



## PENGARUH PSIKOEDUKASI TERHADAP KECEMASAN MASYARAKAT MENGHADAPI PANDEMI COVID-19 DI KOTA PALEMBANG

### *THE EFFECTIVENESS OF PSYCOEDUCATION ON COMMUNITY ANXIETY FACING THE COVID-19 PANDEMIC IN PALEMBANG*

**Ayu Dekawaty, Joko Tri Wahyudi**

Institut Ilmu Kesehatan dan Teknologi Muhammadiyah Palembang

Email: [nyimasayudekawaty@gmail.com](mailto:nyimasayudekawaty@gmail.com), 085267009178

#### ABSTRAK

Dunia saat ini sedang mengalami darurat masalah kesehatan yang disebabkan oleh *Corona Virus Disease* (Covid-19). Jumlah kasus positif dan kematian akibat pandemi Covid-19 semakin meningkat. Keadaan tersebut menjadikan krisis global yang bukan hanya mengancam kesehatan masyarakat secara fisik, namun juga secara mental. Pemberitaan mengenai peningkatan jumlah masyarakat yang terkonfirmasi positif maupun yang meninggal dunia juga memberikan dampak terhadap timbulnya kecemasan di masyarakat. Kapasitas untuk menjadi cemas diperlukan untuk bertahan hidup, tetapi tingkat kecemasan yang berat tidak sejalan dengan kehidupan. Psikoedukasi telah menjadi langkah penting dalam manajemen kecemasan. Penggabungan metode psikoedukasi aktif dan pasif diberikan kepada responden pada penelitian ini. Penelitian dilakukan dengan design *quasi experiment*. Pemilihan Sampel dilakukan dengan Teknik *simple random sampling* berdasarkan kriteria yang telah ditentukan peneliti sebelumnya dengan jumlah sampel sebanyak 77 orang. Hasil penelitian didapatkan bahwa Psikoedukasi terbukti efektif menurunkan tingkat kecemasan pada masyarakat dalam menghadapi pandemi covid-19 dengan nilai *p value* 0,000. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi Pemerintah, khususnya Perawat Kesehatan Jiwa komunitas dalam pemberian intervensi.

**Kata kunci: Covid-19; Kecemasan; Psikoedukasi**

#### ABSTRACT

*The world is currently experiencing a health emergency caused by the Corona Virus Disease (Covid-19). The number of positive cases and deaths due to the Covid-19 pandemic is increasing. This situation has created a global crisis that not only threatens public health physically, but also mentally. The news about the increase in the number of people who were confirmed positive and who died also had an impact on the emergence of anxiety in the community. The capacity to be anxious is necessary for survival, but severe levels of anxiety are incompatible with life. Psychoeducation has become an important step in anxiety management. The combination of active and passive psychoeducation methods was given to respondents in this study. The research was conducted with a quasi-experimental design. Sample selection was done by simple random sampling technique based on the criteria that had been determined by the previous researcher with a total sample of 77 people. The results showed that psychoeducation was proven to be effective in reducing the level of anxiety in the community in the face of the COVID-19 pandemic with a *p value* of 0.000. The results of this study are expected to be a reference for the Government, especially Community Mental Health Nurses in providing interventions.*

**Keyword: Covid-19; Anxiety; Psychoeducation**

## PENDAHULUAN

Covid-19 merupakan penyakit menular yang berarti dapat menyebar, baik secara langsung maupun tidak langsung dari satu orang ke orang lain. Banyak negara di dunia telah melaporkan kasus infeksi yang dikonfirmasi, sehingga masalah kesehatan global ini dengan cepat menjadi pandemi (Vafaei et al., 2020).

