

## Literatur Review Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Depresi Pada Remaja

Yuan Rizal sejati<sup>1\*</sup>, Ghozali<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

\*Kontak Email: [yuanrizal9499@gmail.com](mailto:yuanrizal9499@gmail.com)

Diterima:18/07/21

Revisi:30/09/21

Diterbitkan: 29/12/21

---

### Abstrak

**Tujuan studi:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak pandemi COVID-19 terhadap kesehatan mental (depresi) pada remaja.

**Metodologi:** Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Systematic Literature Review* (SLR). Adapun data yang digunakan dalam penelitian ini bersumber dari database publikasi yaitu : *Google Scholar, PubMed, Scisearch* dan PNRI dengan kata kunci pandemi COVID-19, kesehatan mental, remaja, *adolescent, depression, COVID-19 pandemic dan mental health*.

**Hasil:** Berdasarkan hasil *review* jurnal, dapat disimpulkan bahwa pandemi COVID-19 sangat berpengaruh terhadap depresi pada remaja. Perubahan pola kehidupan seperti *social distancing*, pembelajaran secara daring, sekolah ditutup dan *lockdown* juga menjadi penyebab seorang remaja menjadi depresi. Adanya perbedaan tingkat kesejahteraan ekonomi masyarakat desa dan kota mengakibatkan terbatasnya kesempatan pendidikan dan ketidakstabilan ekonomi di rumah tangga yang dapat mejadi penyebab depresi. Jenis kelamin, umur, dukungan keluarga dan sikap dapat berpengaruh terhadap depresi remaja saat pandemi.

**Manfaat:** Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian lebih lanjut dan sebagai informasi tambahan dalam bidang kesehatan.

### Abstract

**Purpose of study:** The purpose of this study was to determine the impact of the COVID-19 pandemic on mental health (depression) in adolescents.

**Methodology:** The methodology used in this research is Systematic Literature Review (SLR). The data used in this study were sourced from publication databases, namely: Google Scholar, PubMed, Scisearch and PNRI with the keywords COVID-19 pandemic, mental health, youth, adolescent, depression, COVID-19 pandemic and mental health.

**Results:** Based on the results of a journal review, it can be concluded that the COVID-19 pandemic greatly affects depression in adolescents. Changes in life patterns such as social distancing, online learning, closed schools and lockdowns are also the cause of a teenager becoming depressed. The existence of differences in the level of economic welfare of rural and urban communities results in limited educational opportunities and economic instability in households which can be the cause of depression. Gender, age, family support and attitudes can affect adolescent depression during a pandemic.

**Applications:** This research is expected to be used as material for further studies and as additional information in the health sector.

---

**Kata kunci:** Covid-19, Depresi, Kesehatan Mental, Pandemi, Remaja

### 1. PENDAHULUAN

*Corona Virus Diseases 19* (COVID-19) merupakan penyakit yang disebabkan oleh virus korona jenis baru yang pertama kali dilaporkan oleh pejabat di Kota Wuhan, Tiongkok, pada Desember 2019. Virus ini dapat mengakibatkan gangguan sistem pernafasan akut yang memiliki gejala penyakit seperti demam, batuk dan, sesak nafas (WHO, 2020). Pada Januari 2020, *World Health Organization* (WHO) menyatakan wabah penyakit COVID-19 sebagai Darurat Kesehatan Masyarakat Internasional. WHO menyatakan bahwa ada risiko tinggi penyebaran COVID-19 ke negara lain di dunia. Pada Maret 2020, WHO menilai COVID-19 dapat dikategorikan sebagai pandemi (WHO, 2020). WHO melaporkan pada tanggal 15 Febuari 2021 sebesar 108,153,741 jiwa diseluruh dunia terkonfirmasi positif COVID-19 dengan jumlah kematian sebanyak 2,381,295 jiwa (WHO, 2021).

Saat ini pandemi COVID-19 banyak menimbulkan dampak yang negatif bagi kehidupan kita sehari-hari. Salah satunya berdampak bagi kesehatan mental terutama pada remaja. Kelompok remaja menurut WHO adalah individu dalam

kelompok usia 10-19 tahun (WHO, 2018). Dalam Penelitian (Maia & Dias, 2020) menyebutkan bahwa terjadi peningkatan signifikan dalam gangguan psikologis kecemasan, depresi dan stres di kalangan mahasiswa pada periode pandemi dibandingkan dengan periode normal. Hasil ini sejalan dengan penelitian internasional lain yang menganalisis efek psikologis yang diakibatkan pandemi COVID-19. Salah satu dampak yang diakibatkan dari pandemi COVID-19 saat ini adalah gangguan kesehatan mental berupa meningkatnya jumlah kasus depresi pada remaja (Zhou et al, 2020).

