

## KETERKAITAN KECEMASAN DAN KUALITAS HIDUP KELUARGA PADA MASA PANDEMI COVID-19

### ANXIETY AND FAMILY QUALITY OF LIFE DURING COVID-19 PANDEMIC

Christina Dewi Prasetyowati<sup>✉</sup>

Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kesehatan

Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri, Jl. KH Wachid Hasyim 65 Kediri. Indonesia

Correspondence Email : [christ.wijaya.ns@gmail.com](mailto:christ.wijaya.ns@gmail.com),

#### ABSTRAK

Covid-19 merupakan penyakit dengan tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi dan diperparah dengan kemampuan virus Covid-19 yang menyebar sangat cepat yang tidak sebanding dengan kemampuan dari ilmuwan dalam membuat vaksin menyebabkan kecemasan yang luar biasa bagi masyarakat. Kecemasan yang muncul merupakan bentuk dari adaptasi seseorang dalam menyikapi situasi pandemi Covid-19. Keluarga sebagai bagian terkecil dari masyarakat tentunya sangat terdampak dengan adanya pandemi Covid-19. Beban dan tekanan yang dirasakan keluarga secara langsung maupun tidak akibat pandemi Covid-19 akan berdampak pada kualitas hidupnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterkaitan kecemasan dan kualitas hidup keluarga pada masa pandemi Covid-19 di Kelurahan Mojoroto Kota Kediri. Desain penelitian menggunakan *cross sectional* dan pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling* yang berjumlah 63 Orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner kecemasan HARS sedangkan kualitas hidup menggunakan instrument WHOQOL-BREF. Data dianalisa dengan uji Spearman *Rho*. Hasil menunjukkan nilai  $p = 0,000$  dan nilai  $r_s = -0,647$  yang artinya ada keterkaitan kecemasan dan kualitas hidup keluarga pada masa pandemi Covid-19 di Kelurahan Mojoroto Kota Kediri.

Kata Kunci : kecemasan; kualitas hidup; keluarga; covid-19

#### ABSTRACT

*Covid-19 is a disease with high rates of morbidity and mortality and it's exacerbated by the ability of the Covid-19 virus to spread very quickly which is not comparable to the ability of scientists to make vaccines causes tremendous anxiety for the public. Anxiety that arises is a form of adaptation of a person in responding to the Covid-19 pandemic situation. The family as the smallest part of society is certainly very affected by the Covid-19 pandemic. The burden and pressure felt by the family directly or indirectly due to the Covid-19 pandemic will have an impact on their quality of life. This study aims was to determine the relationship between anxiety and family quality of life during the Covid-19 pandemic in Mojoroto, Kediri City. The research design used cross sectional and the sample was taken using purposive sampling technique with a total of 63 people. Data collection was measured using the HARS anxiety questionnaire while the quality of life using the WHOQOL-BREF instrument. Data were analyzed by Spearman Rho test. The results show p value = 0.000 and rs value = -0.647, which means that there is a relationship between anxiety and family quality of life during the Covid-19 pandemic in Mojoroto Village, Kediri City.*

Keyword: anxiety; quality of life; family; covid-19

## PENDAHULUAN

Virus corona merupakan penyebab penyakit yang dapat menimbulkan penyakit dengan gejala ringan sampai berat dan masuk dalam golongan keluarga besar virus. MERS dan SARS merupakan virus corona yang dapat menimbulkan gejala berat. Covid-19 yang disebabkan oleh virus Sars-Cov-2 merupakan penyakit jenis baru yang belum pernah teridentifikasi pada manusia (Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Pada tahun 2020 awal, muncul penyakit yang merupakan masalah kesehatan global yang dinamakan Covid-19. Pada tanggal 31 Desember 2019, WHO melaporkan bahwa ada kasus pneumonia yang belum jelas penyebabnya. Kasus tersebut pertama kali muncul di kota Wuhan Provinsi Hubei China dan terus berkembang hingga diluar negara China (Widyaningrum & Putri, 2020). Penetapan Covid-19 sebagai Kedaruratan Kesehatan Masyarakat yang Meresahkan Dunia (KMMD) oleh WHO dilakukan pada tanggal 30 Januari 2020 dan pada tanggal 11 Maret 2020 Covid-19 ditetapkan sebagai pandemi (J. Pardede, B. Keliat, R. Damanik, 2019).

