

Pengaruh Kesabaran terhadap Tingkat Kecemasan Wanita Dewasa Awal dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 di Kecamatan Andir

Naira Imanda Adhiraputri, Umar Yusuf Supriatna

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi
Universitas Islam Bandung
Bandung, Indonesia
naira.imandas@gmail.com

Abstract—Andir is one of the sub-districts with the highest percentage of Covid-19 sufferers in Bandung. Based on the Neurotic Disorder Database 2020 from the City Health Department of Bandung, there was an increase in anxiety sufferers and most of them are early adult women. Early adult women in Andir reported symptoms of anxiety such as headaches, indigestion, feelings of displeasure, fatigue, feeling worthless, constantly sad, depression, and fear of being infected with Covid-19. Based on the pre-survey, it was found that women of early adulthood in Andir showed a high level of patience. Based on research, patience is one of the psychological aspects that determines one's success. This study was conducted to determine how much patience contributes to anxiety. This study uses a causal method where the population is women of early adulthood in Andir. The sample of this study is 275 early adult women who were selected using Convenience Sampling Technique. The data measurement is done with a Patience measuring instrument from Umar Yusuf and an adapted HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Based on the result of a simple linear regression analysis test with a significance level of 0,05, it was obtained that $r_s = 0.245$ which indicates that there is a contributes of patience to the anxiety of early adult women in Andir by 24.5% and the contribution is negative, which means that increased patience will reduce anxiety.

Keywords— *Patience, Anxiety, Women, Covid-19.*

Abstrak—Kecamatan Andir merupakan salah satu kecamatan dengan persentase penderita Covid-19 tertinggi di Kota Bandung. Berdasarkan Database Dinas Kesehatan Kota Bandung tahun 2020 terdapat peningkatan penderita kecemasan dan sebagian besarnya merupakan wanita dari kelompok usia dewasa awal. Wanita usia dewasa awal di Kecamatan Andir melaporkan gejala kecemasan seperti sakit kepala, gangguan pencernaan, perasaan tidak senang, tidak dapat tidur dengan nyenyak, mudah merasa takut, mudah merasa lelah, perasaan tidak berharga, terus merasa sedih dan takut tertular Covid-19. Dalam prasurvey, ditemukan bahwa wanita usia dewasa awal di Kecamatan Andir menunjukkan tingkat kesabaran yang tinggi. Kesabaran merupakan salah satu aspek psikologis penentu keberhasilan seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh kesabaran terhadap kecemasan menggunakan metode kausal dimana populasinya adalah wanita usia dewasa awal di Kecamatan Andir. Sampel berjumlah 275 responden yang dipilih menggunakan Convenience Sampling. Pengukuran data dilakukan dengan Alat

Ukur Kesabaran dari Umar Yusuf dan HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) yang sudah diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Ramdan. Menggunakan analisis regresi linear sederhana dengan taraf signifikansi = 0,05 diperoleh hasil $r_s = 0,245$ dimana terdapat pengaruh kesabaran terhadap kecemasan wanita usia dewasa awal di Kecamatan Andir sebesar 24,5% dan pengaruhnya bersifat negatif yang berarti meningkatnya kesabaran akan menurunkan tingkat kecemasan.

Kata Kunci— *Kesabaran, Kecemasan, Wanita, Covid-19.*

I. PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization (2019)*, Covid-19 adalah jenis virus baru yang ditemukan pada tahun 2019 dan belum pernah diidentifikasi pada manusia sebelumnya. Covid-19 dapat menular dengan mudah karena penyebarannya sendiri berasal dari droplet air liur, bersin atau ingus orang yang positif Covid-19 (WHO, 2020a). Penularannya yang cepat dan mudah membuat dunia gempar dan WHO kemudian menetapkan virus corona sebagai pandemi pada 11 Maret 2020 (Mona, 2020)

Kasus pertama Covid-19 di Indonesia diberitahukan pada tanggal 2 Maret 2020 oleh Presiden Joko Widodo. Sejak Maret 2020, persentase kasus positif Covid-19 di Indonesia terus meningkat. Segala upaya telah dilakukan oleh pemerintah dengan memberlakukan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar), berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2020 pasal 1, PSBB adalah pembatasan kegiatan tertentu penduduk dalam suatu wilayah yang diduga terinfeksi Covid-19.