Data WHO pada tanggal 4 Februari 2020 menyebutkan total pasien secara global yang terdiagnosa positif covid-19 berjumlah 103.631.793 dan 2.251.613 jiwa meninggal dunia (WHO, 2020). Data covid-19 di Indonesia pada waktu yang bersamaan yaitu berjumlah 1.123.105 pasien yang terkonfirmasi positif covid-19 dan sebanyak 31.001 jiwa meninggal dunia (KemenkesRI, 2021). Provinsi Sumatera Selatan sebagai salah satu daerah yang memiliki tingkat konfirmasi positif tinggi didapatkan data sampai tanggal 3 Februari 2021 sebanyak 35.306 kasus dengan jumlah pasien yang meninggal sebanyak 711 jiwa (Pemprov Sumsel, 2020). Data pasien terkonfirmasi positif terus meningkat setiap harinya.

Munculnya pandemi telah memberikan tekanan pada semua sektor masyarakat. Meski sejauh ini belum ada kajian sistematis mengenai dampak covid-19 terhadap kesehatan jiwa, namun banyak penelitian terkait pandemi yang menunjukkan bahwa hal tersebut berdampak negatif pada kesehatan jiwa (KemenkesRI, 2021). Covid-19 diperkirakan akan menimbulkan masalah kesehatan mental yang serius di kalangan masyarakat dan tenaga medis, serta menimbulkan kerugian ekonomi yang sangat besar di seluruh dunia (Sögüt et al., 2021). Covid-19 menyebabkan depresi, kecemasan, dan ketakutan di seluruh China (Chandola et al., 2020). Begitu banyak berita buruk yang diterima membuat masyarakat cemas akan hidup diri mereka sendiri, keluarga, teman terdekat dan bahkan lingkungan sekitarnya (Sari et al., 2020). Kondisi psikologis yang paling banyak dialami oleh masyarakat adalah rasa cemas apabila tertular (Ruskandi, 2021)

Kecemasan merupakan kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Kapasitas untuk menjadi cemas diperlukan untuk bertahan hidup, tetapi tingkat kecemasan yang berat tidak sejalan dengan kehidupan. Kecemasan ringan dan sedang dapat meningkatkan kapasitas seseorang, sedangkan kecemasan tingkat berat dan panik dapat melumpuhkan atau menurunkan kapasitas seseorang (Stuart, 2016).

Psikoedukasi merupakan bentuk pendidikan kesehatan yang memberikan *treatment* secara profesional dengan mengintegrasikan intervensi psikoterapeutik dan edukasi (Lukens&McFarlane, 2004). Psikoedukasi telah menjadi langkah penting dalam manajemen kecemasan dan gangguan depresi. Psikoedukasi pasif sangat populer pada pasien dengan gangguan kecemasan. Intervensi ini melibatkan berbagai media seperti buku, pamflet, atau video yang menjelaskan dengan jelas berbagai aspek gangguan kecemasan. Tidak seperti psikoedukasi aktif, di sini terapis tidak berinteraksi secara aktif dengan pasien sementara memberikan pendidikan tentang penyakit (Sarkhel, et., al., 2020). Donker et al., (2009) pada kajian meta analisisnya menjelaskan bahwa psikoedukasi pasif terbukti tidak efektif mengatasi masalah psikologis, namun dapat mengurangi tanda dan gejalanya. Psikoedukasi pasif dapat diterapkan sebagai langkah awal intervensi di komunitas karena tergolong murah, mudah, dan cepat. Hidayatullah & Noviekayati (2018) dalam penelitiannya memberikan psikoedukasi aktif untuk mengatasi kecemasan. Hal tersebut terbukti sangat efektif dalam mengatasi kecemasan.

Berdasarkan berbagai kajian jurnal dan teori di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “efektifitas psikoedukasi terhadap kecemasan masyarakat menghadapi covid-19”. Peneliti akan melakukan penggabungan psikoedukasi aktif dan pasif untuk memperkuat hasil dari implementasi yang dilakukan.