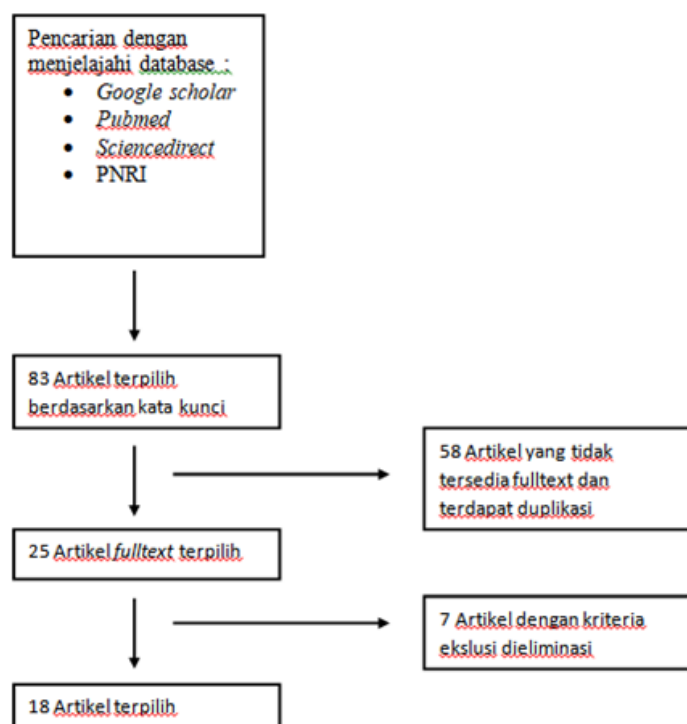
Depresi merupakan salah satu dari gangguan kesehatan mental yang biasanya ditandai dengan perasaan sedih, kehilangan minat atau kesenangan, perasaan bersalah pada diri sendiri atau rendah diri, gangguan tidur atau nafsu makan yang menurun, perasaan lelah, dan konsentrasi yang buruk (Sandmire et al., 2017). Depresi dapat menyerang semua kalangan termasuk remaja. Banyak kondisi kesehatan mental yang umumnya muncul selama masa remaja. Secara global, kecemasan dan depresi adalah salah satu penyebab utama penyakit dan kecacatan pada saat masa remaja, dengan tingkat yang lebih tinggi di antara remaja perempuan. Paling buruk, depresi dan kondisi kesehatan mental lainnya dapat menyebabkan menyakiti diri sendiri dan bunuh diri (Hinton, 2019).

Akibat dari pandemi COVID-19 pemerintah menerapkan kebijakan-kebijakan untuk mengurangi resiko penyebaran COVID-19 seperti di keluarkannya kebijakan penerapan *social distancing*, anjuran untuk tetap di barada rumah, belajar secara daring, karantina, penutupan fasilitas umum dan sekolah. Sehingga hal ini berdampak bagi remaja banyak menghabiskan waktu di dalam rumah dan kurang melakukan interaksi sosial. Pada masa pandemi COVID-19 para remaja juga merasa bosan berada dirumah, tidak memahami materi perkuliahan secara optimal, bingung dengan metode pembelajaran daring, serta merasa kemampuan dan nilainya menurun drastis (Hasanah et al. 2020), hal ini dapat memicu terjadinya kasus depresi pada remaja saat pandemi COVID-19 berlangsung.

Berdasarkan uraian di atas dengan meningkatnya data kasus positif COVID-19 yang dilaporkan sampai saat ini, serta berbagai dampak negatif dari pandemi COVID-19 yang berdampak buruk bagi kesehatan mental remaja, peneliti tertarik untuk melakukan telaah literatur terkait dampak negatif COVID-19 terhadap depresi pada remaja.

## 2. METODOLOGI

Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Systematic Literature Review* (SLR). Penelitian ini dilakukan secara sistematis dengan mengikuti aturan proses *literature review* agar terhindar dari bias pemahaman yang bersifat subjektif dari peneliti. Adapun data yang digunakan dalam penelitian ini bersumber dari database publikasi ilmiah baik nasional maupun internasional seperti *Google scholar*, *Pubmed*, PNRI, dan *Scencedirect*. Adapun skema pencarian jurnal artikel yang akan digunakan menggunakan diagram *flowchart* dengan menggunakan podoman dari PRISMA hal ini agar dapat memfilter jurnal yang akan direview.



