

PANDEMI COVID-19 DI SAMARINDA: TINGKAT KECEMASAN DAN DEPRESI PADA SISWA SMP DI KOTA SAMARINDA

COVID-19 PANDEMIC IN SAMARINDA: ANXIETY AND DEPRESSION LEVELS AMONG JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS

Oleh:

Nur Rohmah^{1*}, Agus Iswanto², Rina Tri Agustini¹

¹Departemen Promosi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman

²SMPN 39 Samarinda, Kalimantan Timur

Corresponding Author: Nur Rohmah; Email: nurrohmah@fkm.unmul.ac.id

ABSTRACT

Background: Coronavirus 2019 (Covid-19) is affecting people all over the world. Isolation, contact limits, and economic downturns are causing a dramatic transformation in the psychosocial environment, such as students who learn online. The mental health of children and adolescents could be impacted because of this case. This study aimed to measure how much anxiety and depression on students in junior high school of 24 Samarinda after more than a year of online learning. **Method:** this study was quantitative research with an online survey. About 202 students agreed to participate by filling the GAD anxiety and PHQ-9 depression questionnaires. Respondents were 54.2% female and 47.5% male. Most of them were in grade 7 (61.6%) and 37.0% of their parents work as traders. Chi-square analysis with SPSS was used in this study. **Results:** respondents reported a mild level of anxiety i.e. 68.8%, and a severe level i.e. 5.9%. And there was a mild level of depression i.e. 54.5%, and a severe level of depression level i.e. 11.9%. **Conclusion:** there was a relationship between gender and anxiety level (p -value 0.001) and gender and depression level (p -value 0.000). This study conclude that engaging the expertise of counseling and guidance teachers to develop mental health-related student education programs, and suggests need for psychosocial support and mental health services for at-risk students.

Keywords: Anxiety, Covid-19, Depression, Junior High School Students

ABSTRAK

Latar belakang: Coronavirus 2019 (Covid-19) sangat mempengaruhi kehidupan di seluruh dunia. Isolasi, pembatasan kontak, dan penghentian ekonomi memaksakan perubahan total pada lingkungan psikososial yang terkena dampak seperti pelajar yang melakukan pembelajaran secara *online*. Hal ini berpotensi mengancam kesehatan mental anak dan remaja secara signifikan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kecemasan dan depresi pada siswa SMPN 24 Samarinda setelah lebih dari satu tahun pemberlakuan pembelajaran *online*. **Metode:** metode penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan survei *online*. Adapun responden yang terlibat sebanyak 202 pelajar. Survei ini menggunakan kuesioner yang sudah di modifikasi yaitu GAD anxiety dan PHQ-9 Depression. Analisis data menggunakan Chi-square dengan SPSS. **Hasil:** sebanyak 54.2% pelajar perempuan. Sebanyak 61.6% kelas 7, dan pekerjaan dari orangtua 37.0% adalah pedagang. Responden melaporkan Tingkat kecemasan pada level ringan sebesar 68.8% dan pada level berat sebesar 5.9%, sedangkan respondent yang melaporkan tingkat depresi mereka pada level ringan sebesar 54.5% dan level berat sebesar 11.9%. **Kesimpulan:** terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat kecemasan dengan p -value 0.001, dan tingkat depresi dengan p -value 0.000. Saran dari hasil survei ini adalah perlunya dukungan psikososial dan layanan kesehatan mental bagi siswa yang beresiko dengan menggiatkan peran guru bimbingan konseling untuk membuat program pendampingan siswa terkait dengan kesehatan mental.

Kata kunci: Covid-19, Depresi, Kecemasan, Siswa SMP

PENDAHULUAN

Pandemi *coronavirus* 2019 (Covid-19) adalah krisis perawatan kesehatan yang belum

pernah terjadi sebelumnya. Hal ini menantang dan membebani institusi dan individu. Pandemi telah menciptakan kecemasan dan ketakutan

pada penyedia layanan kesehatan, mulai dari dokter dan perawat hingga profesional yang terkait dan responden lini pertama. Organisasi Kesehatan Dunia atau *World Health Organization* menyatakan epidemi virus korona sebagai pandemi. Penyakit coronavirus 2019 (Covid-19) yang sangat mempengaruhi kehidupan di seluruh dunia. Isolasi, pembatasan kontak, dan penghentian ekonomi memaksakan perubahan total pada lingkungan psikososial negara yang terkena dampak. Tindakan tersebut berpotensi mengancam kesehatan mental anak dan remaja secara signifikan. Selama fase awal wabah Covid-19 di China, lebih dari separuh responden terkena dampak psikologis sedang hingga berat, dan sekitar sepertiga melaporkan kecemasan sedang hingga berat (Wang dkk., 2020).

