

## Literature Review Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Stress Pada Remaja

Lestiani Aulia Hasmy<sup>1\*</sup>, Ghozali<sup>2</sup>

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

\*Kontak Email: [auliahasmy04@gmail.com](mailto:auliahasmy04@gmail.com)

Diterima : 22/08/21 Revisi: 28/08/21 Diterbitkan: 19/04/22

---

### Abstrak

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

**Metodologi:** Metodologi yang digunakan pada penelitian kali ini adalah *Systematic Literature Review* (SLR). Data yang digunakan dalam penelitian bersumber dari database publikasi ilmiah *Google Scholar*, *PubMed*, *Scienscedirect* dan *Wiley Online* dengan kata kunci pandemi COVID-19, kesehatan mental, remaja, *adolescent*, stress, COVID-19 *pandemic* dan *mental health*.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa baik negara maju maupun berkembang menampilkan hasil yang serupa yakni terdapat hubungan antara dampak pandemi COVID-19 terhadap stress pada remaja, stres yang dialami oleh remaja dimasa pandemi berlangsung diakibatkan oleh beberapa faktor. Perubahan sistem pembelajaran menjadi daring, rasa bosan, khawatir serta cemas akan tertularnya COVID-19 merupakan beberapa faktor diantaranya.

**Manfaat:** Penelitian *Literature Review* 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 (stress) in adolescents

**Methodology:** The methodology used in this research is *Systematic Literature Review* (SLR). The data used in the study was sourced from the publication database of *Google Scholar*, *PubMed*, *Scienscedirect* and *Wiley Online* with the keywords COVID-19 *pandemic*, mental health, youth, youth, stress, COVID-19 *pandemic* and *mental health*.

**Results:** The results showed that both developed and developing countries showed similar results, namely that there was a relationship between the impact of the COVID-19 pandemic on stress in adolescents, stress experienced by adolescents during the pandemic caused by several factors. Changes of system learning, boredom, worry about contracting COVID-19 are several factors including

**Applications:** This literature review is expected to serve as material for further studies and as additional information in the health sector.

---

**Kata Kunci:** *Pandemi, Stress, Kesehatan mental, Covid-19, Remaja*

## 1. PENDAHULUAN

*Corona Virus Disease-19* (COVID-19) merupakan penyakit yang disebabkan atau terjadi akibat infeksi virus corona yang menyerang sistem pernafasan. Virus ini pertama kali diidentifikasi berasal dari Kota Wuhan, Provinsi Hubei, China pada tanggal 1 Desember 2019 dan ditetapkan oleh *World Health Organization* (WHO) sebagai pandemi pada 11 Maret 2020. Saat ini jutaan penduduk diseluruh dunia telah terkonfirmasi COVID-19. COVID-19 telah menyebar keseluruh belahan

dunia salah satunya di Indonesia. WHO melaporkan pada tanggal 2 Februari 2021 sebesar 102,942,987 jiwa di seluruh dunia terkonfirmasi COVID-19 dengan jumlah kematian sebesar 2,232,233 jiwa (WHO, 2021).

Dampak negatif yang diakibatkan oleh pandemi COVID-19 tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik namun berdampak negatif juga pada kesehatan mental, khususnya pada remaja. Menurut WHO remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun (WHO, 2020). Sedangkan dalam peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia remaja didefinisikan sebagai penduduk dengan rentang usia 10 hingga 18 tahun (Ellysa, 2017). Dampak psikologis yang terjadi selama pandemi COVID-19 diantaranya adalah stress, depresi, anxiety disorder, trauma dan obsessive compulsive disorder (Riyadi, 2021).

Stres sendiri dapat didefinisikan sebagai tingkat dimana diri merasa tidak mampu mengatasi segala sesuatu atau hal sebagai akibat dari tekanan yang tidak terkendali (Mental Health Foundation, 2021). Sedangkan menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (kemenkes RI) stress adalah keadaan ketika seseorang mengalami tekanan yang sangat berat, baik secara emosi maupun mental (Kemenkes, 2018). Menurut data Kementerian Riset dan Teknologi (Kemendiknas) sebesar 55% masyarakat di Indonesia mengalami stress, dengan kategori tingkat stress sangat berat sebesar 0,8% dan stress ringan sebesar 34,5% (Direja, 2020).