## BAHAN DAN METODE

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif dengan rancangan *quasy experiment* dengan pendekatan *pre-post test with control group design*. Penelitian ini akan dilakukan menjadi beberapa sesi sampai target subjek penelitian terpenuhi. Penelitian dilakukan secara langsung dengan tetap menerapkan protokol kesehatan selama kegiatan berlangsung. Penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Kecamatan Seberang Ulu I dan Seberang Ulu II Kota Palembang. Penelitian ini berlangsung dari bulan April – Juni 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat di Kota Palembang. Peneliti mengambil sampel masyarakat yang berada di Wilayah Kerja Kecamatan Seberang Ulu I dan

Kecamatan Seberang Ulu II. Sampel dari penelitian ini ditentukan dengan melakukan *simple random sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan peneliti. Sampel yang didapatkan sebanyak 77 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Pada penelitian ini uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *Kolmogorov Smirnov* di karenakan jumlah responden  $\geq 50$  responden dengan hasil sebelum intervensi 0,108 dan setelah intervensi 0,129 dengan ketentuan  $P\ value \leq 0,05$  yang menyatakan data berdistribusi normal. Maka dalam penelitian ini uji analisa yang di gunakan yaitu Uji *Wilcoxon*.

## HASIL

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

No	Jenis Kelamin	N	Persentase (%)
1	Laki-laki	25	32,5
2	Perempuan	52	67,5

Karakteristik responden pada penelitian ini adalah responden laki-laki sejumlah 25 orang (32,5%) dan responden perempuan sebanyak 52 orang (67,5%).

**Tabel 2**  
**Kecemasan Masyarakat Menghadapi Pandemi Covid-19 sebelum diberikan Psikoedukasi**

Variabel	N	Mean	Median	SD	Min	Max	95%CI	
							Low	Up
Kecemasan masyarakat menghadapi pandemi covid-19 sebelum diberikan psikoedukasi	77	30.3	30	4.9	22	41	29.1	31.4

Berdasarkan tabel 5.2 dapat dilihat bahwa kecemasan masyarakat menghadapi pandemi covid-19 sebelum diberikan psikoedukasi dengan skor *mean* 30.3, median 30.0, standar deviasi 4.9. Skor kecemasan pasien terendah adalah 22 dan skor tertinggi 41, dan 95% tingkat kepercayaan antara 29.1 – 31.4.

**Tabel 3**  
**Kecemasan Masyarakat Menghadapi Pandemi Covid-19**  
**setelah diberikan Psikoedukasi**

Variabel	N	Mean	Median	SD	Min	Max	95%CI	
							Low	Up
Kecemasan masyarakat menghadapi pandemi covid-19 setelah diberikan psikoedukasi	77	21.2	21.0	3.4	16	28	20.4	21.9

Berdasarkan tabel 5.3 dapat dilihat bahwa kecemasan masyarakat menghadapi pandemi covid-19 sebelum diberikan psikoedukasi dengan skor *mean* 21.2, median 21.0, standar deviasi 3.4. Skor kecemasan pasien terendah adalah 16 dan skor tertinggi 28, dan 95% tingkat kepercayaan antara 20.4 – 21.9.

Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan sebelum melakukan uji statistik menggunakan *Kolmogorov Smirnov*.

**Tabel 4**  
**Kecemasan Masyarakat Menghadapi Pandemi Covid-19**  
**Sebelum dan Setelah diberikan Psikoedukasi**

Variabel	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Statistic	df	Sig.
Skor Ansietas Sebelum Intervensi	.108	77	.027
Skor Ansietas Setelah Intervensi	.129	77	.003

Dalam penelitian ini data tidak terdistribusi normal maka dilakukan Uji alternatif, yaitu uji *Wilcoxon*.