Pandemi ini yang menimbulkan ketakutan secara psikologis bagi seluruh lapisan masyarakat. Bahkan berdasarkan penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa fase psikologis masyarakat Indonesia berada pada tahap *growth power* (Muara dkk., 2021). Hal ini tentu mendatangkan dampak negatif bagi kesehatan mental masyarakat seperti stress, kekhawatiran, dan ketakutan masyarakat yang kemudian menyebabkan adanya konflik dalam keluarga, lingkungan, dan negara (Rifani & Rahadi, 2021).

Pada masyarakat perkotaan juga merasakan dampak besar bagi kesehatan mental mereka akibat pandemi ini. Adanya pembatasan mobilitas hingga pemberhentian

dari tempat kerja menjadi pemicu terjadinya peningkatan depresi. Di samping itu, keterbatasan alat medis juga mempengaruhi tingkat kecemasan, stres, dan depresi masyarakat (Lempang dkk., 2021). Penelitian yang dilakukan di Kota Malang, Jawa Timur juga menggambarkan bahwa pada awal masa pandemi memberikan dampak bagi kesehatan mental masyarakat setempat. Masalah kesehatan yang terjadi seperti kecemasan dan ketakutan akan terinfeksi virus. Kemudian kecemasan yang muncul akibat rasa takut kehilangan pekerjaan oleh banyak orang yang memicu terjadinya kenaikan tingkat stres dan adanya rasa putus asa (Setyaningrum & Yanuarita, 2020).

Sehubungan dengan hasil penelitian sebelumnya diketahui bahwa tingkat kecemasan remaja pada masa pandemi ini masuk pada kategori tinggi (Fitria & Ildil, 2020). Penelitian yang dilakukan di Kelurahan Patrang pada remaja madya dengan kelompok usia 14 – 16 tahun yang menjalani pembelajaran daring di tengah pandemi Covid-19, dihasilkan bahwa dominan remaja mengalami stres tingkat normal, sementara beberapa remaja lain mengalami stres tingkat ringan sampai tingkat parah (Harini, 2020).

Masalah kesehatan mental yang ditunjukkan dengan angka stres pada mahasiswa di Indonesia selama masa belajar daring yaitu rata-rata sebesar 55,1%. Sementara itu, angka kecemasan mahasiswa di Indonesia selama masa belajar daring rata-

rata sebesar 40% (Fauziyyah dkk., 2021). Di samping itu, hasil penelitian lain bahwa stres (44,56%) adalah masalah psikologis yang paling banyak dialami oleh siswa selama masa belajar jarak jauh. Berdasarkan penelitian tersebut juga didapatkan sebesar 42,27% siswa mengalami kecemasan dan 23,18% siswa yang mengalami depresi (Lindasari dkk., 2021). Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju usia dewasa (Gumantan dkk., 2021) dan perkembangan emosi remaja terutama pada usia SMP dapat dikatakan merupakan usia yang masih labil dalam menghadapi kondisi-kondisi yang tidak terduga (Tjukup dkk., 2020).

Kota Samarinda sebagai Ibu Kota dari Provinsi Kalimantan Timur dan merupakan salah satu kota Indonesia. Berdasarkan data Covid-19 pada lama resmi Kota Samarinda, diketahui bahwa tercatat 14.087 kasus terkonfirmasi, 13.350 kasus sembuh, dan 364 kasus meninggal dunia hingga saat ini (Dinkes Samarinda, 2021). Sehubungan dengan dampak pandemi Covid-19 terhadap kesehatan mental remaja khususnya usia SMP, maka perlu untuk dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai kecemasan dan depresi pada remaja khususnya siswa SMP di Kota Samarinda. Mengingat sebelumnya belum ditemukan hasil penelitian yang berkaitan dengan hal ini secara spesifik, maka diharapkan dapat memberikan gambaran tentang kondisi kesehatan mental remaja khususnya kecemasan dan depresi pada siswa di SMPN 24 Samarinda sebagai

salah satu SMP yang ada di Kota Samarinda. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kecemasan dan depresi pada siswa SMPN 24 Samarinda setelah lebih dari satu tahun pemberlakuan pembelajaran *online*.