Pandemi COVID-19 berdampak negatif juga pada sektor lain seperti ekonomi, sosial dan pendidikan. Sejak terjadinya COVID-19 pemerintah telah menerbitkan berbagai kebijakan seperti isolasi sosial, anjuran untuk tetap berada di rumah, karantina seluruh masyarakat hingga penutupan institusi. Institusi pendidikan merupakan salah satu institusi yang diwajibkan tutup oleh pemerintah. Remaja menjadi salah satu kelompok yang sangat merasakan dampak pandemi COVID-19 karena pembelajaran yang dilakukan secara tatap muka berubah menjadi daring. Perkuliahan yang dilakukan secara daring membuat mahasiswa mengalami kesulitan beradaptasi. Perubahan inilah yang menjadi salah satu penyebab timbulnya gangguan stress pada remaja selama pandemi COVID-19 (Livana et al., 2020).

Selain itu, himbauan pemerintah untuk tetap berada di rumah selama pandemi COVID-19 menjadi salah satu penyebab stress pada remaja. Meski tetap berada di rumah menjadi kesempatan untuk dapat berkumpul bersama keluarga, namun bagi remaja yang tidak memiliki hubungan baik dengan keluarganya dapat semakin memperkuat potensi stress selama berada di rumah (Moh, 2020). Melihat banyaknya kasus COVID-19 yang dilaporkan oleh WHO, serta berbagai dampak negatifnya khususnya pada kesehatan mental remaja. Peneliti tertarik untuk melakukan telaah literatur terkait dampak negatif COVID-19 terhadap kesehatan mental khususnya stress pada remaja.

## 2. METODELOGI

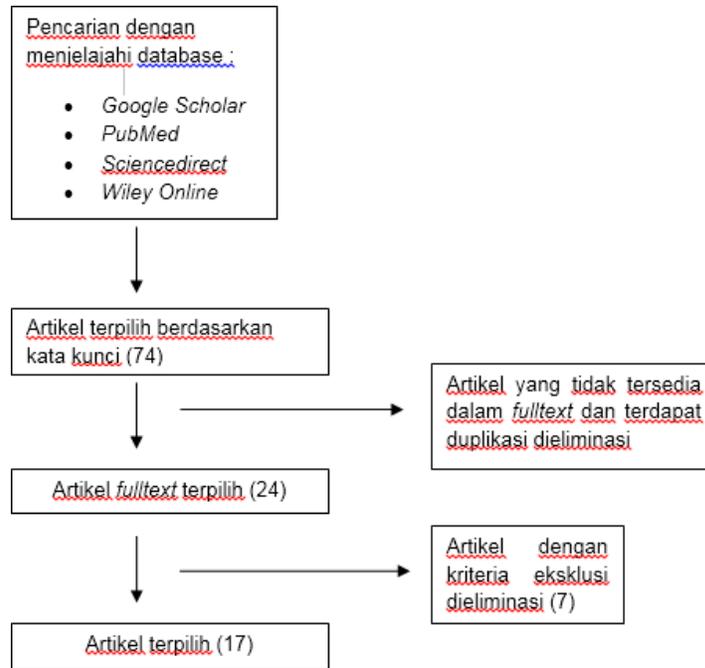
Metodologi yang digunakan pada penelitian kali ini adalah *Systematic Literature Review* (SLR). Penelitian dilakukan secara sistematis dengan mengikuti aturan proses literatur review guna terhindar dari bias pemahaman yang bersifat subjektif dari peneliti. Penyeleksian literatur pada penelitian kali ini dilakukan dengan menggunakan metode PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analysis*). Data yang digunakan dalam penelitian bersumber dari database publikasi ilmiah baik nasional maupun internasional seperti *Google Scholar*, *PubMed*, *Scisearch* dan *Wiley Online*.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1. Hasil Penyeleksian Literatur

Hasil penelusuran artikel yang dilakukan pada database *Google Scholar*, *PubMed*, *Scisearch* dan *Wiley Online* dengan kata kunci pandemi COVID-19, kesehatan mental, remaja, *adolescent*, stress, COVID-19 *pandemic* dan *mental health* memperoleh sebanyak 74 artikel yang sesuai dengan kata kunci. Tahap selanjutnya artikel diseleksi untuk

memastikan tidak adanya duplikasi artikel, serta diseleksi untuk memastikan kelengkapan artikel dan menyisakan 24 artikel *fulltext* terpilih. Kemudian artikel diseleksi kembali berdasarkan kriteria inklusi, pada tahap ini terdapat 7 artikel dengan kriteria eksklusi didalamnya, sehingga menyisakan 17 artikel terpilih untuk di *review*.



