V., Cordone, A., Bartelloni, A. B., Bui, E., & Dell'Oso, L. (2020). PTSD symptoms in healthcare workers facing the three coronavirus outbreaks: What can we expect after the COVID-19 pandemic, *Psychiatry Research*, Volume 292, 2020, 113312, ISSN 0165-1781, <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113312>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S016517812031204X>).
- Elbay, Y. R., Kurtulmus, A., Arpacioğlu, S., Karadere, E., (2020). Depression, anxiety, stress levels of physicians and associated factors in Covid-19 pandemics, *Psychiatry Research*, Volume 290, 2020, 113130, ISSN 0165-1781, <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113130>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120312038>).
- Fernández, G. L., Ferreira, R. V., Roldán, L. D. P., Padilla, S., Jimenez, R. R., (2020). Mental Health in Elderly Spanish People in Times of COVID-19 Outbreak, *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 2020, ISSN 10647481, <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.06.027>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1064748120304061>).
- Germani, A., Buratta, L., Delvecchio, E., & Mazzeschi, C. (2020). Emerging adults and COVID-19: The role of individualism-collectivism on perceived risks and psychological maladjustment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3497. doi:<http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.3390/ijerph17103497>.
- Guessoum, B. S., Lachal, J., Radjack, R., Carretier, E., Minassian, S., Benoit, L., Moro, R. M., (2020). Adolescent psychiatric disorders during the COVID-19 pandemic and lockdown, *Psychiatry Research*, Volume 291, 2020, 113264, ISSN 0165-1781, <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113264>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178120318382>).
- Huckins, J. F., daSilva, A. W., Wang, W., Hedlund, E., Rogers, C., Nepal, S. K., Wu, J., Obuchi, M., Murphy, E. I., Meyer, M. L., Wagner, D. D., Holtzheimer, P. E., & Campbell, A. T. (2020). Mental Health and Behavior of College Students During the Early Phases of the COVID-19 Pandemic: Longitudinal Smartphone and Ecological

- Momentary Assessment Study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(6), N.PAG. <https://e-resources.perpusnas.go.id:2111/10.2196/20185>.
- Jungmann, M. S., & Witthöft, M. (2020). Health anxiety, cyberchondria, and coping in the current COVID-19 pandemic: Which factors are related to coronavirus anxiety?. *Journal of Anxiety Disorders* Volume 73, 2020, 102239, ISSN 0887-6185, <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102239>. Retrieved from (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0887618520300530>).
- Liu, K., Chen, Y., Wu, D., Lin, R., Wang, Z., & Pan, L. (2020). Effects of progressive muscle relaxation on anxiety and sleep quality in patients with COVID-19. *Complementary Therapies in Clinical Practice* Volume 39, 2020, 101132, ISSN 1744-3881, <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101132>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1744388120302784>).
- Kapasia, N., Paul, P., Roy, A., Saha, J., Zaveri, A., Mallick, R., Barman, B., Das, P., Chouhan, P., (2020). Impact of lockdown on learning status of undergraduate and postgraduate students during COVID-19 pandemic in West Bengal, India, *Children and Youth Services Review*, Volume 116, 2020, 105194, ISSN 0190-7409, <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.105194>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0190740920310604>).
- Munawar, K. & Choudhry, R. F (2020) Exploring Stress Coping Strategies of Frontline Emergency Health Workers dealing Covid-19 in Pakistan: A Qualitative Inquiry, *American Journal of Infection Control*, 2020, ISSN 0196-6553, <https://doi.org/10.1016/j.ajic.2020.06.214>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0196655320306386>).
- Pragholapati, A. (2020). Resiliensi Perawat Yang Bekerja Di Unit Gawat Darurat (Ugd) Rumah Sakit Al Islam (Rsai) Bandung.
- Sabina Sankhiand Nirmal, R. M. (2020). *Impact of COVID-19 pandemic on mental health of the general population, students, and health care workers: A review*. Basel: MDPI AG. doi: <http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.20944/preprints202007.0616.v1>.
- Shiina, A., Niitsu, T., Kobori, O., Idemoto, K., Hashimoto, T., Sasaki, T., Igarashi, Y., Shimizu, E., Nakazato, M., Hashimoto, K., Iyo, M., (2020). Relationship between perception and anxiety about COVID-19 infection and risk behaviors for spreading infection: A national survey in Japan, *Brain, Behavior, & Immunity - Health*, Volume 6, 2020, 100101, ISSN 2666-3546, <https://doi.org/10.1016/j.bbih.2020.100101>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666354620300661>).
- Tysi c-Mi sta, M., & Dziedzic, A. (2020). The attitudes and professional approaches of dental practitioners during the COVID-19 outbreak in poland: A cross-sectional survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(13), 4703. doi:<http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.3390/ijerph17134703>.
- Termorshuizen, J. D., Watson, H. J., Thornton, L. M., Borg, S., Flatt, R. E., MacDermid, C. M., . . . Bulik, C. M. (2020). Early impact of COVID-19 on individuals with self-reported eating disorders: A survey of ~1,000 individuals in the united states and the netherlands. *International Journal of Eating Disorders*, doi:<http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.1002/eat.23353>.
- Ran, L., Wang, W., Ai, M., Kong, Y., Chen, J., & Kuang, L. (2020). Psychological resilience, depression, anxiety, and somatization symptoms in response to COVID-19: A study of the general population in China at the peak of its epidemic. *Social Science & Medicine* Volume 113261, ISSN 0277-9536, <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113261>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0277953620304809>).
- Stanton, R., To, Q. G., Khalesi, S., Williams, S. L., Alley, S. J., Thwaite, T. L., . . . Vandelanotte, C. (2020). Depression, anxiety and stress during COVID-19: Associations with changes in physical activity, sleep, tobacco and alcohol use in australian adults. *International Journal of Environmental Research and Public*