METODE PENELITIAN

Lokasi penelitian dilakukan di SMPN 24 Samarinda. Penelitian ini menggunakan pendekatan survei *cross-sectional* untuk menilai tingkat kecemasan dan depresi siswa SMP di Kota Samarinda selama epidemi COVID-19 dengan menggunakan kuesioner *online* anonim. Hal ini dilakukan untuk meminimalisasi kontak antara peneliti dengan responden. Survei *online* ini pertama kali disebarluaskan melalui *WhatsApp Group* kemudian disebarluaskan kepada siswa-siswa mereka. Dengan sukarela, para siswa menjawab pertanyaan secara *online*. Teknik *snowball sampling* digunakan dalam penelitian ini. Pengumpulan data dilakukan dari tanggal 2 – 3 Juni 2021. Dengan menggunakan pertanyaan terstruktur yang terdiri dari umur, jenis kelamin, kelas, pekerjaan orangtua, pertanyaan tentang tingkat kecemasan siswa sebanyak 7 pertanyaan, dan pertanyaan tentang tingkat depresi siswa dengan 9 pertanyaan. Peneliti menerima tanggapan dari 212 responden, dan sepuluh responden yang tidak lengkap mengisi kuesioner. Sehingga total responden sebanyak 202 orang. Secara

keseluruhan, 173 responden menanggapi kuesioner pada hari pertama (2 Juni 2021), dan 29 responden menanggapi kuesioner pada hari kedua (3 Juni 2021).

Tingkat kecemasan dihitung dari jumlah nilai yaitu ringan dengan nilai 0-5, sedang 6-10, cukup parah 11-15, dan cemas berat 16-21. Adapun tingkat depresi dihitung dari jumlah nilai sebagai berikut: ringan 0-5, sedang 6-10, cukup parah 11-15, dan depresi berat 16-26. Statistik deskriptif dihitung untuk karakteristik sosiodemografi seperti umur, jenis kelamin, kelas, pekerjaan orangtua, variabel tingkat kecemasan, dan variabel tingkat depresi. Persentase tanggapan dihitung menurut jumlah responden per tanggapan sehubungan dengan jumlah total tanggapan dari sebuah pertanyaan. Semua tes dua sisi, dengan tingkat signifikansi $p < 0,001$. Analisis statistik dilakukan dengan menggunakan *SPSS Statistic 20.0*.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik sosiodemografi disajikan pada Tabel 1 di bawah ini. Mayoritas responden adalah pelajar perempuan (52,5%), berusia 12 - 17 tahun, dengan rata-rata usia 13 tahun sebesar 47%, kemudian 14 tahun sebesar 28%.

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

Karakter	Frekuensi (N=202)	Persentase
Umur		
11	1	0.5
12	20	9.9
13	95	47.0
14	57	28.2
15	21	10.4
16	6	3.0
17	2	1.0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	96	47.5
Perempuan	106	52.5
Kelas		
Kelas 7	124	61.4
Kelas 8	57	28.2
Kelas 9	21	10.4
Pekerjaan orangtua		
Karyawan	22	10.0
PNS	24	10.9
Pedagog	76	34.5
TNI/Polri	18	8.2
Lain-lain	80	36.4
Status Depresi		
Ringan	110	54.5
Sedang	38	18.8
Cukup parah	39	14.9
Depresi berat	24	11.9
Status Kecemasan		
Ringan	139	68.8
Sedang	29	14.4
Cukup parah	22	10.9
Cemas Berat	12	5.9

Sumber : Data Primer, 2021

Pada tabel 2 menunjukkan hasil uji analisis bivariat antara variabel jenis kelamin dengan tingkat kecemasan dan variabel jenis kelamin dengan tingkat depresi. Di mana hasil analisis menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel jenis kelamin dengan tingkat kecemasan siswa dengan nilai

p -v 0.001. Adapun variabel jenis kelamin dengan tingkat depresi siswa juga memiliki nilai p -v 0.000. Hal ini menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat kecemasan dan tingkat depresi pada siswa SMPN 24 Samarinda.