**Tabel 5**  
**Perbedaan Nilai Rata-rata Kecemasan Masyarakat Menghadapi Pandemi Covid-19**  
**Sebelum dan Setelah diberikan Psikoedukasi**

Variabel	Kategori	N	Mean	P-value
Kecemasan	Sebelum	77	30.3	0.000
	Setelah		21.2	

Rata-rata kecemasan masyarakat menghadapi pandemic Covid-19 sebelum diberikan intervensi Psikoedukasi adalah 30.3 (kecemasan berat). Sedangkan setelah diberikan intervensi nilai rata-rata kecemasan turun menjadi 21.2 (kecemasan sedang). Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji

*Wilcoxon* didapatkan nilai *p value* = 0,000 yang berarti nilai *p value* < 0,05. Hal ini menunjukkan ada pengaruh yang signifikan rata-rata kecemasan masyarakat menghadapi pandemic Covid-19 sebelum dan setelah diberikan intervensi Psikoedukasi.

## PEMBAHASAN

Responden pada penelitian ini berjumlah 77 orang yang terdiri atas responden laki-laki sebanyak 25 orang (32,5%) dan perempuan sebanyak 52 orang (67,5%). Mayoritas responden pada penelitian ini adalah perempuan yang mengalami kecemasan sebelum diberikan intervensi.

Jenis kelamin memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan seseorang. Rata-rata kecemasan laki-laki lebih rendah dibandingkan tingkat kecemasan pada perempuan (Bachri et al., 2017). Hasil penelitian tersebut diperkuat dengan teori Kaplan & Sadock (2010) yang menyatakan bahwa wanita lebih sering mengalami kecemasan daripada pria. Wanita memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan pria. Hal ini dikarenakan bahwa wanita lebih peka dengan emosinya, yang pada akhirnya mempengaruhi perasaan cemasnya.

Penelitian lain juga menunjukkan hasil yang sama bahwa rerata tingkat kecemasan perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, hal tersebut dapat terjadi karena koping masing-masing individu berbeda, sehingga mempengaruhi tingkat kecemasan yang dirasakan (Ayuningtyas et al., 2018).

### 1. Kecemasan Masyarakat Menghadapi Pandemi Covid-19 sebelum diberikan Psikoedukasi

Pada penelitian ini didapatkan kecemasan masyarakat menghadapi pandemi covid-19 sebelum diberikan psikoedukasi dengan skor *mean* 30.3 dan median 30.0. Skor kecemasan pasien terendah sebelum diberikan psikoedukasi adalah 22 dan skor tertinggi 41, dengan 95% tingkat kepercayaan 29.1-31.4. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini membagi kecemasan menjadi 4, yaitu apabila total skor kurang dari 6 = tidak ada kecemasan, total skor 7-14= kecemasan ringan, total skor 15-27= kecemasan sedang, dan total skor lebih dari 27= kecemasan berat. Dari data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa sebelum mendapatkan psikoedukasi masyarakat mengalami tingkat kecemasan

sedang hingga berat dalam menghadapi pandemi covid-19 dengan rata-rata masyarakat mengalami kecemasan berat.

Munculnya pandemi telah memberikan tekanan pada semua sektor masyarakat. Meski sejauh ini belum ada kajian sistematis mengenai dampak covid-19 terhadap kesehatan jiwa, namun banyak penelitian terkait pandemi yang menunjukkan bahwa hal tersebut berdampak negatif pada kesehatan jiwa (Kemenkes RI, 2020). Covid-19 diperkirakan akan menimbulkan masalah kesehatan mental yang serius di kalangan masyarakat dan tenaga medis, serta menimbulkan kerugian ekonomi yang sangat besar di seluruh dunia (Sögüt et al., 2020). Covid-19 menyebabkan depresi, kecemasan, dan ketakutan di seluruh China (Chandola et al., 2020). Begitu banyak berita buruk yang diterima membuat masyarakat cemas akan hidup diri mereka sendiri, keluarga, teman terdekat dan bahkan lingkungan sekitarnya (Sari, 2020). Kondisi psikologis yang paling banyak dialami oleh masyarakat adalah rasa cemas apabila tertular (Fitria, 2020). Kecemasan masyarakat untuk melakukan kunjungan ke pelayanan kesehatan selama masa pandemi covid-19 juga dirasakan oleh sebagian besar masyarakat. Masyarakat merasa takut tertular covid-19 saat melakukan kunjungan dan memilih untuk tidak memeriksakan diri selama pandemi covid-19 (PH et al., 2020).