Gambar 1: Skema Pencarian dan Penyeleksian Literatur

**3.2. Hasil Literatur Review**

Tabel 1: Literatur Riview Jurnal

No	Penulis	Judul Penelitian	Metode	Hasil Penelitian
1	(Funsu Andiarna , 2020)	Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stress Akademik Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19	Penelitian yang dilakukan merupakan observasional analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Hasil uji analisis logistik menunjukkan bahwa pembelajaran daring dapat mempengaruhi stress akademik selama pandemi COVID-19. Pemberian tugas dalam jumlah yang banyak, pembelajaran yang kurang efektif serta hambatan dalam pelaksanaan pembelajaran dapat menimbulkan rasa khawatir sehingga terjadi stress akademik.

2	(Harahap et al., 2020)	Analisis Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa COVID-19	Penelitian menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif.	Penelitian yang dilakukan terhadap 300 mahasiswa menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami stress dengan kategori sedang selama pembelajaran jarak jauh.
3	(Nasrudin, Umi Azizah, 2020)	Dampak Isolasi Sosial Selama Pandemi COVID-19 Terhadap Remaja : Aktifitas, Emosional, Stress-Adaptasi dan Strategi Koping Remaja Selama Pandemi COVID-19 di Indonesia	Penelitian menggunakan desain penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Hasil penelitian yang dilakukan terhadap remaja yang ada di Indonesia menunjukkan bahwa sebanyak 36 remaja mengalami stress ringan akibat ketidakpastian masa depan karena COVID-19, stress sedang sebanyak 30 responden akibat perubahan kegiatan sehari-hari, dan stress sangat ringan sebanyak 77 responden akibat dari kekhawatiran terhadap anggota keluarga yang tertular COVID-19
4	(Kusuma et al., 2020)	Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa Profesi Ners Universitas Kusuma Husada Surakarta Selama <i>Study From Home</i> (SFH) di Masa Pandemi COVID-19	Penelitian yang dilakukan merupakan deskriptif kuantitatif dengan metode penelitian survei deskriptif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 60 responden (48,4%) tidak mengalami stress, 50 responden (40,4) mengalami stress ringan, 6 responden (6,5) mengalami stress sedang dan 8 responden (8%) mengalami stress berat
5	(Yarrington et al., 2021)	<i>Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health among 157,213 Americans</i>	Penelitian menggunakan data dari aplikasi kesehatan mental (youper).	Hasil penelitian menunjukkan bahwa selama pandemi COVID-19 perasaan sedih, depresi meningkat namun kecemasan dan stress menurun
6	(Tee et al., 2020)	<i>Psychological Impact of COVID-19 pandemic in the Philippines</i>	Penelitian kuantitatif, responden dikumpulkan dengan metode <i>snowball</i> , analisis data dilakukan menggunakan SPSS	Hasil penelitian menunjukkan pada skala stress ringan sebanyak (26,4%), stress sedang (9,5%) dan stress berat sebesar (3,9%)

7	(Kujawa et al., 2020)	<i>Exposure to COVID-19 Pandemic Stress : Associations with Depression and Anxiety in Emerging Adults in The United States</i>	Responden dikumpulkan melalui platform <i>online CloudResearch</i> menggunakan <i>Mechanical Turk</i> (Mturk) Toolki. Analisis data menggunakan uji-t independen dan uji levene pada SPSS	Hasil penelitian menunjukkan bahwa peristiwa stres pada remaja sangat lazim dibulan Mei, terutama pada perempuan, dan kulit hitam. Gejala depresi dan kecemasan tinggi secara keseluruhan, tetapi menurun pada penilaian tindak lanjut
8	(Murata et al., 2021)	<i>The Psychiatric Sequelae of The COVID-19 Pandemic in Adolescents, Adults, and Health Care Workers</i>	Responden dikumpulkan melalui <i>online</i> survei pada sosial media <i>facebook</i> dan <i>instagram</i> dari 27 April hingga 1 Juli Perekrutan juga dilakukan melalui University of Pittsburgh, University of Pittsburgh Medical Center, dan sistem perawatan kesehatan lain di sekitar Pittsburgh	Hasil penelitian menunjukkan bahwa meningkatnya gejala kejiwaan yang signifikan secara klinis diakibatkan oleh dampak dari pandemi COVID-19. Kesepian dapat menjadi salah satu faktor meningkatnya gangguan kejiwaan pada remaja
9	(Simin et al., 2020)	<i>Depression Anxiety Stress Among Gifted and Talented Students in Malaysia During The Movement Control Order (Mco)</i>	Penelitian kuantitatif, analisis data menggunakan SPSS dengan uji <i>independent samples t-test</i>	Hasil penelitian menunjukkan sebesar (11.6%) mengalami stress ringan, (15.2%) stress sedang, (15.1%) stress berat dan (7.1%) stress sangat berat.