Tabel 2. Analisis bivariat hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat kecemasan dan tingkat depresi

Variabel	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)
Jenis kelamin- Tingkat kecemasan	0.227**	0.001
Jenis kelamin- Tingkat depresi	0.304**	0.000

**Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).
Sumber : Data Primer, 2021

PEMBAHASAN

Pandemi Covid-19 selama *lockdown* membawa stres bagi siswa dalam beradaptasi dengan jarak dan pembelajaran *online* (Cueto & Agaton, 2021). Selain itu, sebuah penelitian sebelumnya menunjukkan hubungan antara efek kesehatan mental dengan penutupan sekolah yang panjang karena kebijakan *lockdown* di masa pandemi pada kalangan anak-anak dan remaja (Zhang dkk., 2020). Karena kondisi pandemi, remaja di Italia yang dibatasi di dalam rumah mereka selama tiga bulan, sehingga hal ini membuat mereka merasa takut, tidak pasti, dan kesepian, yang mungkin telah meningkatkan kerentanan mereka terhadap gejala emosional-perilaku seperti kecemasan dan depresi (Muzi dkk., 2021).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan dan depresi siswa yang selama lebih dari satu tahun menjalani pembelajaran *online* pada tingkatan ringan sampai dengan berat, baik dari kecemasan maupun depresi. Sebesar 10.9% dan 5.9% responden menilai tingkat kecemasan cukup berat dan berat, sementara sebesar 14.9% dan 11.9% responden melaporkan gejala depresi cukup berat hingga berat. Prevalensi tingkat kecemasan diukur dengan GAD 7 *anxiety*, sedangkan prevalensi tingkat depresi diukur dengan PHQ-9 *Depression* yang diadaptasi dari *the Primary Care Evaluation of Mental Disorders Patient Health Questionnaire* (PRIME-MD PHQ). Penelitian yang pernah dilakukan di Iran menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental yang dialami masyarakat selama pandemi yaitu kecemasan (57,9%) dan depresi (47,9%) (Khademian dkk., 2021).

Penelitian ini juga menunjukkan adanya hubungan antara jenis kelamin dan tingkat kecemasan, begitu pun dengan jenis kelamin dan tingkat depresi. Sebuah studi sebelumnya menjelaskan bahwa jenis kelamin secara signifikan dikaitkan dengan skor kecemasan yang lebih tinggi (Savitsky dkk., 2020). Sebuah studi di Yordania mengidentifikasi bahwa siswa yang mengalami depresi sekitar 30,7% pada laki-laki, dan 50,7% pada perempuan. Selain itu, prevalensi kecemasan di kalangan siswa perempuan (46,9%) lebih besar daripada siswa laki-laki (27,6%) (Alazzam & Abuhammad, 2021).

Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa faktor genetik dan hormon reproduksi pada perempuan berperan penting dalam ekspresi perbedaan gender tersebut (Kinrys & Wygant, 2005).

Di sisi lain, diketahui bahwa jenis kelamin perempuan meningkatkan risiko tekanan psikologis (Conversano dkk., 2020). Selain itu, penelitian sebelumnya di Iran menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan, hidup dengan anggota keluarga berisiko tinggi, dan risiko yang dirasakan terkait dengan COVID-19 berkorelasi dengan tingkat depresi, kecemasan, dan stres yang lebih besar (Khademian dkk., 2021). Gejala gangguan kecemasan diketahui lebih parah pada perempuan dibandingkan pada laki-laki. Perempuan dua kali lebih berisiko mengalami gangguan kecemasan seperti gangguan panik, GAD (*Generalized Anxiety Disorder*), dan PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) dan sekitar 1,5 kali lebih berisiko terkena OCD (*Obsessive-Compulsive Disorder*) dan SAD (*Seasonal Affective Disorder*) (Mubin dkk., 2021). Sementara itu, stres akademik siswa perempuan lebih tinggi dibandingkan siswa laki-laki diduga karena perempuan lebih mudah terpengaruh oleh perasaan sedangkan laki-laki cenderung banyak menggunakan logika dalam bertindak (Astuti dkk., 2018). Selain itu, perempuan dianggap lebih sensitif terhadap emosi, serta lebih cepat peka terhadap sesuatu hal yang tidak wajar di lingkungannya (Mubin dkk., 2021).