Covid-19 merupakan penyakit dengan tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi dan diperparah dengan belum adanya metode pengobatan khusus atau vaksin sehingga diperlukan tindakan pencegahan transmisi pada populasi yang beresiko tinggi (Zhang Y & Ma Z, 2020). Jumlah kasus terkonfirmasi positif Covid-19 di Indonesia terus meningkat. Pada bulan Juli jumlah pasien positif Covid-19 berada pada angka 70.736 kasus dan jumlah pasien yang meninggal sebanyak 3.417 orang (Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Pasien positif Covid-19 di Kediri sendiri ada 771 terkonfirmasi, 655 sembuh dan 66 meninggal (Dinkes Kota Kediri, 2020).

Kondisi pandemi seperti saat ini menimbulkan dampak pada berbagai aspek salah satunya adalah aspek psikologis masyarakat dimana kecemasan dapat timbul dalam menghadapi situasi pandemi seperti saat ini. Hal ini terjadi dikarenakan melihat angka kematian akibat wabah virus corona yang dari hari ke hari semakin meningkat, ketakutan terinfeksi virus corona atau menginfeksi orang-

orang sekitar, ketakutan minimnya ketersediaan obat, khawatir kehilangan pekerjaan atau pendapatan akibat pembatasan aktivitas diluar rumah, pembatasan aktivitas yang menyebabkan bisnis sepi pembeli, ataupun tempat kerja yang tutup, ketakutan ketiadaan bahan makanan pokok akibat kepanikan seluruh masyarakat yang memborong sembako hingga langka di pasaran. Kecemasan muncul dikarenakan adanya ketakutan maupun kekhawatiran dan kegelisahan yang tidak beralasan. Dampak dari kecemasan yaitu menjadi susah tidur, mudah tersinggung, gangguan emosi, sulit konsentrasi dan perubahan perilaku lainnya (Bedaso & Ayalew, 2019). Menurut Alizamar et al (2017), ketakutan, respon terhadap situasi krisis, perasaan tidak nyaman merupakan manifestasi dari kecemasan.

Kemampuan virus Covid-19 yang menyebar sangat cepat yang tidak sebanding dengan kemampuan dari ilmuwan dalam membuat vaksin menyebabkan kecemasan yang luar biasa bagi masyarakat. Kondisi yang menyebabkan seseorang harus menyesuaikan diri dari kondisi normal menjadi kecemasan merupakan salah satu efek dari pandemi Covid-19. Kecemasan yang muncul merupakan bentuk dari adaptasi seseorang dalam menyikapi situasi pandemi Covid-19 (Shuster et al., 2021). Karena hal tersebut maka aspek fisik, psikologi, sosio, ekonomi dan lingkungan dapat berpengaruh secara negatif dan berdampak pada kualitas hidup.

Menurut Duan et al (2020), faktor sosial dan juga dampak dari aktivitas kehidupan sehari-hari pada masa pandemi Covid-19 dapat menyebabkan depresi pada suatu komunitas yang ditandai dengan gejala cemas, panik, takut maupun stress.

Keluarga sebagai bagian terkecil dari masyarakat tentunya sangat terdampak dengan adanya pandemi Covid-19. Banyak keluarga terdampak dikarenakan tulang punggung keluarga yang kehilangan sumber mata pencaharian. Beban dan tekanan yang dirasakan keluarga secara langsung maupun tidak akibat pandemi Covid-19 akan berdampak pada kualitas hidupnya (Neyişci et al., 2021)

Persepsi individu mengenai posisi

hidupnya dalam konteks budaya dan sistem nilai dimana individu tersebut berada dalam hubungannya dengan fokus kehidupan, harapan dan tujuan merupakan definisi dari kualitas hidup (WHO, 1997 dalam Endarti, 2015). Menurut Huang et al (2019), kualitas hidup dinyatakan sebagai ukuran konseptual atau operasional mencakup kesejahteraan, kualitas kelangsungan hidup serta kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari yang sering digunakan dalam situasi penyakit sebagai cara untuk menilai dampak pengobatan pada pasien. Kualitas hidup sangat erat kaitannya dengan tingkat morbiditas dan mortalitas sehingga memonitor secara intensif penting untuk dilakukan (Phyo et al., 2020)