Pandemi *Covid-19* memiliki dampak yang besar pada kehidupan sehari-hari manusia. Selain berdampak pada sistem pendidikan, ekonomi, dan ketenagakerjaan, pandemi Covid-19 juga meningkatkan stress, kecemasan dan depresi (Torales et.al., 2020). Masalah kesehatan mental yang mengalami peningkatan selama pandemi Covid-19 salah satunya adalah kecemasan, terutama kecemasan atau *anxiety* akan tertular dengan penyakit Covid-19 (Hanifah et.al, 2020). Ketidakjelasan selama masa pandemi Covid-19 dapat mempengaruhi tingkat stres dan kecemasan manusia (Knowles & Olatunji, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Liu et.al

(2020) ditemukan terdapat 44,6% responden mengalami kecemasan. Dari penelitian yang sama ditemukan juga bahwa kelompok usia dewasa awal memiliki distress psikologis (kecemasan) tertinggi selama Covid-19 dibandingkan dengan kelompok usia lainnya. Di Indonesia khususnya di Kota Bandung, berdasarkan Database Gangguan Neurotik Kota Bandung Tahun 2019 dan 2020 yang ditemukan dari Dinas Kesehatan Kota Bandung menunjukkan bahwa kelompok usia dewasa awal menempati posisi pertama dengan gangguan kecemasan tertinggi dibandingkan kelompok usia lainnya. Tingginya fenomena distress pada kalangan dewasa awal, dikarenakan dewasa awal merupakan masa pencarian dan masa memantapkan identitas diri yang dipenuhi dengan masalah seperti ketegangan emosional, perubahan nilai dan penyesuaian diri pada pola hidup yang baru. Menemukan identitas diri, hidup mandiri atau lepas dari orangtua, dan membentuk nilai-nilai sendiri merupakan bentuk kematangan psikologis pada individu di masa dewasa awal (Papalia, 2015).

Pada tahun 2020, terdapat 242 orang mengalami gangguan kecemasan yang terdiri dari 134 wanita dan 108 pria. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa penderita gangguan kecemasan pada kelompok usia dewasa awal meningkat akibat pandemi Covid-19 dan wanita mengalami gangguan kecemasan lebih tinggi dibandingkan pria. Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang melaporkan bahwa perempuan menunjukkan gejala kecemasan lebih tinggi dibandingkan laki-laki (Armstrong & Khawaja, 2020). Wanita melaporkan lebih banyak tekanan emosional dan pikiran negatif dalam menanggapi pandemi Covid-19 dibandingkan pria (Liu *et al.*, 2020). Selama masa pandemi Covid-19, wanita melaporkan kekhawatiran terhadap kesehatan diri sendiri, kesehatan keluarga dan masalah keuangan (McLaren *et al.*, 2020).

Berdasarkan data dari UPT Puskesmas Garuda dan Puskesmas Babatan yang terletak di Kecamatan Andir, gejala kecemasan yang dialami oleh penderita adalah sakit kepala, gangguan pencernaan, perasaan tidak senang, tidak dapat tidur dengan nyenyak, mudah merasa takut, mudah merasa lelah, perasaan tidak berharga, terus merasa sedih dan takut tertular Covid-19 mengingat banyaknya pasien positif Covid-19 dari Kecamatan Andir.

Tinggi rendahnya kerentanan seseorang terhadap gejala kecemasan salah satunya dipengaruhi oleh kondisi psikologis seseorang, seperti kesabaran. Kesabaran merupakan kemampuan untuk menahan diri dari tindakan-tindakan yang dapat merusak diri sendiri (Umar, 2020). Individu yang sabar dapat mengalihkan diri untuk tabah ketika menghadapi masalah, tidak mudah menyerah saat menghadapi situasi sulit dan berorientasi pada tujuan (Gallagher & Lopez, 2017).

Alli-Ahmad & Jenaabadi (2018) melakukan penelitian mengenai efektifitas kesabaran dalam mengatasi kecemasan pada siswa SMA di Zahedan. Dari penelitian tersebut ditemukan bahwa kesabaran efektif dalam mengatasi kecemasan pada siswa SMA. Cerullo (2018),

menyimpulkan bahwa kesabaran merupakan salah satu faktor resiliensi atau kekuatan pribadi yang dapat mengurangi kecemasan dengan meningkatkan mindfulness. Khormaei (2015) melakukan penelitian mengenai kesabaran dan kecemasan pada pasien yang mengalami Depresi Mayor, Generalized Anxiety Disorder (GAD) dan individu normal. Hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa terdapat perubahan signifikan dalam komponen kesabaran diantara ketiga kelompok tersebut, dimana individu normal memiliki komponen kesabaran yang lebih tinggi dibandingkan individu dengan depresi atau kecemasan.