Gambar 1: Diagram PRISMA *Flowchart*

### 3. HASIL DAN DISKUSI

#### 3.1 Hasil Literatur Review

Pencarian artikel pada database *Google scholar*, PNRI (Perpustakaan Nasional Republik Indonesia), *Pubmed*, dan *Scencedirect* dengan menggunakan kata kunci yaitu Pandemi COVID-19, kesehatan mental, remaja, *adolescent*, *depression*, *pandemic COVID-19*, dan *mental health*. Didapatkan artikel yang sesuai dengan kata kunci pencarian sebanyak 83, Setelah itu artikel diseleksi berdasarkan kelengkapan dan duplikasi disetiap artikel yang telah didapatkan. Pada proses ini sebanyak 25 artikel yang diseleksi kembali berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi sehingga didapatkan 18 artikel yang memenuhi kriteria untuk direview.

Tabel 1 : Literatur Review Jurnal

No	Penulis	Judul Penelitian	Metode	Hasil Penelitian
1.	(Lindasari, Nuryani, 2021)	Dampak Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Psikologis Siswa Pada Masa Pandemi Covid 19	Metode yang digunakan didalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif	Hasil penelitian menunjukkan (42,27%) mengalami kecemasan, (44,56%) mengalami stress dan (23,18%) mengalami depresi pada saat pandemi berlangsung.
2.	(Suhariati, 2021)	Hubungan peran keluarga dengan depresi remaja belajar daring selama pandemi COVID-19	Desain penelitian ini analitik cross sectional.	Hasil penelitian ini adalah didapatkan dari 57 responden, sebagian besar (59,6%) responden peran keluarga positif sejumlah 34, hampir setengah (47,4%) responden depresi remaja ringan sejumlah 27 remaja. Uji <i>rank spearman</i> menunjukkan bahwa nilai $p = 0,001 < \alpha (0,05)$ , sehingga $H_0$ ditolak dan $H_1$ diterima.
3.	(Santoso et al. 2020)	Tingkat Depresi Mahasiswa Keperawatan di Tengah Wabah COVID-19	metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami gangguan mood ringan sebesar (25,7%), depresi berat sebesar (12,2%), depresi rendah sebesar (8,1%), depresi sedang sebesar (0,7%), dan ekstrem sebesar (0,7%).
4.	(Andriani et al. 2021)	Pengaruh Bentuk Keluarga dan Tingkat Pendidikan Orang Tua Terhadap Tingkat Depresi Remaja di Era Pandemi Covid-19	Penelitian ini menggunakan penelitian <i>observasional analitik</i> dengan jenis pendekatan <i>cross sectional</i>	Hasil penelitian ini berdasarkan hasil uji chi square menunjukkan hasil yang signifikan dengan $OR = 2,709$ dan nilai $p = 0,019$ untuk bentuk keluarga dan didapatkan hasil yang tidak signifikan untuk tingkat pendidikan orang tua yaitu $OR = 2,040$ dan $p$ nilai = 0,137
5.	(Febrianti, 2021)	Hubungan Tingkat Depresi dan Faktor Resiko Ide Bunuh Diri pada Remaja SMPN	Penelitian ini dilakukan menggunakan desain <i>cross sectional</i> . Penelitian ini dilakukan di	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada usia 14 tahun dan berjenis kelamin perempuan, penelitian menunjukkan tingkat depresi responden mayoritas berada pada tingkat depresi minimal atau tidak ada depresi sebesar 48,9 %,

			SMPN 20 Jakarta pada rentang bulan Juni s.d Juli 2020.	ada resiko ide bunuh diri pada siswa sebesar 21,3 %, dan ada ide bunuh diri sebanyak 19 siswa (10,1%) dalam penelitian ini.
6.	(Chen et al. 2021)	<i>Depression, anxiety and associated factors among Chinese adolescents during the COVID-19 outbreak: a comparison of two cross-sectional studies</i>	Perbandingan dengan dua studi <i>cross sectional</i> ,survei pertama dilakukan pada 20-27 Februari (selama wabah COVID-19) sedangkan putaran kedua dilakukan pada 11-19 April (setelah wabah COVID-19).	depresi dan kecemasan umum terjadi di kalangan remaja di Tiongkok selama awal COVID-19
7.	(J. Zhou et al. 2020)	<i>Prevalence of depression and its correlative factors among female adolescents in China during the coronavirus disease 2019 outbreak</i>	Menggunakan metode <i>cross-sectional</i> , survei <i>online</i> nasional dilakukan selama wabah COVID-19. Depresi dinilai menggunakan <i>Center for Epidemiologic Studies Depression Scale</i> (CES-D), dan faktor korelatif depresi dianalisis.	Sebanyak 1899 peserta (39,5%) menderita depresi dengan skor CES-D > 15. Timbulnya depresi secara signifikan terkait dengan usia, kelas, pembelajaran jarak jauh, sikap terhadap COVID-19, durasi tidur, dan durasi latihan fisik sehari-hari.
8.	(Zhang et al. 2020)	<i>The Psychological Impact of the COVID-19 Pandemic on Teenagers in China</i>	Survei <i>online cross-sectional</i> menggunakan kuesioner struktural dilakukan mulai 7 April 2020 hingga 24 April 2020. Informasi demografi dan informasi umum terkait pandemi dikumpulkan. Konsekuensi psikologis dinilai dengan Skala Dampak yang Direvisi dan Skala Depresi, Kecemasan dan Stres. faktor-faktor yang mempengaruhi dinilai dengan Skala Ketahanan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa koping positif merupakan faktor protektif terhadap gejala kecemasan, depresi, dan stres pada siswa SMP dan SMA, sedangkan gaya koping negatif merupakan faktor risiko munculnya gejala kecemasan, depresi, dan stres pada kedua kelompok.