Berdasarkan dari hasil wawancara terhadap 10 orang warga Kelurahan Mojo Kota Kediri didapatkan 8 dari 10 warga merasa cemas dan takut untuk keluar rumah karena takut terinfeksi virus Covid-19. Warga juga merasa khawatir kehilangan mata pencaharian dan tidak dapat melakukan aktivitas sehari-hari seperti biasanya sebelum pandemi Covid-19. Berbagai dampak yang dialami warga tersebut menimbulkan masalah baik dari segi ekonomi

maupun psikologis yang dapat mempengaruhi kualitas hidup. Mengacu pada permasalahan tersebut penelitian ini dilakukan untuk mengetahui keterkaitan kecemasan dan kualitas hidup keluarga pada masa pandemi Covid-19 di Kelurahan Mojo Kota Kediri.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional* dimana tehnik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Sampel pada penelitian ini adalah keluarga di wilayah Kelurahan Mojo Kota Kediri sejumlah 63 orang dengan kriteria inklusi antara lain: keluarga inti yang berdomisili di Kelurahan Mojo, bersedia menjadi responden, bisa membaca dan menulis, berusia 17 - 60 tahun, dan dapat berkomunikasi dengan baik.

Alat ukur menggunakan kuesioner kecemasan HARS untuk mengukur tingkat kecemasan keluarga dan instrument WHOQOL-BREF untuk mengukur kualitas hidup keluarga. Analisa untuk membuktikan adanya keterkaitan antara kecemasan dan kualitas hidup keluarga menggunakan uji *Spearman Rho*.

## HASIL

Tabel 1 menunjukkan mayoritas responden berusia antara 17 – 45 tahun yaitu sejumlah 24 orang (38%), sejumlah 41 responden (65,1%) berjenis kelamin perempuan dan mayoritas pekerjaan responden adalah swasta dengan jumlah responden 24 orang (38%).

**Tabel 1 Karakteristik Responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pekerjaan (n=63)**

Karakteristik	f	%
Usia		
17-45	24	38
46-55	21	33,3
56-60	18	28,7
Total	63	100
Mean±SD	45,27±13,108	
Jenis kelamin		
Laki-laki	22	34,9
Perempuan	41	65,1
Total	63	100
Pekerjaan		
PNS	12	19
Swasta	24	38
Ibu Rumah Tangga	17	26,9
Total	63	100

Berdasarkan Tabel 2. menunjukkan mayoritas tingkat kecemasan yang dimiliki oleh responden adalah kecemasan berat dengan jumlah responden yaitu 23 orang (36,7%).

**Table 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecemasan (n=63)**

Tingkat Kecemasan	f	%
Tidak ada kecemasan	10	15,8
Kecemasan ringan	12	19
Kecemasan sedang	18	28,5
Kecemasan berat	23	36,7
Total	63	100

Tabel 3. menjelaskan bahwa mayoritas responden memiliki kualitas hidup yang rendah yaitu sejumlah 23 orang (36,5%)

**Table 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kualitas hidup (n=63)**

Kualitas Hidup	f	%
Sangat baik	8	12,8
Baik	10	15,8
Sedang	22	34,9
Rendah	23	36,5
Total	63	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 10 responden yang tidak memiliki kecemasan mempunyai kualitas hidup sangat baik sebesar 80%. 12 responden memiliki kecemasan ringan dengan kualitas hidup baik yaitu 58,3%. 18 responden memiliki kecemasan sedang dengan kualitas hidup sedang yaitu 72,2%. Sedangkan dari 23 responden yang memiliki kecemasan berat, mayoritas mempunyai kualitas hidup rendah yaitu 82,61%.