Kajian lainnya dari proses *literature review* mengenai analisis dampak Pandemi Covid-19 terhadap kecemasan masyarakat disimpulkan bahwa selama pandemi covid-19 dapat menimbulkan gangguan cemas yang ditandai dengan gangguan tidur yang sangat beresiko terhadap berbagai gangguan kesehatan fisik dan mental, seperti bunuh diri, gelisah, sesak napas, ketegangan otot, *panic buying*, dan *obsessive compulsive disorder* (Irda Sari, 2020).

## 2. Kecemasan Masyarakat Menghadapi Pandemi Covid-19 setelah diberikan Psikoedukasi

Pada penelitian ini didapatkan kecemasan masyarakat menghadapi pandemi covid-19 setelah diberikan psikoedukasi dengan skor *mean* 21.2 dan median 21.0. Skor kecemasan pasien terendah setelah diberikan psikoedukasi adalah 16 dan skor tertinggi 28, dengan 95% tingkat kepercayaan 20.4-29.1. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini membagi kecemasan menjadi 4, yaitu apabila total skor kurang dari 6= tidak ada kecemasan, total skor 7-14= kecemasan ringan, total skor 15-27= kecemasan sedang, dan total skor lebih dari 27= kecemasan berat. Dari data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa setelah mendapatkan psikoedukasi rata-rata tingkat kecemasan masyarakat menjadi sedang.

Stuart (2016) menyatakan bahwa apabila seseorang berada pada kecemasan ringan dan sedang, maka akan memberikan dampak terhadap peningkatan kapasitas. Kecemasan selama pandemi covid-19 dapat beresiko terhadap terjadinya berbagai gangguan fisik dan psikologis. Oleh karena itu masyarakat harus mengecek fakta yang benar atau dapat dipercaya, merefleksikan diri, serta memiliki pengetahuan tentang psikososial (Sari et al., 2020).

Penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan psikoedukasi tidak hanya pada masyarakat yang menghadapi pandemi covid-19 saja, tetapi juga pada berbagai situasi, seperti pada pasien yang akan dilakukan operasi. Tingkat kecemasan pada pasien pre operasi fraktur remaja mengalami penurunan dari tingkat kecemasan sedang menjadi tingkat kecemasan ringan setelah diberikan psikoedukasi (Ayuningtyas et al., 2018).

## 3. Kecemasan Masyarakat Menghadapi Pandemi Covid-19 sebelum dan setelah diberikan Psikoedukasi

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan tingkat kecemasan masyarakat dalam menghadapi pandemi covid-19 sebelum

dan setelah diberikan psikoedukasi. Rata-rata kecemasan masyarakat sebelum diberikan psikoedukasi adalah 30.3 (kecemasan berat), sedangkan setelah diberikan psikoedukasi rata-rata kecemasan turun menjadi 21.2 (kecemasan sedang). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai *p value* < 0.05. Hal ini menunjukkan ada perbedaan yang signifikan rata-rata kecemasan masyarakat menghadapi pandemi covid-19 sebelum dan setelah diberikan psikoedukasi.

Covid-19 di Indonesia saat ini berdampak bagi seluruh masyarakat. Keadaan tersebut menjadikan krisis global yang bukan hanya mengancam kesehatan masyarakat secara fisik, namun juga secara mental (Sari, 2020). Adaptasi terhadap berbagai kebiasaan baru yang dialami masyarakat akan memberikan dampak terhadap ketidakmampuan masyarakat dalam mengikuti perubahan yang akhirnya dapat menimbulkan stres. Pemberitaan mengenai peningkatan jumlah masyarakat yang terkonfirmasi positif maupun yang meninggal dunia juga memberikan dampak terhadap timbulnya kecemasan di masyarakat (Aufar&Raharjo, 2020).