Berdasarkan hasil pra-survey mengenai tingkat kesabaran pada wanita usia dewasa awal di Kecamatan Andir ditemukan bahwa terdapat 20 responden memiliki tingkat kesabaran tinggi dari 25 responden. Wanita usia dewasa awal di Kecamatan Andir menunjukkan keteguhan, ketabahan dan ketekunan yang tinggi dalam menghadapi pandemi Covid-19. Adapun kriteria kesabaran yang ditunjukkan wanita usia dewasa awal dalam menghadapi pandemic Covid-19 adalah optimisme, tertib, daya juang, daya tahan, belajar dari kegagalan, menerima umpan balik, memiliki perencanaan dan pencapaian tujuan yang terarah.

Menurut Ibn-Qayyim al-Jauziyyah (1997) sabar dalam arti psikologis adalah menghentikan diri dari putus asa dan panik, menghentikan diri dari mengeluh, dan menghentikan aktivitas yang dapat merusak diri sendiri ketika mengalami kesedihan dan stres. Makna sabar berkaitan dengan ketabahan yaitu kemampuan seseorang untuk bertahan dalam keadaan sulit, menguasai diri karena kekhawatiran dan emosi seperti marah dan jengkel ketika berada dalam tekanan atau kesulitan (Yusuf, 2020).

Berdasarkan data yang diperoleh diatas, maka perumusan masalah untuk penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai kesabaran dan kecemasan wanita usia dewasa awal di Kecamatan Andir beserta seberapa besar pengaruh kesabaran terhadap wanita usia dewasa awal di Kecamatan Andir.

II. METODOLOGI

A. Kesabaran

Menurut Umar Yusuf (2010), sabar adalah kemampuan untuk mengatur, mengendalikan, mengarahkan (pikiran, perasaan, dan tindakan), serta mengatasi berbagai permasalahan dan kesulitan secara komprehensif dan integratif berlandaskan etika dan moral. Sabar mengandung makna yang sangat kompleks. Artinya, sabar tidak hanya mengandung makna pengendalian diri, motivasi maupun pengerahan aktivitas untuk mencapai tujuan. Namun, dalam sabar juga mengandung optimisme, keberanian untuk mengambil resiko, tidak banyak mengeluh, tidak mudah putus asa, pantang menyerah, selalu berusaha untuk mencapai tujuan, memiliki rencana tersusun, selalu antisipasi dan fokus. Kesabaran terdiri dari 3 aspek, yaitu:

1. Keteguhan: Teguh pada pendirian adalah suatu sikap dan keyakinan seseorang dalam menjalankan

kehidupannya dan berusaha dengan keras untuk mencapai apa yang diinginkan

2. **Ketabahan:** Tabah adalah kekuatan dalam menghadapi cobaan, bahaya, ujian, kesulitan (KBBI, 1991). Tabah juga diartikan tetap dan kuat hati dalam menghadapi bahaya, berani menghadapi cobaan dan kesulitan.
3. **Ketekunan:** Tekun artinya berkeras hati, teguh pada pendirian, rajin, giat, sungguh-sungguh dan terus menerus bekerja meskipun mengalami kesulitan, hambatan dan rintangan.

B. Kecemasan

Menurut Stuart (2006), kecemasan merupakan kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar yang berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan ketidakberdayaan, Keadaan emosi yang dialami tidak memiliki objek spesifik, kecemasan dialami secara subjektif dan dikomunikasikan secara interpersonal dan berada dalam suatu rentang. Terdapat beberapa aspek kecemasan yang dikemukakan oleh Stuart (2006) yaitu Perilaku, Kognitif, dan Afektif.

1. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode kausalitas non-eksperimental yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh linear antara variabel independen yaitu kesabaran (X) terhadap variabel dependen yaitu kecemasan (Y).