10	(Amendola et al., 2021)	<i>Mental health of Italian Adults During COVID-19 Pandemic</i>	<i>Hierarchical multiple regressions</i> digunakan untuk memeriksa beragam faktor kontekstual psikososial dan stress yang berkaitan dengan gejala psikopatologi	Hasil penelitian menunjukkan bahwa gangguan kesehatan mental lebih banyak dialami oleh perempuan jika dibandingkan dengan laki-laki. Usia, kemampuan untuk beradaptasi dengan situasi baru dan sikap untuk mengatasi penyakit berhubungan dengan gejala kesehatan mental.
11	(Banna et al., 2020)	<i>The impact of the COVID-19 Pandemic on The Mental Health of The Adult Population in Bangladesh: a Nationwide cross-sectional Study</i>	Penelitian dengan design <i>Cross Sectional</i> , rekrutmen sampel dilakukan melalui <i>online</i> pada media sosial	Hasil penelitian menunjukkan pandemi COVID-19 berdampak negatif terhadap aktifitas kehidupan dan dapat berpengaruh pada kesehatan mental, pekerjaan, ekonomi dan pendidikan
12	(Adrian et al., 2021)	Hubungan Belajar <i>Online</i> di Masa Pandemi Covid 19 dengan Tingkat Stress Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Baiturrahim Jambi	Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Hasil penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa Jambi tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran yang dilakukan secara <i>online</i> berhubungan dengan kejadian stress pada mahasiswa.
13	(Meliya Apriyani, 2021)	Gambaran Tingkat Stress pada Remaja Selama Pandemi COVID-19	Penelitian deskriptif dengan metode survei deskriptif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja mengalami stress saat pandemi COVID-19 dengan gambaran tingkat stress menunjukkan bahwa 28,6% tidak stress, 31,8% stress ringan, 34,4% stress sedang dan 4,2% stress berat.

14	(Zhang et al., 2020)	<i>The Psychological Impact of the COVID-19 Pandemic on Teenagers in China</i>	Penelitian menggunakan <i>cross-sectional online survey</i>	Hasil penelitian menunjukkan selama pandemi COVID-19 di China, lebih dari seperlima siswa SMP dan SMA mengalami gangguan kesehatan mental. Hasil penelitian menunjukkan bahwa coping stress yang tidak tepat merupakan faktor risiko terjadinya stress
15	(Qi et al., 2020)	<i>Physical Activity, Health-Related Quality of Life, and Stress among the Chinese Adult Population during the COVID-19 Pandemic</i>	Penelitian menggunakan <i>cross-sectional online survey</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pandemi COVID-19 berhubungan dengan aktifitas fisik dan stress pada remaja di China
16	(Hidayah et al., 2020)	Tingkat Stres dan Strategi Koping Mahasiswa Keperawatan di Masa Pandemi Covid19	Penelitian merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif analitik. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan tehnik sampling <i>purposive sampling</i> dan <i>consecutive sampling</i>	Hasil penelitian menunjukkan 27% mahasiswa memiliki tingkat stress sedang dan sekitar 5% mahasiswa mengalami stress berat selama masa pandemi COVID-19
17	(Hamaid et al., 2021)	<i>Depression, anxiety and stress among undergraduate students during COVID-19 outbreak and "home-quarantine"</i>	Penelitian kuantitatif <i>cross-sectional</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor depresi, kecemasan dan stress berada pada tingkat sedang. Kolerasi ditemukan antara depresi, stress dan kecemasan dengan kesehatan dan gaya hidup.