**Table 4. Tabulasi silang kecemasan dan kualitas hidup keluarga (n=63)**

Kecemasan	Kualitas Hidup								Total	
	Sangat Baik		Baik		Sedang		Rendah			
	F	%	f	%	f	%	f	%	F	%
Tidak ada kecemasan	8	80	1	10	1	10	0	0	10	100
Ringan	0	0	7	58,3	4	33	1	8,4	12	100
Sedang	0	0	2	11,1	13	72,2	3	16,7	18	100
Berat	0	0	0	0	4	17,39	19	82,61	23	100
Total	8		10		22		23		63	

Tabel 5 menunjukkan bahwa berdasarkan hasil uji menggunakan *Spearman Rho* didapatkan hasil nilai  $p = 0,000$  dengan nilai  $r_s = -0,647$  yang berarti ada keterkaitan antara kecemasan dan kualitas hidup keluarga pada masa pandemic covid-19 di Kelurahan Mojo Kota Kediri.

**Table 5. Hasil analisis Spearman Rho terhadap kecemasan dan kualitas hidup keluarga (n=63)**

		Kecemasan	Kualitas Hidup
Kecemasan	<i>Correlation coefficient</i>	1,000	-,647
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		,000
	<i>N</i>	63	63
Kualitas hidup	<i>Correlation coefficient</i>	-,647	1,000
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	,000	
	<i>N</i>	63	63

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh data responden bahwa 15,8% tidak memiliki kecemasan, 19% memiliki kecemasan ringan, 28,5% memiliki kecemasan sedang, dan 36,7% responden memiliki kecemasan berat. Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat terdampak Covid-19 memiliki tingkat kecemasan yang tinggi. Berdasarkan hasil kuesioner HARS yang dibagikan, gejala kecemasan yang ditunjukkan masyarakat adalah perasaan cemas, tegang, gangguan tidur, tidur tidak pulas dan suka terbangun pada saat malam hari. Selain itu masyarakat juga mengalami gejala lain yaitu kaku dan nyeri pada otot. Hal ini sejalan dengan pendapat Ramadhana (2020), bahwa manifestasi dari kecemasan dapat ditunjukkan dari respon emosional negatif keluarga pada saat merasakan ketegangan, kecemasan, maupun ketakutan yang berlebihan

Pandemi covid-19 berdampak tidak hanya pada fisik tetapi juga berdampak pada kesehatan mental dan tingkat kesejahteraan maupun kualitas hidup keluarga (Neyişci et al., 2021). Kondisi maladaptif dengan reaksi fisik, psikologis yang ekstrim dapat berpengaruh terhadap kemampuan seseorang dalam menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari pada saat kecemasan yang menjadi sumber masalah klinis sudah sampai tingkat ketegangan yang sedemikian rupa. Dasar dari gangguan kecemasan adalah ketika seseorang tidak mampu mengatasi pengalaman yang menegangkan dan irasional (Meacham & Bergstrom, 2016).

Hasil kuesioner WHOQOL yang diberikan kepada keluarga didapatkan hasil bahwa ketidakmampuan keluarga dalam bekerja, ketidakcukupan uang yang dimiliki, kesehatan fisik anggota keluarga, kehilangan sumber mata pencaharian maupun perubahan aktivitas sehari-hari menyebabkan perubahan kualitas hidup keluarga. Penelitian menunjukkan bahwa mayoritas kualitas hidup keluarga berada pada level rendah yaitu 23 orang (36,5%).

Dari hasil uji *Spearman Rho* didapatkan ada keterkaitan antara kecemasan dan kualitas hidup keluarga pada masa pandemi Covid-19. Hubungan negatif menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bertolak belakang yang artinya semakin tinggi kecemasan yang dimiliki maka semakin rendah kualitas hidupnya dan hal ini menunjukkan bahwa keluarga terdampak Covid-19 memiliki kualitas hidup yang rendah. Hal ini sejalan dengan Kleinberg et al (2020) bahwa gejala stress memiliki dampak terhadap kualitas hidup. Hal ini juga sejalan dengan yang diungkapkan Sutejo (2017) dalam Amiman et al (2019), kemampuan seseorang dalam mencapai tujuan hidup sangat dipengaruhi oleh tingkat kecemasannya. Kualitas hidup seseorang akan dipengaruhi oleh penilaian terhadap dirinya dan juga bagaimana ketercapaian terhadap tujuan hidup yang dimilikinya. Menurut Pequeno et al (2020), penilaian subjektif seseorang terhadap mutu hidupnya membentuk kualitas hidup seseorang tersebut.