2. Partisipan Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah wanita usia dewasa awal di Kecamatan Andir Kota Bandung. Peneliti menggunakan Nonprobability Sampling berupa Convenience/Accidental Sampling untuk memperoleh sampel. Diperoleh 275 responden wanita usia dewasa awal berusia 18-25 tahun di Kecamatan Andir.

3. Metode Pengambilan Data dan Instrumen Pengumpulan Data

Pengambilan data dilakukan secara online dalam bentuk google form kepada responden melalui direct message di Instagram. Dalam penelitian ini terdapat 2 macam kuesioner berbentuk skala likert yang akan mengukur kesabaran dan kecemasan. Peneliti menyebarkan link google form pada instagram user yang mengikuti akun resmi Kecamatan Andir beserta kelurahan kelurahannya.

Dalam mengukur kesabaran, peneliti menggunakan Alat Ukur Kesabaran dari Yusuf (2021) yang terdiri dari 48 item pertanyaan dengan 4 jenis respon yaitu “selalu”, “sering”, “jarang” dan “tidak pernah”. Validitas alat ukur peritemnya > 0.062 dengan reliabilitas > 0.70 . Maka alat ukur ini dapat dikatakan valid dan reliabel untuk mengukur kesabaran. Terdapat 3 aspek dalam alat ukur ini, yaitu Ketabahan, Keteguhan dan Ketekunan.

Alat ukur kecemasan yang digunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) yang sudah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Ramdan (2019). Validitas alat ukur memiliki rentang 0,529 – 0,727 dengan reliabilitas 0,756. Maka alat ukur ini dikatakan valid dan reliabel untuk

mengukur kecemasan.

III. PEMBAHASAN DAN DISKUSI

A. Pengaruh Kesabaran terhadap Kecemasan

TABEL 1. PENGUJIAN HIPOTESIS

Model	Coefficients ^a				
	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficient	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	64,82	5,03		12,87	0,00
	9	5		5	0
Kesabaran	-	0,03	-0,495	-	0,00
n	0,335	6		9,408	0

a. Dependent Variable: Kecemasan

Dari tabel di atas, hasil uji t untuk menguji hipotesis diperoleh nilai t hitung = -9,408, dengan tingkat signifikansi $0,000 < 0,05$ yang berarti hipotesis diterima. Artinya terdapat pengaruh signifikan antara kesabaran terhadap tingkat kecemasan wanita usia dewasa awal di Kecamatan Andir. Arah hubungannya bersifat negatif, maka jika kesabaran meningkat akan menurunkan tingkat kecemasan.

TABEL 2. UJI REGRESI LINEAR

Model	Model Summary ^b			
	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,495 ^a	0,245	0,242	9,46369

a. Predictors: (Constant), Kesabaran

b. Dependent Variable: Kecemasan

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh R Square sebesar 0,245 yang berarti pengaruh kesabaran terhadap tingkat kecemasan wanita usia dewasa awal di Kecamatan Andir sebesar 24,5%. Berdasarkan Guilford's Empirical Rule, nilai pengaruh tersebut termasuk dalam kategori cukup erat.

B. Karakteristik Responden

TABEL 3. DATA DEMOGRAFI SUBJEK PENELITIAN

	Tingkat Kesabaran		Tingkat Kecemasan		
	Tinggi	Rendah	Tinggi	Sedang	Rendah
Usia					
≤20 Tahun	52	6	17	16	25
>20 Tahun	192	25	60	42	115
Agama					
Budha	1	0	0	0	1
Hindu	1	0	0	1	0
Islam	225	27	70	53	129
Kristen	17	4	7	4	10
Aktivitas Keagamaan					
Beribadah ke Gereja/Kuil/Vihara secara rutin	14	2	4	3	9
Beribadah Sholat 5 waktu	191	22	53	45	115
Kadang-Kadang	37	7	18	10	16
Tidak Pernah	2	0	2	0	0

Status Pernikahan					
Belum Menikah	154	23	51	41	85
Cerai	1	0	1	0	0
Menikah	89	8	25	17	55
Pendidikan					
Sedang S1	93	15	32	27	49
Sedang S2	11	3	5	1	8
SMA/SMK	41	2	10	10	23
Sederajat					
Sudah Lulus S1	98	11	29	20	60
Sudah Lulus S2	1	0	1	0	0
Pendapatan Per/Bulan					
<Rp3.000.000	75	8	26	18	39
Rp3.000.000 - Rp6.000.000	79	10	23	14	52
>Rp7.000.000	14	1	6	1	8
Belum Berpendapatan	76	12	22	25	41
Jumlah Tanggungan					
1 – 2 Orang	78	3	27	15	41
> 3 Orang	31	6	13	4	20
Tidak ada tanggungan	135	22	39	39	79