Tinjauan pustaka yang dilakukan terhadap 7 jurnal nasional dan 10 jurnal internasional menunjukkan bahwa pandemi COVID-19 berdampak negatif pada kesehatan mental khususnya stress pada remaja. Baik Negara maju dan berkembang menunjukkan hasil yang serupa yakni terdapat hubungan antara pandemi COVID-19 dengan kejadian stress pada remaja.

Penelitian yang dilakukan di Indonesia menunjukkan bahwa pandemi COVID-19 yang berdampak negatif pada bidang pendidikan dapat menjadi salah satu stressor stress pada remaja. Perubahan proses belajar yang dilakukan secara daring menjadi salah satu stressor stress akademik bagi para pelajar di Indonesia. Terdapat beberapa hambatan yang dialami oleh pelajar khususnya pelajar yang tinggal di daerah dengan keterbatasan sinyal internet. Pembelajaran jarak jauh dinilai kurang efektif dalam pelaksanaannya, selain itu pemberian tugas dalam jumlah yang banyak dengan waktu pengerjaan yang singkat dapat memperkuat potensi terjadinya stress. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya, (Funsu Andiarna, 2020) dalam hasil penelitiannya menunjukkan bahwa pembelajaran daring berpengaruh terhadap stress pada remaja. Hasil penelitian ini jugasejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Harahap et al., 2020), (Adrian et al., 2021) (Kusuma et al., 2020) dan (Hidayah et al., 2020), dalam penelitiannya yang dilakukan terhadap mahasiswa mendapati bahwa mahasiswa mengalami stress selama perubahan proses pembelajaran berlangsung. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Nasrudin & Umi Azizah, 2020) menjelaskan bahwa stressor yang dihadapi remaja selain perubahan metode belajar yaitu diantaranya merasa kesepian, khawatir akan masa depan, perubahan kegiatan sehari-hari hingga kekhawatiran akan kesehatan anggota keluarga dan diri sendiri.

Tidak hanya di Indonesia, di negara berkembang lainnya, pembelajaran daring yang terjadi selampandemi COVID-19 memberikan dampak terhadap kejenuhan yang terjadi kepada pelajar, penelitian yang dilakukan oleh (Simin et al., 2020) terhadap remaja di Malaysia menunjukkan bahwa pelajar mengalami stress selama pandemi COVID-19.

Tidak berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan di Indonesia maupun negara berkembang lainnya, penelitian yang dilakukan di Filipina menampilkan hasil yang serupa, perasaan bosan, khawatir dan cemas menjadi salah satu stressor pada remaja di Filipina (Tee et al., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh (Banna et al., 2020) di India yang merupakan negara dengan kasus positif yang tinggi menunjukkan bahwa dampak negatif yang dihasilkan oleh pandemi COVID-19 tidak hanya berdampak pada aktifitas kehidupan, pekerjaan, ekonomi namun juga pada kesehatan mental khususnya stress pada remaja.

Penelitian yang dilakukan di China menunjukkan bahwa strategi *coping* stress yang tidak tepat merupakan faktor risiko terjadinya stress pada remaja selama pandemi (Zhang et al., 2020). Penelitian serupa yang dilakukan di China menunjukkan bahwa stress yang terjadi pada remajadi China merupakan dampak negatif dari pandemi COVID-19 (Qi et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan di Negara maju menampilkan beragam stressor pada remaja, penelitian yang dilakukan di US menampilkan hasil penelitian yang serupa dengan beberapa negara berkembang lainnya. Rasa bosan, khawatir dan cemas akan tertularnya COVID-19 menjadi stressor pada remaja (Murata et al., 2021). Penelitian yang dilakukan oleh (Yarrington et al., 2021) dan (Kujawa et al., 2020) menjelaskan bahwa stress yang terjadi pada remaja di Amerika hanya terjadi pada minggu pertama. Hal ini dapat terjadi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah kelompok yang paling terdampak COVID-19 adalah orang tua dan tenaga kesehatan, sebaliknya remaja bukan merupakan kelompok yang paling terpengaruh pandemi COVID-19. Selain itu, besar kemungkinan remaja meremehkan risiko yang terjadi akibat pandemi. Di negara maju lainnya, penelitian yang dilakukan oleh (Amendola et al., 2021) menyatakan bahwa sikap dan pengetahuan terkait *coping* stress dapat berpengaruh terhadap terjadinya stress, penelitiannya yang dilakukan terhadap remaja Italia menyatakan bahwa kemampuan untuk beradaptasi dengan situasi baru dan sikap untuk mengatasi penyakit berhubungan dengan gejala kesehatan mental.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil *review* jurnal, dapat diambil kesimpulan bahwa baik negara maju maupun berkembang menampilkan hasil yang serupa yakni terdapat hubungan antara dampak pandemi COVID-19 terhadap stress pada remaja, stress yang dialami oleh remaja dimasa pandemi berlangsung diakibatkan oleh beberapa faktor. Perubahan sistem pembelajaran menjadi bentukdaring merupakan salah satu stressor akademik yang terjadi pada remaja. Selain itu rasa bosan, kesepian dan cemas dapat menjadi stressor pada remaja saat pandemic, disisi lain, penelitian yang dilakukan di negara maju menunjukkan bahwa kejadian stress pada remaja hanya terjadi pada minggu pertama, beberapa faktornya antara lain adalah kelompok yang paling terdampak COVID-19 adalah orang tua dan tenaga kesehatan, sebaliknya remaja bukan merupakan kelompok yang paling terpengaruh pandemi COVID kemudian ada kemungkinan remaja meremehkan risiko terkait pandemi.