		Singkat dan Kuesioner Gaya Mengatasi.	
9.	(Zhang et al. 2020)	<i>Prevalence and social demographic correlates of psychological health problems in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19</i>	<p>Penelitian menggunakan studi <i>cross-sectional</i> dengan survei <i>online</i> untuk menilai masalah kesehatan mental dari 8 Maret hingga 15 Maret 2020. Siswa SMP dan SMA di Tiongkok berusia 12–18 tahun diundang untuk berpartisipasi dalam survei <i>online</i> melalui platform Wenjuanxing (<a href="https://www.wjx.cn/app/survey.aspx">https://www.wjx.cn/app/survey.aspx</a>).</p> <p>Analisis univariat menemukan bahwa proporsi gejala depresi pada siswa di kota lebih rendah daripada di daerah pedesaan (37,7% berbanding 47,5%), demikian pula proporsi gejala kecemasan (32,5% berbanding 40,4%). Proporsi siswa laki-laki dengan gejala depresi dan kecemasan lebih rendah dibandingkan siswa perempuan (41,7 berbanding 45,5%; 36,2% berbanding 38,4%). Gejala depresi dan kecemasan berbeda antar kelas. Dengan meningkatnya kelas (dari kelas satu SMP menjadi tiga dan dari kelas atas satu menjadi tiga), proporsi siswa dengan gejala depresi dan kecemasan meningkat</p>
10.	(Oosterhof et al. 2020)	<i>Adolescents' Motivations to Engage in Social Distancing During the COVID-19 Pandemic: Associations With Mental and Social Health</i>	<p>Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Peserta adalah 683 remaja yang tinggal di Amerika Serikat dan berusia antara 13 dan 18 tahun. Ukuran sampel minimum 600 ditentukan berdasarkan penelitian sebelumnya tentang motivasi pada remaja, dan kami melakukan <i>over sampling</i> untuk memperhitungkan potensi bias publikasi</p> <p>Hampir semua responden (98,1%) melaporkan melakukan setidaknya sedikit jarak sosial. Motivasi yang paling sering dilaporkan untuk menjaga jarak sosial berkaitan dengan tanggung jawab sosial dan tidak ingin orang lain sakit.</p>
11.	(Qi et al. 2020)	<i>The Effect of Social Support on Mental Health in Chinese Adolescents During the Outbreak of</i>	<p>Penelitian ini menggunakan studi <i>cross-sectional</i> dengan cara survei <i>online</i> untuk menilai masalah kesehatan mental</p> <p>selama merebaknya COVID-19, prevalensi gejala depresi dan kecemasan pada remaja Tiongkok yang mengikuti penelitian relatif tinggi, dan dukungan sosial menjadi faktor protektif bagi kesehatan mental remaja.</p>