Penelitian lain menunjukkan bahwa remaja perempuan berusia 18 tahun merasakan dampak yang lebih besar dalam krisis daripada kelompok remaja lainnya (Muara dkk., 2021). Sementara itu, pada orang dewasa Brazil, pengalaman kecemasan dan depresi lebih tinggi pada orang dewasa muda (Barros dkk., 2020). Siswa yang dominan mengalami kecemasan sedang dan berat di Kalimantan Timur juga memiliki jenis kelamin perempuan yaitu sebesar 65,7% (Ardan dkk., 2020). Studi lain yang dilakukan di Siprus juga menyebutkan bahwa siswa dengan gejala depresi dan kecemasan lebih berisiko pada siswa dan perempuan (Solomou & Constantinidou, 2020).

Sebuah studi di Kuwait menunjukkan bahwa 53,7% responden mengalami kecemasan, dan 59,6% mengalami depresi. Selain itu, jenis kelamin dan usia secara signifikan terkait dengan kecemasan dan depresi (Alsharji, 2020). Gangguan kesehatan mental paling sering terjadi antara usia 12 dan 17 tahun. Menurut temuan penelitian tentang kecemasan sebelumnya, pada 139 remaja berusia 12 hingga 19 tahun, 54% remaja memiliki kecemasan berat, 43,9% memiliki kecemasan sedang, dan 2,1% memiliki kecemasan yang lebih rendah (Fitri & Ildil, 2020). Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan pada siswa Kalimantan Timur, sebagian besar dari mereka yang menderita kecemasan sedang hingga berat berusia di bawah 20 tahun (55,6%) (Ardan dkk., 2020).

Namun demikian, tidak dalam penelitian ini di mana tidak ada hubungan antara usia dan tingkat kecemasan dan depresi, Lembaga pendidikan ini tetap melakukan aktivitas belajar mengajar seperti biasanya yaitu tatap muka berbeda dengan anjuran pemerintah yang menengaskan untuk melaksanakan kegiatan belajar mengajar dari rumah (daring). Hal ini membuat tingkat cemas akan penularan Covid-19 pada siswa (Wati, et al , 2022)

Status sebagai siswa adalah salah satu faktor yang mempengaruhi skor depresi yang lebih tinggi (Ustun, 2021). Menurut penelitian sebelumnya, siswa sekolah menengah dan sekolah asrama lebih mungkin untuk terkena masalah psikologis yang terkait dengan epidemi daripada siswa sekolah dasar dan sekolah harian (Ma dkk., 2021). Siswa merasakan berbagai gejala kesehatan mental yang disebabkan oleh beberapa alasan seperti konflik dengan keluarga mereka, pembelajaran *online*, dan kurangnya interaksi sosial secara langsung (Han, 2021). Dalam penelitian ini, tidak ada hubungan antara kelas dengan tingkat depresi dan kecemasan siswa. Hal itu bisa terjadi karena siswa selama pandemi melakukan sekolah secara *online*, sehingga interaksi antar masing-masing kelas tidak terjadi.

Karantina di rumah dapat menyebabkan efek psikologis pada orang tua atau anak-anak berdasarkan studi sebelumnya di China. Krisis kesehatan masyarakat dapat meningkatkan tingkat kecemasan pada

keduanya; orang tua tidak memiliki kesadaran akan status kesehatan mental anak-anak mereka dan peran penting dalam kesehatan mental anak-anak karena pola pengasuhan (Zhai dkk., 2015; Cui dkk., 2020). Mengenai pekerjaan orang tua, jika suami adalah pekerja sementara istri adalah pekerja rumah tangga, mereka dapat membimbing anak mereka selama belajar dari rumah (Yamamura & Tsustsui, 2021). Ketidakamanan ekonomi akibat perubahan kondisi kerja atau kehilangan pekerjaan adalah sumber utama meningkatnya stres keluarga dan risiko kekerasan dalam rumah tangga yang dirasakan, sesuai dengan kondisi (Cenat dkk., 2020; Calvano dkk., 2021). Namun demikian, ini berbeda dalam penelitian ini, di mana tidak ada hubungan antara pekerjaan orang tua dan tingkat depresi dan kecemasan responden. Hal itu bisa terjadi karena sistem pembelajaran *online*, di mana siswa belajar di rumah, sehingga terdapat keterlibatan orang tua pada aktivitas sekolah anak (Novitasari, S et al, 2021).