C. Gambaran Kesabaran dan Kecemasan

TABEL 4. GAMBARAN KESABARAN

Variabel - Aspek	Jumlah	Persentase
Kesabaran		
Tinggi	244	88,7%
Rendah	31	11,3%
Aspek Teguh		
Tinggi	242	88,0%
Rendah	33	12,0%
Aspek Tabah		
Tinggi	238	86,5%
Rendah	37	13,5%
Aspek Tekun		
Tinggi	215	78,2%
Rendah	60	21,8%
Total	275	100,0%

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa dari 275 sampel wanita dewasa awal di Kecamatan Andir, secara umum mayoritas sampel memiliki kategori Kesabaran yang tinggi yaitu sebanyak 244 responden (88,7%) sedangkan yang termasuk dalam kategori Kesabaran yang rendah sebanyak 31 responden (11,3%). Apabila dilihat dari aspek keteguhan, 242 responden (88,0%) memiliki kategori kesabaran tinggi dan 33 responden (12,0%) memiliki kesabaran dengan kategori rendah. Aspek ketabahan, 238 responden (86,5%) memiliki kategori kesabaran tinggi dan 37 responden (13,5%) memiliki kesabaran dengan kategori rendah. Aspek ketekunan, 215 responden (78,2%) memiliki kategori kesabaran tinggi dan 60 responden (21,8%) memiliki kesabaran dengan kategori rendah.

TABEL 5. GAMBARAN KECEMASAN

Kategori	Frekuensi	Persentase
Kecemasan Tinggi	77	28,0%
Kecemasan Sedang	48	21,1%
Kecemasan Rendah	140	50,9%
Total	275	100,0%

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa dari 275 sampel wanita dewasa, mayoritas sampel memiliki

kategori kecemasan rendah yaitu sebanyak 140 responden (50,9%), kemudian sampel memiliki kategori kecemasan berat yaitu sebanyak 7 responden (28,0%), sedangkan yang termasuk dalam kategori kecemasan sedang sebanyak 48 responden (21,1%). Artinya, sebanyak 50,9% memiliki tingkat kecemasan yang rendah dalam menghadapi situasi pandemi Covid-19.

TABEL 6. TABULASI SILANG KESABARAN DENGAN KECEMASAN

Kesabaran	Kategori Kecemasan			Total
	Tinggi	Sedang	Rendah	
Tinggi	58	55	131	244
Rendah	19	3	9	31
Total	77	58	140	275

Berdasarkan tabel di atas dapat terlihat bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kesabaran tinggi dengan tingkat kecemasan rendah yang sejalan dengan hipotesis penelitian.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Mayoritas wania usia dewasa awal di Kecamatan Andir menunjukkan tingkat kesabaran tinggi dalam menghadapi pandemi Covid-19.
2. Mayoritas wanita usia dewasa awal di Kecamatan Andir menunjukkan tingkat kecemasan rendah dalam menghadapi pandemi Covid-19.
3. Hipotesis diterima dengan pengaruh kesabaran terhadap kecemasan wanita usia dewasa awal dalam menghadapi pandemi Covid-19 di Kecamatan Andir sebesar 24.5%, dimana pengaruhnya bersifat negatif yang berarti meningkatnya kesabaran akan menurunkan tingkat kecemasan.

ACKNOWLEDGE

Terimakasih sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang terkait dengan penelitian ini, yaitu:

1. Kepada Ibu dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung, Dr. Dewi Sartika, M.Si.
2. Kepada Ibu dosen wali peneliti, Lisa Widawati, Dra., M.Si.
3. Kepada Bapak dosen pembimbing, Dr. Umar Yusuf Supriatna, Drs., M.Si.
4. Kepada seluruh responden penelitian yaitu wanita usia dewasa awal di Kecamatan Andir

DAFTAR PUSTAKA

[1] Alli-Ahmad, M., & Jenaabadi, H. (2018). The Effectiveness of Teaching the Components of Psychological Relaxation Based on the Islamic Viewpoint (Patience and Prayer) on Test Anxiety and the Resilience of First-Grade High School Students in Zahedan. *Journal Of Educational Psychology Studies*, 15(32), 185-202. Retrieved from https://jeps.usb.ac.ir/article_4421.html?lan_g=en