#### SARAN DAN REKOMENDASI

Penelitian *Literature Review* diharapkan dapat menjadi bahan bacaan dan referensi di perpustakaan sebagai sarana untuk meningkatkan ilmu pengetahuan dan wawasan dibidang kesehatan serta diharapkan dapat menjadi referensi maupun acuan bagi para peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian mengenai dampak pandemi COVID-19 terhadap stress khususnya pada remaja.

**UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih khususnya kepada bapak Ghozali, Ph.D selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan dari awal hingga akhir penelitian, serta kepada seluruh rekan-rekan S1 Kesehatan Masyarakat di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang telah memberikan semangat serta dorongan selama proses penelitian.

**REFERENSI**

- Adrian, F. A., Putri, V. S., & Suri, M. (2021). Hubungan Belajar Online di Masa Pandemi Covid19 dengan Tingkat Stress Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Baiturrahim Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 66. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.276>
- Amendola, S., Spensieri, V., Hengartner, M. P., & Cerutti, R. (2021). Special Section article Mental health of Italian adults during COVID-19 pandemic. *British Journal of Health Psychology*, 26(2), 1–13. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12502>
- Banna, M. H. Al, Sayeed, A., Kundu, S., Christopher, E., Hasan, M. T., Begum, M. R., Kormoker, T., Dola, S. T. I., Hassan, M. M., Chowdhury, S., & Khan, M. S. I. (2020). The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of the adult population in Bangladesh: a nationwide cross-sectional study. *International Journal of Environmental Health Research*, 00(00), 1–12. <https://doi.org/10.1080/09603123.2020.1802409>
- Direja, D. N. M. N. R. T. L. R. S. N. M. S. U. H. A. H. S. (2020). Dampak Psikologis Tenaga Kesehatan dalam Upaya Menghadapi Pandemi Corona Virus (Covid-19) di Indonesia. *Kementerian Riset Dan Teknologi - Badan Riset Dan Inovasi Nasional Republik IDireja, Dede Nasrullah; Muhammad Natsir; Retno Twistiandayani; Lilis Rohayani; Siswanto; Ni Made Sumaryawati; Uswatun Hasanah; Ade Herman Surya. 2020. "Dampak Psikologis Tenaga .* <http://sinta.ristekbrin.go.id/covid/penelitian/detail/245>
- Ellysa. (2017). Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja. In *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*.
- Funsu Andiarna, E. K. (2020). Effects of Online Learning on Student Academic Stress During the Covid-19 Pandemic. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 139–150.
- Hamaideh, S. H., Al-Modallal, H., Tanash, M., & Hamdan-Mansour, A. (2021). Depression, anxiety and stress among undergraduate students during COVID-19 outbreak and “home- quarantine.” *Nursing Open*, April, 1–9. <https://doi.org/10.1002/nop.2.918>
- Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., & Harahap, S. R. (2020). Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 3(1), 10–14. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v3i1.4804>
- Hidayah, N., Muhammad Ikram, R., Sutria, E., Studi, P. S., & UIN Alauddin Makassar, F. (2020). Tingkat Stress dan Strategi Koping Mahasiswa Keperawatan di Masa Pandemi Covid-19. *Ojs.Unm.Ac.Id*, 184–192. <https://ojs.unm.ac.id/variansistatistika/article/view/19505>.
- Kemendes. (2018). *Pengertian Kesehatan Mental*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://promkes.kemkes.go.id/pengertian-kesehatan-mental#:~:text=Stres,pada kasustertentu%2C memicu depresi>.
- Kujawa, A., Green, H., Compas, B. E., Dickey, L., & Pegg, S. (2020). Exposure to COVID-19 pandemic stress: Associations with depression and anxiety in emerging adults in the United States. *Depression and Anxiety*, 37(12), 1280–1288. <https://doi.org/10.1002/da.23109>
- Kusuma, U., Surakarta, H., & Covid-, P. (2020). *GAMBARAN TINGKAT STRESS MAHASISWA PROFESI NERS UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA SELAMA STUDY FROM HOME (SFH) DI MASA PANDEMI COVID-19 Indah* (Vol. 46).
- Livana, Mubin, & Basthomi, Y. (2020). Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203–208.
- Meliya Apriyani. (2021). *GAMBARAN TINGKAT STRES PADA REMAJA SELAMAPANDEMI COVID-19*.
- MentalHealthFondation. (2021). *Stress*. Mental Health Fondation. <https://www.mentalhealth.org.uk/a-to-z/s/stress>