Sehubungan dengan menghadapi permasalahan tersebut, diperlukan kolaborasi antara guru, orang tua, dan petugas kesehatan seperti psikolog dan petugas kesehatan masyarakat. Upaya kesehatan mental harus menargetkan siswa dan orang tua mereka (de Avila dkk., 2020). Misalnya, menyeimbangkan kesehatan fisik dan psikologis karena aktivitas fisik berkaitan dengan kesehatan psikologis. Hal ini dapat meningkatkan status psikologis dan harus direkomendasikan sebagai upaya

mencegah Covid-19.³ Selain itu, orang tua harus mengelola kecemasan mereka dan anak mereka.² Selain itu, bekerja sama dengan sekolah, petugas kesehatan dapat membangun *platform* kesehatan mental untuk memberikan layanan kesehatan mental dan memecahkan masalah siswa melalui berbagai media (Quan, 2020). Sehubungan dengan upaya tindak lanjut, pihak sekolah bekerja sama dengan instansi kesehatan secara umum maupun instansi kesehatan jiwa secara khusus dapat menyelenggarakan penelitian berkaitan dengan metode *life review therapy* untuk menurunkan tingkat depresi pada siswa (Maryati & Purnamasari, 2020). Di samping itu, sekolah juga dapat melakukan penelitian menggunakan metode terapi musik klasik untuk menurunkan tingkat kecemasan pada siswa (Lina dkk, 2020).

Terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Peneliti menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu *snowball sampling* karena sumber daya yang tersedia terbatas dan urgensi waktu di masa pandemi Covid-19. Populasi penelitian tidak dapat mencerminkan pola aktual dari populasi yang lebih luas, dan prosedur pengambilan sampel ini tidak didasarkan pada pengambilan sampel secara acak. Oleh karena itu, akan lebih ideal untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel dan area yang lebih besar serta penambahan variabel seperti tingkat pendidikan orang tua, status ekonomi keluarga, riwayat Covid-19, dan akreditasi sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada SMPN 24 Samarinda, Kalimantan Timur sebagai lokasi penelitian ini.

KESIMPULAN

Jenis kelamin memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan dan depresi pada siswa SMP di Samarinda selama masa belajar *online*. Di samping itu, rentang usia, status pekerjaan orang tua, dan tingkat kelas di sekolah dapat menjadi perhatian dalam menentukan determinan masalah kesehatan mental siswa selama masa pandemi Covid-19.

Saran dari hasil survei ini adalah perlunya dukungan psikososial dan layanan kesehatan mental dengan melibatkan guru, orang tua, dan tenaga kesehatan. Salah satunya bagi siswa yang berisiko dengan cara menggiatkan peran guru bimbingan konseling untuk membuat program pendampingan siswa terkait dengan kesehatan mental di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Alazzam M, Abuhammad S. Predictors of Depression and Anxiety Among Senior High School Students During COVID-19 Pandemic: The Context of Home Quarantine and Online Education. 2021;1–8.
- Alsharji KE. Anxiety and depression during the COVID-19 pandemic in Kuwait: the importance of physical activity. Middle East Curr Psychiatry [Internet]. 2020;27(60):1–8. Available from: <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>.
- Ardan M, Rahman FF, Geroda GB. THE INFLUENCE OF PHYSICAL DISTANCE TO STUDENT ANXIETY