		<p><i>COVID-19</i></p> <p>dari 8 Maret hingga Maret 15 Januari 2020. Kuesioner dibagikan kepada kelompok <i>WeChat</i> siswa SMP dan SMA yang berasal dari 21 provinsi dan daerah otonom melalui <i>platform</i> Wenjuanxing <a href="https://www.wjx.cn/app/survey.aspx">https://www.wjx.cn/app/survey.aspx</a></p>		
12.	(Hafstad et al. 2021)	<p><i>Adolescents' symptoms of anxiety and depression before and during the Covid-19 outbreak – A prospective population-based study of teenagers in Norway</i></p>	<p>Studi ini merupakan bagian dari studi survei <i>longitudinal</i> yang sedang berlangsung dari sampel yang <i>representatif</i> dari 9 240 anak berusia 12 hingga 16 tahun, yang bertujuan untuk menilai pengalaman penganiayaan dan hasil kesehatan dari waktu ke waktu dalam sampel remaja yang <i>representatif</i>.</p>	<p>Gejala kecemasan dan depresi sedikit meningkat pada sampel perwakilan pemuda Norwegia selama wabah Covid-19 pada musim semi 2020. Namun, perubahan ini didorong oleh peningkatan usia di antara titik penilaian, bukan oleh faktor terkait <i>pandemic</i></p>
13.	(Simin et al, 2020)	<p><i>Depression anxiety stress among gifted and talented students in Malaysia during the Movement Control Order (MCO)</i></p>	<p>Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan uji <i>independent sample t-test</i> untuk membandingkan variabel stres, depresi, dan kecemasan pada jenis kelamin laki-laki dan perempuan Partisipan .</p>	<p>Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara depresi, kecemasan, dan stress yang dialami remaja pada saat <i>pandemic</i> berlangsung.</p>
14.	(Green et al, 2021)	<p><i>Mood and emotional reactivity of adolescents during the COVID-19</i></p>	<p>Penelitian ini menggunakan metode dua ANOVA satu arah yang terpisah.</p>	<p>Ada hubungan positif antara ketidakstabilan emosi negatif (yaitu fluktuasi ketegangan dan depresi) dan paparan terhadap stresor (yaitu stres keluarga dan ketidaksetaraan <i>homeschooling online</i>) pada sampel</p>

		<i>pandemic: short-term and long-term effects and the impact of social and socioeconomic stressors</i>		remaja. Bersama-sama, penelitian ini menunjukkan kerentanan terhadap suasana hati dan reaktivitas emosional anak muda selama pandemi COVID-19, terutama bagi remaja yang mengalami lebih banyak stres.
15.	(O'Sullivan et al, 2021)	<i>A qualitative study of child and adolescent mental health during the COVID-19 pandemic in Ireland</i>	Penelitian ini Studi kualitatif ini menggunakan pendekatan <i>Interpretative Phenomenological Analysis</i> (IPA)	Anak-anak dan remaja mengalami efek kesehatan mental yang merugikan, termasuk perasaan isolasi sosial, depresi, kecemasan, dan peningkatan perilaku maladaptive
16.	(Al Omari et al, 2020)	<i>Prevalence and Predictors of Depression, Anxiety, and Stress among Youth at the Time of COVID-19: An Online Cross-Sectional Multicountry Study</i>	Penelitian ini menggunakan Desain deskriptif cross-sectional	Hasilnya mengungkapkan bahwa depresi, kecemasan, dan stres secara positif terkait dengan jumlah jam yang dihabiskan di internet setelah COVID19
17.	(Ellis, Dumas, and Forbes 2020)	<i>Physically isolated but socially connected: Psychological adjustment and stress among adolescents during the initial COVID-19 crisis</i>	Penelitian ini menggunakan studi <i>longitudinal</i> untuk mengukur depresi, stres, penggunaan internet, kesendirian, dan aktifitas fisik menggunakan skala ukur yang telah ditentukan.	Stres COVID-19 terkait dengan lebih banyak kesepian dan lebih banyak depresi, terutama bagi remaja yang menghabiskan lebih banyak waktu di media sosial. Di luar stres COVID-19, lebih banyak waktu untuk terhubung dengan teman secara virtual selama pandemi terkait dengan depresi yang lebih besar, tetapi waktu keluarga dan tugas sekolah terkait dengan lebih sedikit depresi.
18.	(Magson et al, 2021)	<i>Risk and Protective Factors for Prospective Changes in Adolescent Mental Health during the COVID-19 Pandemic</i>	Penelitian ini menggunakan studi <i>longitudinal</i> . Survei <i>online</i> menilai gejala depresi, kecemasan, dan kepuasan hidup, dan peserta' sekolah, hubungan teman sebaya dan keluarga, hubungan sosial, paparan media, stres terkait COVID-19, dan kepatuhan terhadap arahan	Hasilnya menunjukkan bahwa remaja lebih peduli tentang pembatasan pemerintah yang dirancang untuk menahan penyebaran virus, daripada virus itu sendiri, dan bahwa kekhawatiran itu terkait dengan peningkatan kecemasan dan gejala depresi, serta penurunan kepuasan hidup

---

pemerintah untuk  
tinggal di rumah  
saja.

---

Berdasarkan hasil penyeleksian artikel dari database didapatkan 18 artikel jurnal yang terdiri dari 5 artikel jurnal nasional dan 13 jurnal internasional. Artikel-artikel ini selanjutnya direview untuk mendapatkan gambaran yang diharapkan sesuai dengan tujuan dari penelitian ini. Untuk responden dalam penelitian ini adalah kelompok remaja dan metode yang digunakan yaitu diskriptif, kuantitatif, kualitatif, dan *mixed method*.