- Health*, 17(11), 4065. doi:<http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.3390/ijerph17114065>.
- Shanahan, L., Steinhoff, A., Bechtiger, L., Murray, A. L., Nivette, A., Hepp, U., . . . Eisner, M. (2020). *Emotional distress in young adults during the COVID-19 pandemic: Evidence of risk and resilience from a longitudinal cohort study*. Cambridge: Cambridge University Press. doi:<http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.1017/S00332917200024> X Retrieved from Coronavirus Research Database Retrieved from <https://e-resources.perpusnas.go.id:2084/docview/2420134179?accountid=25704>.
- Song, L., Wang, Y., Li, Z., Yang, Y., & Li, H. (2020). Mental health and work attitudes among people resuming work during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study in china. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (14), 5059. doi:<http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.3390/ijerph17145059>.
- Saputra, T. A. (2020). Bentuk Kecemasan Dan Resiliensi Mahasiswa Pascasarjana Aceh-Yogyakarta Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 6(1), 55-61.
- Shechter, A., Diaz, F., Moise, N., K, Anstey, E. D., Ye, S., Agarwal, S., Birk, L. J., Brodie, D., Cannone, E. D., Chang, B., Classen, J., Cornelius, T., Derby, L., Dong, M., Givens, C. R., Hochman, B., Homma, S., Kronish, M. I., Lee, J.A.S., Manzano, W., Mayer, S. E. L., McMurry, L. C., Moitra, V., Pham, P., Rabbani, L., Rivera, R. R., Schwartz, A., Schwartz, E.J., Shapiro, A. P., Shaw, K., Sullivan, M. A., Vose, C., Wasson, L., Edmondson, D& Abdallah, M. (2020). Psychological distress, coping behaviors, and preferences for support among New York healthcare workers during the COVID-19 pandemic, *General Hospital Psychiatry*, Volume 66, 2020, Pages 1-8, ISSN 01638343, <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2020.06.007>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0163834320300839>).
- Temsah, H. M., AL, F., Alamro, N., El Eyadhy, A., Al Hasan, K., Jamal, A., Al Maglout, I., Al Jamaan, F., Al Amri, M., Barry, M., Al Subae, S., & Somily, M. A., (2020). The psychological impact of COVID-19 pandemic on health care workers in a MERS-CoV endemic country, *Journal of Infection and Public Health*, *Journal of Infection and Public Health*, Volume 13, Issue 6, 2020, Pages 877-882, ISSN 1876-0341. <https://doi.org/10.1016/j.jiph.2020.05.021>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1876034120304871>).
- Troyer, A. E., Jordan N., Kohn, N. J., Hong, S., (2020) Are we facing a crashing wave of neuropsychiatric sequelae of COVID-19? Neuropsychiatric symptoms and potential immunologic mechanisms, *Brain, Behavior, and Immunity*, Volume 87, 2020, Pages 34-39, ISSN 08891591, <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.02>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S088915912030489X>).
- Wenning, F., Wang, C., Zou, L., Yingying, G., Zuxun, L., Shijiao, Y., & Jing, M. (2020). Psychological health, sleep quality, and coping styles to stress facing the COVID-19 in wuhan, china. *Translational Psychiatry*, 10 (1) doi: <http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.1038/s41398-020-00913-3>.
- Wang, S., Wen, X., Dong, Y., Liu, B., Cui, M., (2020). Psychological Influence of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Pandemic on the General Public, Medical Workers, and Patients With Mental Disorders and its Countermeasures, *Psychosomatics*, 2020, ISSN 0033-3182, <https://doi.org/10.1016/j.psych.2020.05.005>. (<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0033318220301432>).
- Xiao, H., Shu, W., Li, M., Li, Z., Tao, F., Wu, X., . . . Hu, Y. (2020). Social distancing among medical students during the 2019 coronavirus disease pandemic in china: Disease awareness, anxiety disorder, depression, and behavioral activities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(14), 5047. doi:<http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.3390/ijerph17145047>.
- Ying, Y., Ruan, L., Kong, F., Zhu, B., Ji, Y., & Lou, Z. (2020). Mental health status among family members of health care workers in ningbo, china, during the coronavirus disease 2019 (COVID-19)

- outbreak: A cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 20, 1-10. doi:<http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.1186/s12888-020-02784-w>
- Yang, S., Kwak, S. G., Ko, E. J., & Chang, M. C. (2020). The mental health burden of the COVID-19 pandemic on physical therapists. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3723. doi:<http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.3390/ijerph17103723>
- Zhang, Y., Zhang, H., Ma, X., & Qian, D. (2020). Mental health problems during the COVID-19 pandemics and the mitigation effects of exercise: A longitudinal study of college students in china. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3722. doi:<http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.3390/ijerph17103722>
- Zheng, L., Miao, M., Lim, J., Li, M., Nie, S., & Zhang, X. (2020). Is lockdown bad for social anxiety in COVID-19 regions?: A national study in the SOR perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(12), 4561. doi:<http://e-resources.perpusnas.go.id:2158/10.3390/ijerph17124561>