- Moh, M. (2020). Moh . Muslim : Manajemen Stress pada Masa Pandemi Covid-19 ” 193.  
*Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192–201.
- Murata, S., Rezeppa, T., Thoma, B., Marengo, L., Krancevich, K., Chiyka, E., Hayes, B., Goodfriend, E., Deal, M., Zhong, Y., Brummit, B., Coury, T., Riston, S., Brent, D. A., & Melhem, N. M. (2021). The psychiatric sequelae of the COVID-19 pandemic in adolescents, adults, and health care workers. *Depression and Anxiety*, 38(2), 233–246.  
<https://doi.org/10.1002/da.23120>
- Nasrudin, Umi Azizah, D. P. (2020). DAMPAK ISOLASI SOSIAL SELAMA PANDEMI COVID 19 TERHADAP REMAJA : AKTIFITAS , EMOSIONAL , STRESS- ADAPTASI DAN STRATEGI KOPING. *Jurnal EDUnursing*, 4(2).
- Qi, M., Li, P., Moyle, W., Weeks, B., & Jones, C. (2020). Physical Activity , Health-Related Quality of Life , and Stress among the Chinese Adult Population during the COVID-19 Pandemic. *International Juornal of Enviroonmental Research and Public Health*, 17(6494).
- Riyadi, A. (2021). *DINAMIKA PENDEKATAN DALAM PENANGANAN COVID-19* (M. Nasrudin (ed.)). PT. Nasya Expanding Management.  
<https://books.google.co.id/books?id=OAQLEAAAQBAJ&pg=PR1&lpg=PP1&focus=viewport&hl=id#v=onepage&q&f=false>
- Simin, N., Sa'ari, C. Z., Muhsin, S. B. S., Joli, N. S., & Abidin, M. H. Z. (2020). Depression anxiety stress among gifted and talented students in Malaysia during the Movement Control Order (MCO). *Journal of Critical Reviews*, 7(11), 743–745.  
<https://doi.org/10.31838/jcr.07.11.132>
- Tee, M. L., Tee, C. A., Anlacan, J. P., Aligam, K. J. G., Reyes, P. W. C., Kuruchittham, V., & Ho, R. C. (2020). Psychological impact of COVID-19 pandemic in the Philippines. *Journal of Affective Disorders*, 277, 379–391.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.043>.
- WHO. (2020). *Adolescent health and development*. World Health Organization. <https://www.who.int/westernpacific/news/q-a-detail/adolescent-health-and-development>
- WHO. (2021). *WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard*. <https://covid19.who.int/> Yarrington, J. S., Lasser, J., Garcia, D., Vargas, J. H., Couto, D. D., Marafon, T., Craske, M. G., & Niles, A. N. (2021). Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health among Americans. *Journal of Affective Disorders*, 286, 64–70.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.02.056>
- Zhang, C., Ye, M., Fu, Y., Yang, M., Luo, F., Yuan, J., & Tao, Q. (2020). The Psychological Impact of the COVID-19 Pandemic on Teenagers in China. *Journal of Adolescent Health*, 67(6), 747–755.  
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020>