Kapasitas untuk menjadi cemas diperlukan untuk bertahan hidup, tetapi tingkat kecemasan yang berat tidak sejalan dengan kehidupan. Kecemasan ringan dan sedang dapat meningkatkan kapasitas seseorang, sedangkan kecemasan tingkat berat dan panik dapat melumpuhkan atau menurunkan kapasitas seseorang (Stuart, 2016). Mendapatkan sumber informasi yang akurat dari berbagai sumber terpercaya dapat menghindari dari *misinfodemik* yang berakibat terhadap kesalahan terhadap mekanisme koping yang diambil (Vibriyanti, 2020).

Psikoedukasi dianggap penting sebagai upaya mempromosikan respon adaptif pada klien dengan kecemasan. Perawat dapat mengidentifikasi kebutuhan pendidikan kesehatan setiap klien dan kemudian merumuskan rencana untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Pendidikan kesehatan juga harus membahas aspek yang menguntungkan

dari tingkat kecemasan ringan yang dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas (Stuart, 2016).

Psikoedukasi merupakan bentuk pendidikan kesehatan yang memberikan *treatment* secara profesional dengan mengintegrasikan intervensi psikoterapeutik dan edukasi (Lukens&McFarlane, 2004). Psikoedukasi telah menjadi langkah penting dalam manajemen kecemasan dan gangguan depresi. Suatu kajian meta analisis menjelaskan bahwa psikoedukasi pasif terbukti tidak efektif mengatasi masalah psikologis, namun dapat mengurangi tanda dan gejalanya (Donker et al., 2009). Psikoedukasi pasif dapat diterapkan sebagai langkah awal intervensi di komunitas karena tergolong murah, mudah, dan cepat. Hidayatullah & Noviekayati (2018) dalam penelitiannya memberikan psikoedukasi aktif untuk mengatasi kecemasan. Hal tersebut terbukti sangat efektif dalam mengatasi kecemasan.

Berdasarkan berbagai kajian tersebut, peneliti menggunakan dua metode pemberian psikoedukasi, yaitu psikoedukasi aktif dengan memberikan informasi secara langsung kepada responden secara tatap muka dengan tetap menerapkan protokol Kesehatan serta psikoedukasi pasif dengan memberikan informasi berupa *leaflet* yang dapat dibaca responden kapan dan dimana saja. Pemberian psikoedukasi dengan kedua metode tersebut terbukti efektif menurunkan tingkat kecemasan pada masyarakat dalam menghadapi pandemi covid-19.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Psikoedukasi terbukti efektif menurunkan tingkat kecemasan masyarakat dalam menghadapi pandemi covid-19 dengan nilai rata-rata kecemasan masyarakat sebelum diberikan psikoedukasi adalah 30.3 (kecemasan berat), sedangkan setelah diberikan psikoedukasi rata-rata kecemasan turun menjadi 21.2 (kecemasan sedang). Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi Pemerintah, khususnya Perawat

Kesehatan Jiwa komunitas dalam pemberian intervensi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aufar, A. F., & Raharjo, S. T. (2020). Kegiatan Relaksasi Sebagai Coping Stress Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 2(2), 157. <https://doi.org/10.24198/jkrk.v2i2.29126>
- Ayuningtyas, V. D., Triredjeki, H., & Talib, S. T. R. (2018). Psikoedukasi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Fraktur Usia Remaja. *Jurnal Riset Kesehatan*, 7(2), 110. <https://doi.org/10.31983/jrk.v7i2.3539>
- Bachri, S., Cholid, Z., & Rochim, A. (2017). Perbedaan Tingkat Kecemasan Pasien Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan dan Pengalaman Pencabutan Gigi Di RSGM FKG Universitas Jember. *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 5(1), 138–144.
- Chandola, T., Kumari, M., Booker, C. L., & Benzeval, M. J. (2020). The mental health impact of COVID-19 and lockdown related stressors among adults in the UK. *Psychological Medicine*. <https://doi.org/10.1017/S0033291720005048>
- Donker, T., Griffiths, K. M., Cuijpers, P., & Christensen, H. (2009). Psychoeducation for depression, anxiety and psychological distress: A meta-analysis. *BMC Medicine*, 7, 1–10. <https://doi.org/10.1186/1741-7015-7-79>
- Fadli, F., Safruddin, S., Ahmad, A. S., Sumbara, S., & Baharuddin, R. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Tenaga Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Covid-19. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 6(1), 57–65. <https://doi.org/10.17509/jpki.v6i1.24546>
- Hidayatullah, R. M., & Noviekayati, I. (2018). Psikoedukasi pemahaman kecemasan dalam menghadapi ujian nasional pada anggota osis smp kelas. *Seminar*