[2] Al-Jauziyyah, I. Q. (1997). Patience dan gratitude. Retrieved from

- <https://archie.org/details>. January 7, 2021.
- [3] Armstrong, K. A. & Khawaja, N. G. (2002) Gender Differences in Anxiety: An Investigation of the Symptoms, Cognitions, and Sensitivity towards Anxiety in a Nonclinical Population. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy* 30, 227-231.
- [4] Cerullo, Robert, "Patience and Anxiety: Mindfulness as a Mediator" (2018). University Research Symposium. 27. https://ir.library.illinoisstate.edu/rsp_urs/27
- [5] Dinas Kesehatan Kota Bandung. (2019). Database Gangguan Neurotik Kota Bandung Tahun 2019.
- [6] Dinas Kesehatan Kota Bandung. (2020). Database Gangguan Neurotik Kota Bandung Tahun 2020.
- [7] Gallagher, M.W. & Lopez, S.J. (2017) *The Oxford Handbook of Hope*, vol. 1. Oxford University Press.
- [8] Hanifah, M., Yusuf Hasan, B., Nanda Noor, F., Tatang Agus, P., & Muhammad, R. (2020). Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19. Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19.
- [9] Kamus Besar Bahasa Indonesia. (1991). Balai Pustaka: Jakarta.
- [10] Khormaei, F. (2015). The comparison of patience components among patients with major depression, generalized anxiety disorder and normal individuals. *International Journal of Behavioral Sciences*, 9(1), 77-84.
- [11] Knowles, K. A., & Olatunji, B. O. (2021). Anxiety and safety behavior usage during the COVID-19 pandemic: The prospective role of contamination fear. *Journal of anxiety disorders*, 77, 102323. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102323>
- [12] Liu, Dan and Ren, Yanping and Yan, Fang and Li, Yuqing and Xu, Xuejing and Yu, Xin and Qu, Wei and Wang, Zhiren and Tian, Baopeng and Yang, Fude and Yao, Yin and Tan, Yunlong and Jiang, Ronghuan and Tan, Shuping, Psychological Impact and Predisposing Factors of the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Pandemi on General Public in China (3/7/2020). Retrieved from <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3551415>
- [13] McLaren, H. J., Wong, K. R., Nguyen, K. N., & Mahamadachchi, K. N. D. (2020). Covid-19 and women's triple burden: Vignettes from Sri Lanka, Malaysia, Vietnam and Australia. *Social Sciences*, 9(5), 1-11. <https://doi.org/10.3390/socsci9050087>.
- [14] Mona, N. (2020). Konsep Isolasi Dalam Jaringan Sosial Untuk Meminimalisasi Efek Contagious (Kasus Penyebaran Virus Corona Di Indonesia). *Jurnal SosialHumaniora Terapan*, 2(2).
- [15] Papalia, D. E. Feldman, R. D & Martorell G. (2015). *Menyelami Perkembangan Manusia Edisi 12 Buku 2*. Jakarta: Salemba Humani.
- [16] Ramdan, I. M. (2019). Reliability and Validity Test of the Indonesian Version of the Hamilton Rating Scale (HAM-A) to Measure Work-related Stress in Nursing. *Jurnal Ners*, 14(1), 33-40. doi: <http://dx.doi.org/10.20473/jn.v14i1.10673>
- [17] Stuart, G. W. (2006). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. Mosby: Elsevier.
- [18] Torales, J., O'Higgins, M., Castaldelli-Maia, J. M., & Ventriglio, A. (2020). The Outbreak of COVID-19 Coronavirus and its Impact on Global Mental Health. *International Journal of Social Psychiatry* 66(2020), 317-320
- [19] Yusuf, Umar. (2010). *Psikologi dan Islam*. Bandung: Fakultas Psikologi UNISBA.
- [20] Yusuf, Umar. (2020). *Sabar Sebagai Psychological Strength untuk Mencapai Kesuksesan (Edisi Pertama)*. Siraja.
- [21] Halimah Dzar Nurul, Nawangsing Endah. (2021). Studi Deskriptif Mengenai Happiness pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial di Kota Bandung. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(1), 7-11.