Fungsi fisik, psikologi, social maupun lingkungan merupakan komponen yang membentuk kualitas hidup. Kemampuan seseorang dalam melaksanakan aktivitas kehidupan sehari-hari, mobilitas, kapasitas kerja, tidur dan istirahat, ketergantungan terhadap obat-obatan maupun bantuan medis, kelelahan dan energi merupakan komponen dari kesehatan fisik. Sedangkan perasaan negative, perasaan positif, citra tubuh, penampilan, keyakinan personal, spiritualitas, kemampuan berpikir, konsentrasi, memori, belajar akan membentuk kesehatan psikologi seseorang (Shuster et al., 2021).

Faktor lingkungan yang membentuk kualitas hidup antara lain lingkungan rumah, kesempatan dalam memperoleh informasi, lingkungan fisik, aktivitas waktu luang, sumber finansial, keamanan fisik, pelayanan kesehatan dan social, kebebasan. Sedangkan faktor sosial yang dibutuhkan dalam membentuk kualitas hidup yaitu aktivitas seksual, hubungan personal dan dukungan social. Menurut McMoon (2019), persepsi individu dalam mencapai tujuan, standar dan harapan hidup akan mempengaruhi kualitas hidup. Keadaan emosi dan fisik seseorang saat melaksanakan aktivitas kehidupan sehari-hari sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup.

Dari hasil penelitian tersebut maka kecemasan keluarga selama pandemic Covid-19 dapat mempengaruhi kualitas hidup dari keluarga. Semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami oleh keluarga maka semakin rendah kualitas hidupnya.

## KESIMPULAN

Ada keterkaitan antara kecemasan dan kualitas hidup keluarga pada masa pandemi Covid-19 di Kelurahan Mojoroto Kota Kediri. Berdasarkan hal tersebut diharapkan keluarga sebagai unit terkecil dari masyarakat dapat mengelola informasi yang didapatkan terkait Covid-19 dan beradaptasi selama pandemi Covid-19 sehingga kualitas hidup keluarga tetap baik. Perawat sebagai tenaga Kesehatan dapat memberikan pendidikan kesehatan kepada masyarakat terkait Covid-19 sehingga dapat menurunkan kecemasan dari masyarakat selama menghadapi pandemi Covid-

19. Pemerintah selaku pembuat kebijakan diharapkan dapat menetapkan kebijakan untuk meminimalkan dampak negatif pandemic Covid-19 sehingga dapat mengurangi kecemasan masyarakat dan mempertahankan kualitas hidupnya tetap baik.

## REFERENSI

- Alizamar, A., Fikri, M., & Afdal, A. (2017). Social Anxiety of Youth Prisoners and Guidance and Counseling Services for Prevention. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, December, 30. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v0i0.4123>
- Amiman, S. P., Katuuk, M., & Malara, R. (2019). Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien Di Instalasi Gawat Darurat. *Jurnal Keperawatan*, 7(2). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.24472>
- Bedaso, A., & Ayalew, M. (2019). Preoperative anxiety among adult patients undergoing elective surgery: A prospective survey at a general hospital in Ethiopia. *Patient Safety in Surgery* [revista en Internet] 2019 [acceso 29 de agosto de 2020]; 13(1): 1-8. *Patient Saf Surg.*, 0(13), 18. <https://pssjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13037-019-0198-0>
- Dinkes Kota Kediri. (2020). *Profil Dinas Kesehatan Kota Kediri*. Dinas Kesehatan Kota Kediri.
- Duan, L., Shao, X., Wang, Y., Huang, Y., Miao, J., Yang, X., & Zhu, G. (2020). An investigation of mental health status of children and adolescents in china during the outbreak of COVID-19. *Journal of Affective Disorders*, 275(July), 112–118. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.029>
- Endarti, A. T. (2015). Kualitas Hidup Kesehatan: Konsep, Model, dan Penggunaan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(2), 97–108. <http://lp3m.thamrin.ac.id/upload/jurnal/JURNAL-1519375940.pdf>
- Haris, A., & Halimudin. (2017). Kecemasan Keluarga pada Pasien yang Terpasang Ventilasi Mekanik di Ruang Intensive Care. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatn*, 2(3), 1–8. <http://www.jim.unsyiah.ac.id/FKep/article/view/4227>
- Huang, C. H., Umegaki, H., Kamitani, H., Asai, A., Kanda, S., Maeda, K., Nomura, H., & Kuzuya, M. (2019). Change in quality of life and potentially associated factors in patients receiving home-