- Nasional Call For Paper & Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 326–336. <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/semnasuntag/article/view/1681>
- Irda Sari. (2020). Analisis Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Kecemasan Masyarakat: Literature Review. *Bina Generasi : Jurnal Kesehatan*, 12(1), 69–76. <https://doi.org/10.35907/bgjk.v12i1.161>
- KemendesRI. (2021). Vaksinasi Covid-19 Lindungi Diri, Lindungi Negeri. *Kementerian Kesehatan RI*, 9, 22–50.
- Mustakim, M. (2020). Efektivitas Pembelajaran Daring Menggunakan Media Online Selama Pandemi Covid-19 Pada Mata Pelajaran Matematika. *Al Asma : Journal of Islamic Education*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.24252/asma.v2i1.13646>
- PH, L., Khoerunisa, A., Sofyan, E., Ningsih, D. K., Kandar, & Suerni, T. (2020). Gambaran kecemasan masyarakat dalam berkunjung ke pelayanan kesehatan pada masa pandemi covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa*, 2(3), 129–134.
- Ruskandi, J. H. (2021). Kecemasan Remaja pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(3), 483–492. <https://doi.org/10.37287/jppp.v3i3.530>
- Sari, I. P., Al Madya, F. O., & Isro'yah, I. (2020). Sosialisasi Mengatasi Mental Health Terdampak COVID-19 Melalui Video Edukasi. *Jurnal Abdidas*, 1(5), 458–465. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i5.103>
- Sögüt, S., Dolu, İ., & Cangöl, E. (2021). The relationship between COVID-19 knowledge levels and anxiety states of midwifery students during the outbreak: A cross-sectional web-based survey. *Perspectives in Psychiatric Care*, 57(1), 246–252. <https://doi.org/10.1111/ppc.12555>
- Vafaei, H., Roozmeh, S., Hessami, K., Kasraeian, M., Asadi, N., Faraji, A., Bazrafshan, K., Saadati, N., Aski, S. K., Zarean, E., Golshahi, M., Haghiri, M., Abdi, N., Tabrizi, R., Heshmati, B., & Arshadi, E. (2020). Obstetrics healthcare providers' mental health and quality of life during covid-19 pandemic: Multicenter study from eight cities in Iran. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 563–571. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S256780>
- Vibriyanti, D. (2020). Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan Di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 29(2), 69. <https://doi.org/10.14203/jki.v0i0.550>
- Aufar, A. F., & Raharjo, S. T. (2020). Kegiatan Relaksasi Sebagai Coping Stress Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 2(2), 157. <https://doi.org/10.24198/jkrk.v2i2.29126>
- Ayuningtyas, V. D., Triredjeki, H., & Talib, S. T. R. (2018). Psikoedukasi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Fraktur Usia Remaja. *Jurnal Riset Kesehatan*, 7(2), 110. <https://doi.org/10.31983/jrk.v7i2.3539>
- Bachri, S., Cholid, Z., & Rochim, A. (2017). Perbedaan Tingkat Kecemasan Pasien Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan dan Pengalaman Pencabutan Gigi Di RSGM FKG Universitas Jember. *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 5(1), 138–144.
- Chandola, T., Kumari, M., Booker, C. L., & Benzeval, M. J. (2020). The mental health impact of COVID-19 and lockdown related stressors among adults in the UK. *Psychological Medicine*. <https://doi.org/10.1017/S0033291720005048>
- Donker, T., Griffiths, K. M., Cuijpers, P., & Christensen, H. (2009). Psychoeducation for depression, anxiety and psychological distress: A meta-analysis. *BMC Medicine*, 7, 1–10. <https://doi.org/10.1186/1741-7015-7-79>
- Fadli, F., Safruddin, S., Ahmad, A. S., Sumbara, S., & Baharuddin, R. (2020).



- Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Tenaga Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Covid-19. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 6(1), 57–65. <https://doi.org/10.17509/jpki.v6i1.24546>
- Hidayatullah, R. M., & Noviekayati, I. (2018). Psikoedukasi pemahaman kecemasan dalam menghadapi ujian nasional pada anggota osis smp kelas. *Seminar Nasional Call For Paper & Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 326–336. <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/semnasuntag/article/view/1681>
- Irda Sari. (2020). Analisis Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Kecemasan Masyarakat: Literature Review. *Bina Generasi: Jurnal Kesehatan*, 12(1), 69–76. <https://doi.org/10.35907/bgjk.v12i1.161>
- KemendesRI. (2021). Vaksinasi Covid-19 Lindungi Diri, Lindungi Negeri. *Kementerian Kesehatan RI*, 9, 22–50.
- Mustakim, M. (2020). Efektivitas Pembelajaran Daring Menggunakan Media Online Selama Pandemi Covid-19 Pada Mata Pelajaran Matematika. *Al Asma: Journal of Islamic Education*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.24252/asma.v2i1.13646>
- PH, L., Khoerunisa, A., Sofyan, E., Ningsih, D. K., Kandar, & Suerni, T. (2020). Gambaran kecemasan masyarakat dalam berkunjung ke pelayanan kesehatan pada masa pandemi covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa*, 2(3), 129–134.
- Ruskandi, J. H. (2021). Kecemasan Remaja pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(3), 483–492. <https://doi.org/10.37287/jppp.v3i3.530>
- Sari, I. P., Al Madya, F. O., & Isro'yah, I. (2020). Sosialisasi Mengatasi Mental Health Terdampak COVID-19 Melalui Video Edukasi. *Jurnal Abdidas*, 1(5), 458–465. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i5.103>
- Sögüt, S., Dolu, İ., & Cangöl, E. (2021). The relationship between COVID-19 knowledge levels and anxiety states of midwifery students during the outbreak: A cross-sectional web-based survey. *Perspectives in Psychiatric Care*, 57(1), 246–252. <https://doi.org/10.1111/ppc.12555>
- Stuart, (2012). *Keperawatan Jiwa* : Yogyakarta : PUSTAKA BARU PRESS.
- Stuart, Gail W. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart Buku I*. (Keliat, BA., Pasaribu J; alihbahasa). Mosby: Elsevier
- Stuart, Gail W. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart Buku II*. (Keliat, BA., Pasaribu J; alih bahasa). Mosby: Elsevier
- Vafaei, H., Roozmeh, S., Hessami, K., Kasraeian, M., Asadi, N., Faraji, A., Bazrafshan, K., Saadati, N., Aski, S. K., Zarean, E., Golshahi, M., Haghiri, M., Abdi, N., Tabrizi, R., Heshmati, B., & Arshadi, E. (2020). Obstetrics healthcare providers' mental health and quality of life during covid-19 pandemic: Multicenter study from eight cities in Iran. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 563–571. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S256780>
- Vibriyanti, D. (2020). Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan Di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 29(2), 69. <https://doi.org/10.14203/jki.v0i0.550>
- World Health Organization. (2020). [www.who.int](http://www.who.int)