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju fase dewasa. Tentunya masa remaja ini merupakan masa manusia untuk mencari jati dirinya sehingga terdapat banyak perubahan sifat, karakter dan perubahan suasana hati yang akan berubah-ubah pada fase ini. Akan tetapi pada masa saat pandemi COVID-19 tentunya terdapat perubahan pola hidup seperti *social distancing*, *lockdown*, karantina wilayah, dan sekolah daring, sehingga hal ini dapat mempengaruhi perubahan perubahan kondisi mental remaja. Karena aktifitas yang terbatas, rasa panik, cemas, kehilangan orang yang dicinta, dan tugas sekolah yang menumpuk. Permasalahan pembelajaran secara daring adalah siswa merasa bosan di rumah, keterbatasan sinyal dan tugas yang menumpuk. hal ini dapat mengakibatkan beberapa masalah psikologis yang terjadi pada siswa seperti kecemasan, stres ataupun depresi (Lindasari et al., 2021) (Simin et al., 2020). Hal tersebut sejalan dengan penelitian (Santoso et al. 2020) yang menyebutkan bahwa terjadi peningkatan kasus depresi pada kalangan remaja. Permasalahan kesehatan mental tersebut merupakan salah satu dampak yang diakibatkan oleh pandemi COVID-19. Hal tersebut sesuai dengan penelitian (Chen et al., 2021) bahwa prevalensi depresi pada remaja adalah 36,6% sedangkan prevalensi kecemasan adalah 19%. Tingkat depresi dan kecemasan meningkat menjadi 57,0% dan 36,7% pada saat pandemi. Sejalan dengan penelitian (Zhou et al., 2020) yang menemukan bahwa 39,5% remaja putri menderita depresi selama wabah COVID-19 timbulnya gejala depresi secara signifikan terkait dengan usia, kelas, pembelajaran jarak jauh, sikap terhadap COVID-19, durasi tidur/hari, dan durasi latihan fisik. Hal ini di dukung dengan penelitian (S. J. Zhou et al., 2020) yang menyebutkan bahwa Proporsi siswa laki-laki dengan gejala depresi dan kecemasan lebih rendah dibandingkan siswa perempuan (41,7 berbanding 45,5%; 36,2% berbanding 38,4%). Didalam penelitian (Hafstad et al., 2021) menyebutkan bahwa perubahan kasus depresi didorong oleh peningkatan usia di antara titik penilaian, bukan oleh faktor terkait pandemi.

Sementara itu dalam penelitian (S. J. Zhou et al., 2020) juga menyebutkan proporsi gejala depresi pada siswa di kota lebih rendah dari pada di daerah pedesaan (37,7% berbanding 47,5, dan proporsi gejala kecemasan (32,5% berbanding 40,4%) %) hal tersebut dikarenakan adanya kesenjangan ekonomi antara masyarakat pedesaan dan perkotaan sehingga terbatasnya kesempatan pendidikan dan ketidakstabilan ekonomi dalam rumah tangga dapat menjadi stressor terjadinya depresi pada remaja (Green et al. 2021).

Pada saat pandemi berlangsung remaja mengalami efek kesehatan mental yang merugikan termasuk perasaan isolasi sosial, peningkatan kasus depresi, peningkatan kecemasan, dan peningkatan perilaku maladaptive selama pandemi COVID-19 berlangsung (O'Sullivan et al., 2021) (Qi et al., 2020). Didapatkan didalam penelitian (Oosterhoff et al., 2020) menyebutkan bahwa 98% remaja patuh terhadap *social distancing* untuk menjaga agar tidak terjadi penularan COVID-19 yang semakin menyebar hal tersebut merupakan bentuk kesadaran remaja dengan peduli dengan sesama (Magson et al., 2021). Pembatasan secara besar-besaran dan rasa depresi yang berkejang-jangan bisa menjadi pemicu remaja untuk melakukan tindakan bunuh diri didalam penelitian yang dilakukan (Febrianti & Husniawati, 2021) menyebutkan bahwa mayoritas responden berada pada usia 14 tahun dan berjenis kelamin perempuan, penelitian menunjukkan adanya tingkat depresi responden mayoritas berada pada tingkat depresi minimal atau tidak ada depresi sebesar 48,9 %, ada resiko ide untuk bunuh diri sebesar 21,3 %, ada ide untuk melakukan bunuh diri sebanyak 19 siswa (10,1%) .