- ON COVID-19 , INDONESIA. *J Crit Rev.* 2020;7(17):1126–32.
- Astuti AD, Taufik T, Ildil I. Stres akademik siswa yang akan menghadapi ujian nasional berdasarkan jenis kelamin. Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Jambore Konseling 3 2018 Oct 14. Ikatan Konselor Indonesia (IKI).
- Barros MB de A, Lima MG, Malta DC, Szwarcwald CL, Azevedo RCS de, Romero D, et al. Report on sadness/depression, nervousness/anxiety and sleep problems in the Brazilian adult population during the COVID-19 pandemic. *Epidemiol e Serv saude Rev do Sist Unico Saude do Bras.* 2020;29(4):1–11.
- Calvano C, Engelke L, Di Bella J, Kindermann J, Renneberg B, Winter SM. Families in the COVID-19 pandemic: parental stress, parent mental health and the occurrence of adverse childhood experiences—results of a representative survey in Germany. *Eur Child Adolesc Psychiatry [Internet].* 2021;(March):1–13. Available from: <https://doi.org/10.1007/s00787-021-01739-0>.
- Cenat JM, Noorishad P-G, Kokou-Kpolou KC, Dalexis RD, Hajizadeh S, Guerrier M, et al. Prevalence and correlates of depression during the COVID-19 pandemic and the major role of stigmatization in low- and middle-income countries: A multinational cross-sectional study. *Jude. Psychiatry Res J.* 2020;297(January):1–7.
- Conversano C, Di Giuseppe M, Miccoli M, Ciacchini R, Gemignani A, Orrù G. Mindfulness, age and gender as protective factors against psychological distress during COVID-19 pandemic. *Front Psychol.* 2020;11(September):1–9.
- Cueto LJ, Agaton CB. Pandemic and typhoon: Positive impacts of a double disaster on mental health of female students in the Philippines. *Behav Sci (Basel).* 2021;11(5):1–12.
- Cui Y, Li Y, Zheng Y. Mental health services for children in China during the COVID-19 pandemic: results of an expert-based national survey among child and adolescent psychiatric hospitals. *Eur Child Adolesc Psychiatry [Internet].* 2020;29(6):743–8. Available from: <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01548-x>.
- de Avila MAG, Filho PTH, da Silva Jacob FL, Alcantara LRS, Berghammer M, Nolbris MJ, et al. Children's anxiety and factors related to the covid-19 pandemic: An exploratory study using the children's anxiety questionnaire and the numerical rating scale. *Int J Environ Res Public Health.* 2020;17(16):1–13.
- Dinkes Kota Samarinda [Internet]. Dinas Kesehatan Kota Samarinda. 2021. Available from: <http://dinkes.samarindakota.go.id/>.
- Fauziyyah R, Awinda RC, Besral B. Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19. *J Biostat Kependudukan, dan Inform Kesehat.* 2021;1(2):113.
- Fitria L, Ildil I. Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid -19. *J Educ J Pendidik Indones.* 2020;6(1):1.
- Gumantan, A., Nugroho, R. A., & Yuliandra, R. (2021). Learning during the covid-19 pandemic: Analysis of e-learning on sports education students. *Journal Sport Area*, 6(1), 51–58.
- Han T. Analysis on Teen Anxiety with Regard to COVID-19 Pandemic. *Adv Soc Sci Educ Humanit Res [Internet].* 2021;561:256–61. Available from: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>.
- Harini VRP (Universitas J. Gambaran Tingkat Stres Remaja pada Anak Usia Remaja selama Menjalani Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi Covid-19 di Kelurahan Patrang Kecamatan