- based primary care: A prospective cohort study. *BMC Geriatrics*, 19(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12877-019-1040-3>
- J. Pardede, B. Keliat, R. Damanik, A. G. (2019). Optimization of Coping Nurses to Overcoming Anxiety in the Pandemic of Covid-19 in Era New Normal. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 2(3), 105–112. <https://doi.org/10.37287/jpm.v2i3.128>
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MenKes/413/2020 Tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19). *MenKes/413/2020*, 2019, 207.
- Kleinberg, B., van der Vegt, I., & Mozes, M. (2020). *Measuring Emotions in the COVID-19 Real World Worry Dataset*. <http://arxiv.org/abs/2004.04225>
- McMoon, M. (2019). Patients' Perceptions of Quality of Life and Resource Availability after Critical Illness. *ProQuest Dissertations and Theses*, 173. <https://www.proquest.com/dissertations-theses/patients-perceptions-quality-life-resource/docview/2309795377/se-2?accountid=135034>
- Neyişci, N., Erçetin, Ş., Açıkalın, Ş. N., Koçtürk, N., & Potas, N. (2021). Quality of Life, Family Climate, and Sense of Family Coherence During the COVID-19 Pandemic: Modeling of Triple-Serial Mediators. *Journal of Family Issues*, 0(0), 1–23. <https://doi.org/10.1177/0192513X211030041>
- Pequeno, N. P. F., Pequeno, N. P. F., Cabral, N. L. de A., Marchioni, D. M., Lima, S. C. V. C., & Lyra, C. de O. (2020). Quality of life assessment instruments for adults: a systematic review of population-based studies. *Health and Quality of Life Outcomes*, 18(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12955-020-01347-7>
- Phyo, A. Z. Z., Freak-Poli, R., Craig, H., Gasevic, D., Stocks, N. P., Gonzalez-Chica, D. A., & Ryan, J. (2020). Quality of life and mortality in the general population: a systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09639-9>
- Ramadhana, M. R. (2020). A dataset for emotional reactions and family resilience during COVID-19 isolation period among Indonesian families. *Data in Brief*, 31, 105946. <https://doi.org/10.1016/j.dib.2020.105946>
- Shuster, A., O'Brien, M., Luo, Y., Berner, L. A., Perl, O., Heflin, M., Kulkarni, K., Chung, D., Na, S., Fiore, V. G., & Gu, X. (2021). Emotional adaptation during a crisis: decline in anxiety and depression after the initial weeks of COVID-19 in the United States. *Translational Psychiatry*, 11(1), 1–7. <https://doi.org/10.1038/s41398-021-01552-y>
- Sutejo. (2017). *Keperawatan Jiwa Konsep dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa: Gangguan Jiwa dan Psikososial*. Pustaka Baru Press : Yogyakarta.
- Widyaningrum, N., & Putri, Y. D. (2020). Gambaran Penerapan Physical Distancing Sebagai Upaya Menekan Persebaran Covid-19 Di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. *NUSANTARA : Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 7(2), 470–481. <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/nusantara/article/view/1766>
- Zhang Y, & Ma Z. (2020). Impact of the COVID-19 pandemic on mental health and quality of life among local residents in Liaoning Province, China: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [revista en Internet] 2020 [acceso 8 de octu. *Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Quality of Life among Local Residents in Liaoning Province, China: A Cross-Sectional Study.*, 17(march), 2381. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32233719/>