Tentunya hal tersebut tidak lepas dari adanya dukungan keluarga kepada remaja dan hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Andriani et al., 2021) (Suhariati, 2021) yang menjelaskan bahwa adanya hubungan keharmonisan keluarga dengan kejadian depresi pada remaja pada saat pandemi berlangsung. Perilaku koping negatif juga berpengaruh bagi kesehatan mental remaja selama pandemi. Didalam penelitian yang dilakukan oleh (Zhang et al., 2020) menunjukkan bahwa koping positif merupakan faktor protektif terhadap gejala kecemasan, depresi, dan stres pada siswa SMP dan SMA, sedangkan gaya koping negatif merupakan faktor risiko munculnya gejala kecemasan, depresi, dan stres pada kedua kelompok.

Tidak terlepas dengan kebiasaan yang dilakukan oleh kalangan remaja yaitu kebutuhan akan akses internet seperti bermain game dan menggunakan sosial media dibandingkan dengan pada saat sebelum pandemi berlangsung remaja lebih sering mengakses internet dikarenakan aktifitas yang dilakukan dirumah serta *social distancing* menjadi pemicu meningkatnya aktifitas remaja didunia maya. hal tersebut juga menjadi salah satu pemicu terjadinya kejadian depresi pada remaja selama pandemi, didalam penelitian (Ellis, et al., 2020) (Al Omari et al., 2020) menyebutkan bahwa terdapat hubungan peningkatan kasus depresi dan stres dikarenakan meningkatnya akses internet yang dilakukan remaja selama pandemi berlangsung.

Secara keseluruhan dari jurnal yang direview dapat disimpulkan bahwa terdapat dampak pandemi COVID-19 terhadap depresi pada remaja. Dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor ekonomi, tempat tinggal, perilaku, usia, umur, dan perubahan pola kehidupan. Remaja lebih sering dirumah menghabiskan waktu dengan bermain game maupun sosial media yang tentunya hal ini bisa memicu terjadinya depresi. Adapun perilaku dukungan keluarga pada saat pandemi sangat



berpengaruh bagi kesehatan mental remaja khususnya untuk mengurangi perilaku koping negatif yang bisa menyebabkan remaja terkena gangguan depresi selama pandemi.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan dari 18 jurnal yang telah direview, dapat diambil kesimpulan bahwa pandemi COVID-19 sangat berpengaruh terhadap depresi pada remaja. Perubahan pola kehidupan seperti *social distancing*, pembelajaran secara daring, sekolah ditutup dan *lockdown* juga menjadi penyebab seorang remaja menjadi depresi. Adanya perbedaan tingkat kesejahteraan ekonomi masyarakat desa dan kota mengakibatkan terbatasnya kesempatan pendidikan dan ketidakstabilan ekonomi di rumah tangga yang dapat mejadi penyebab depresi.

Dibeberapa artikel terdapat adanya hubungan jenis kelamin dan umur terhadap kejadian depresi selama pandemi. Perilaku dukungan sikap oleh remaja terhadap perilaku sosial distancing diakarenakan kesadaran diri sendiri dan tidak ingin melukai orang lain. Serta dukungan keluarga membuat perilaku koping positif kepada remaja sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja.

#### SARAN DAN REKOMENDASI

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi dan informasi bagi para peneliti selanjutnya untuk meningkatkan dan menambah ilmu baru.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada proyeksi KDM (Kolaborasi Dosen Mahasiswa) Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang memberikan dukungan untuk menyelesaikan skripsi mahasiswa dan penerbitan.