- Patrang. Skripsi. 2020.
- Khademian F, Delavari S, Koohjani Z, Khademian Z. An investigation of depression , anxiety , and stress and its relating factors during COVID- 19 pandemic in Iran. *BMC Public Health*. 2021;21(275):1–7.
- Kinryst, G, & Wygant, L. “Anxiety disorders in women: does gender matter to treatment?”. *Rev Bras Psiquiatr*. 2005.
- Lempang GF, Walenta W, Rahma KA, Retalista N, Maluegha FJ, Utomo FI. Depresi Menghadapi Pandemi Covid-19 pada Masyarakat Perkotaan (Studi Literatur). *J Pamator*. 2021;14(1):66–71.
- Lina LF, Susanti M, A Nunik F, Wahyu H, & Efrisnal, D. (2020). Pengaruh Terapi Musik Klasik (Beethoven) terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien yang Menjalani Hemodialisa dengan Gagal Ginjal Kronik di RSUD Dr. M Yunus Bengkulu. *Jurnal Ilmiah AVICENNA*, 15(1).
- Lindasari SW, Nuryani R, Sukaesih NS. Dampak Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Psikologis Siswa Pada Masa Pandemi Covid 19 The Impact of Distance Learning on Students ' Psychology During The Covid-19 Pandemic. *JNC*. 2021;4(2).
- Ma Z, Idris S, Zhang Y, Zewen L, Wali A, Ji Y, et al. The impact of COVID-19 pandemic outbreak on education and mental health of Chinese children aged 7–15 years: an online survey. *BMC Pediatr*. 2021;21(1):1–8.
- Maryati, & Purnamasari, Eka R.W. (2020). Life Review Therapy menurunkan tingkat depresi lansia pada warga binaan sosial di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 3 Jakarta Selatan. *Jurnal Ilmiah AVICENNA*, 15(2).
- Muara T, Prasetyo TB, Rahmat HK. Psikologi Masyarakat Indonesia Di Tengah Pandemi: Sebuah Studi Analisis Kondisi Psikologis Menghadapi Covid-19 Perspektif Comfort Zone Theory. *Ristekdik J Bimbingan dan Konseling*. 2021;6(1):69.
- Mubin MF, Irianto SE, Livana PH, Mulyani S, Kuncoro A. Kecemasan dan Kepatuhan Remaja Putri Menghadapi Kebiasaan Baru pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*. 2021 Nov 28;4(4):763-70.
- Muzi S, Sansò A, Pace CS. What's Happened to Italian Adolescents During the COVID-19 Pandemic? A Preliminary Study on Symptoms, Problematic Social Media Usage, and Attachment: Relationships and Differences With Pre-pandemic Peers. *Front Psychiatry*. 2021;12(April):1–11.
- Quan L. Practical Analysis of Mental Health Assistance in Elementary and Middle Schools under COVID-19 Pandemic: A Case Study of City A in Jiangsu, China. *COVID-19 Educ*. 2020;34(3):183–93.
- Rifani DA, Rahadi DR. Ketidakstabilan Emosi dan Mood Masyarakat Dimasa Pandemi Covid-19. *J Manaj Bisnis*. 2021;18(1):22–34.
- Savitsky B, Findling Y, Erel A, Hendel T. Anxiety and coping strategies among nursing students during the covid-19 pandemic. *Nurse Educ Pract* [Internet]. 2020;46(June):1–8. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102809>
- Novitasari, S., Weti, W., Ferasinta, F. and Wati, N. (2021) “Penerapan Atraumatik Care: Audiovisual terhadap Penurunan Kecemasan pada Anak Usia Prasekolah”, *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), pp. 207-213. doi: <https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2890>.
- Setyaningrum W, Yanuarita HA. Pengaruh Covid-19 Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat Di Kota Malang. *Ilmu Sos dan Pendidik* [Internet]. 2020;4(4):7. Available from: <http://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JISIP/article/view/1580/1392>.
- Solomou I, Constantinidou F. Prevalence and Predictors of Anxiety and Depression Symptoms during the COVID-19 Pandemic and Compliance with Precautionary Measures : Age and Sex

- Matter. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;2(4924):1–19.
- Tjukup, I. K., Putra, I. P. R. A., Yustiawan, D. G. P., & Usfunan, J. Z. (2020). Penguatan Karakter Sebagai Upaya Penanggulangan Kenakalan Remaja (Juvenile Delinquency). *KERTHA WICAKSANA: Sarana Komunikasi Dosen dan Mahasiswa*, 14(1), 29-38.
- Ustun G. Determining depression and related factors in a society affected by COVID-19 pandemic. *Int J Soc Psychiatry*. 2021;67(1):54–63.
- Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. 2020.
- Wati, N., Helvia, H., Ramon, A., Yanuarti, R. and Oktarianita, O. (2022) “Pengetahuan dan Sikap terhadap Perilaku Pencegahan COVID-19”, *Jurnal Kesmas Asclepius*, 4(1), pp. 33-41. doi:https://doi.org/10.31539/jka.v4i1.3673.
- Yamamura E, Tsustsui Y. School closures and mental health during the COVID-19 pandemic in Japan. *J Popul Econ* [Internet]. 2021;(June):1–38. Available from: <https://doi.org/10.1007/s00148-021-00844-3>.
- Zhai Y, Liu K, Zhang L, Gao H, Chen Z, Du S, et al. The relationship between post-traumatic symptoms, parenting style, and resilience among adolescents in Liaoning, China: A cross-sectional study. *PLoS One*. 2015;10(10):1–14.
- Zhang L, Zhang D, Fang J, Wan Y, Tao F, Sun Y. Assessment of Mental Health of Chinese Primary School Students before and after School Closing and Opening during the COVID-19 Pandemic. *JAMA Netw Open* [Internet]. 2020;3(9):22–5. Available from: <https://jamanetwork.com/>