#### REFERENSI

- Andriani, J A, Y A Romadhon, E Herawati, and ... 2021. "Pengaruh Bentuk Keluarga Dan Tingkat Pendidikan Orang Tua Terhadap Tingkat Depresi Remaja Di Era Pandemi Covid-19." *Proceeding of The ...*: 222–27. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1327>.
- Chen, Xu et al. 2021. "Depression, Anxiety and Associated Factors among Chinese Adolescents during the COVID-19 Outbreak: A Comparison of Two Cross-Sectional Studies." *Translational Psychiatry* 11(1). <http://dx.doi.org/10.1038/s41398-021-01271-4>.
- Ellis, Wendy E., Tara M. Dumas, and Lindsey M. Forbes. 2020. "Physically Isolated but Socially Connected: Psychological Adjustment and Stress among Adolescents during the Initial COVID-19 Crisis." *Canadian Journal of Behavioural Science* 52(3): 177–87.
- Febrianti, Dwinara, and Neli Husniawati. 2021. "Hubungan Tingkat Depresi Dan Faktor Resiko Ide Bunuh Diri Pada Remaja SMPN." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 13(1): 85–94.
- Green, Kayla H. et al. 2021. "Mood and Emotional Reactivity of Adolescents during the COVID-19 Pandemic: Short-Term and Long-Term Effects and the Impact of Social and Socioeconomic Stressors." *Scientific Reports* 11(1): 1–14. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-90851-x>.
- Hafstad, Gertrud Sofie, Sjur Skjørshammer Sætren, Tore Wentzel-Larsen, and Else-Marie Augusti. 2021. "Adolescents' Symptoms of Anxiety and Depression before and during the Covid-19 Outbreak – A Prospective Population-Based Study of Teenagers in Norway." *The Lancet Regional Health - Europe* 5: 100093.
- Hasanah, Uswatun, Nuri Luthfiatil Fitri, Supardi Supardi, and Livana PH. 2020. "Depression Among College Students Due to the COVID-19 Pandemic." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 8(4): 421.
- Hinton, Rachael. 2019. "Adolescent Mental Health: Time for Action." *WHO* (8): 5. <https://www.who.int/pmnch/knowledge/publications/AMH.pdf?ua=1>.
- Lindasari, Sri Wulan, Reni Nuryani, and Nunung Siti Sukaesih. 2021. "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." 4(2).
- Magson, Natasha R. et al. 2021. "Risk and Protective Factors for Prospective Changes in Adolescent Mental Health during the COVID-19 Pandemic." *Journal of Youth and Adolescence* 50(1): 44–57. <http://dx.doi.org/10.1007/s10964-020-01332-9>.
- Maia, Berta Rodrigues, and Paulo César Dias. 2020. "Anxiety, Depression and Stress in University Students: The Impact of COVID-19." *Estudos de Psicologia (Campinas)* 37: 1–8.
- O'Sullivan, Katriona et al. 2021. "A Qualitative Study of Child and Adolescent Mental Health during the COVID-19 Pandemic in Ireland." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18(3): 1–15.
- Al Omari, Omar et al. 2020. "Prevalence and Predictors of Depression, Anxiety, and Stress among Youth at the Time of

- COVID-19: An Online Cross-Sectional Multicountry Study.” *Depression Research and Treatment* 2020(March).
- Oosterhoff, Benjamin et al. 2020. “Adolescents’ Motivations to Engage in Social Distancing During the COVID-19 Pandemic: Associations With Mental and Social Health.” *adolescent health* 290(January): 19–21.
- Qi, Meng et al. 2020. “The Effect of Social Support on Mental Health in Chinese Adolescents During the Outbreak of COVID-19.” (January).
- Sandmire, H. F., S. D. Austin, and R. C. Bechtel. 2017. “Experience with 40,000 Papanicolaou Smears.” *Obstetrics and Gynecology* 48(1): 56–60.
- Santoso, Agus et al. 2020. “Tingkat Depresi Mahasiswa Keperawatan Di Tengah Wabah COVID-19.” *Holistic Nursing and Health Science* 3(1): 1–8.
- Simin, Noorsyakina et al. 2020. “Depression Anxiety Stress among Gifted and Talented Students in Malaysia during the Movement Control Order (MCO).” *Journal of Critical Reviews* 7(11): 743–45.
- Suhariati, Hindyah Ike. 2021. “Hubungan Peran Keluarga Dengan Depresi Remaja Belajar Daring Selama Pandemi COVID-19.” 19(1): 6.
- WHO. 2018. Department of Child and Adolescent Health and Development *Handout for Module A Introduction*. [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/documents/pdfs/9241591269\\_op\\_handout.pdf](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/documents/pdfs/9241591269_op_handout.pdf).
- . 2020. “Mental Health and Psychosocial Considerations During COVID-19 Outbreak.” *World Health Organization* (January): 1–6. [file:///C:/Users/muled/Downloads/COVID referances/Mental health and psychosocial considerations during the.pdf](file:///C:/Users/muled/Downloads/COVID%20referances/Mental%20health%20and%20psychosocial%20considerations%20during%20the.pdf).
- . 2021. “WHO COVID-19 Global Table Data February 2nd 2021 at 9.”
- World Health Organization. 2020. “Covid-19 Situation Report.” *World Health Organization* 31(2): 61–66.
- Zhang, Caiyun et al. 2020. “The Psychological Impact of the COVID-19 Pandemic on Teenagers in China.” *journal of adolescent health* (January): 747–55.
- Zhou, Jiaojiao et al. 2020. “Prevalence of Depression and Its Correlative Factors among Female Adolescents in China during the Coronavirus Disease 2019 Outbreak.” *Globalization and Health* 16(1): 1–6.
- Zhou, Shuang Jiang et al. 2020. “Prevalence and Socio-Demographic Correlates of Psychological Health Problems in Chinese Adolescents during the Outbreak of COVID-19.” *European Child and Adolescent Psychiatry* 29(6): 749–58. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01541-4>.