

## PENERAPAN PAKET EDUKASI *CHATTING* DAN *GAME* PINTAR TERHADAP STRES DAN PEMAHAMAN PACARAN SEHAT PADA REMAJA DI MASA PANDEMI COVID-19

Ida Arimurti Sanjiwani\*<sup>1</sup>, I Gusti Ayu Pramitaresthi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

\*korespondensi penulis, e-mail: ida.arimurti@unud.ac.id

### ABSTRAK

Pandemi Covid-19 merupakan bencana global yang telah berdampak pada aspek kehidupan setiap manusia termasuk pada remaja. Adanya jarak fisik dan pembatasan pergaulan langsung pada remaja yang cenderung aktif dapat berdampak pada stres psikologis. Remaja yang mulai mengenal cinta dan pacaran juga mengalami perubahan kebiasaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan paket edukasi *chatting* dan *game* terhadap tingkat stres dan pemahaman pacaran sehat pada remaja selama pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian praeksperimen dengan *one group pre-test* dan *post-test design*. Sampel sebanyak 60 siswa diambil dengan teknik *simple random sampling* pada remaja di daerah Kuta Utara. Data tingkat stres dikumpulkan menggunakan *General Anxiety Disorder 7 (GAD7)* dan kuesioner pengetahuan pacaran sehat. Hasil analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon* pada kedua variabel menunjukkan ada pengaruh pemberian intervensi *chatting* dan *game* terhadap tingkat stres dan pemahaman pacaran sehat dengan nilai  $p < 0,001$ .

**Kata kunci:** *chatting*, *game*, pacaran, remaja, stres

### ABSTRACT

The Covid-19 pandemic is a global disaster that has had an impact on every aspect of human life, as well as in adolescents. The existence of physical distance and restrictions on direct association in adolescents who tend to be active can have an impact on psychological stress. They who are start to know about love and dating have to changes in habits. The aim of this study was to identify *chatting* and smart games health education packages toward adolescent stress levels and healthy dating knowledge in adolescent during Covid-19 pandemic. This study used a pre-experimental research design with one group pe-test and post-test design. 60 samples were chosen by simple random sampling. Data was collected by using *General Anxiety Disorder 7 (GAD7)* and knowledge of healthy dating questionnaire. The results of bivariate analysis with *Wilcoxon* test showed that there was an effect of *chatting* interventions and games on adolescent stress levels and also in dating knowledge ( $p < 0,001$ ).

**Keywords:** adolescent, *chatting*, dating, game, stress

## PENDAHULUAN

*Coronavirus Disease 2019* (Covid-19) adalah penyakit pada sistem pernafasan yang telah menjadi wabah berskala dunia. (Wulandari dkk, 2020). Secara global, data tahun 2020 terdapat 36.754.395 kasus Covid-19 yang telah terkonfirmasi, dan total kematian sebanyak 1.064.838 kasus (*World Health Organization*, 2020). Indonesia untuk situasi Covid-19 hingga Oktober 2020 tercatat sebanyak 2.177.675 kasus, data yang terkonfirmasi Covid-19 sebanyak 315.714 kasus, dan total kematian sebanyak 11.472 kasus (*WHO Indonesia*, 2020). Kasus Covid-19 di Bali bulan Oktober 2020 yaitu 10.135 kasus, sembuh sebanyak 8.696 kasus, dan kematian 321 kasus (Dinas Kesehatan Pemerintah Provinsi Bali, 2020). Melihat jumlah yang semakin meningkat, berbagai kegiatan pembatasan diberlakukan untuk mengurangi peningkatan kasus.

Sejak munculnya Covid-19 aktivitas bekerja dari rumah (*Work from Home / WFH*) dan belajar dari rumah (*School from Home / SFH*) saat ini menjadi tren dan solusi sementara untuk mencegah penyebaran virus. Aktivitas anak dan remaja dalam keseharian belajar secara daring saat ini dapat juga membuat mereka jenuh dan membosankan (Halidi & Fikri, 2020). Kondisi ini adalah tantangan dan masalah baru di kalangan remaja yang harus diantisipasi, disamping permasalahan remaja sebelumnya yang mencakup narkoba, HIV/AIDS, seks bebas, dan pacaran yang tidak sehat.

Fase remaja umumnya mulai muncul ketertarikan kepada lawan jenis (Sarwono, 2011). Kebutuhan dasar rasa cinta dan kasih sayang di masa remaja juga harus dapat berjalan dengan sehat. Remaja yang tidak dibina dengan pengawasan dan edukasi yang benar dapat menjerumuskan mereka ke arah yang menyimpang. Survei menyatakan banyak remaja yang berperilaku pacaran berlebihan (BKKBN, 2012). Perilaku seksual selama pacaran yang didorong oleh hasrat seksual, baik lawan jenis atau sesama

jenis meliputi pegangan tangan, berpelukan, cium kening, cium basah, meraba bagian sensitif, *petting*, oral seks, dan berhubungan badan (Miriani, 2010).

Beberapa penelitian selama pandemi menemukan beberapa permasalahan baru yang terjadi di remaja, salah satunya yaitu kecemasan. Kecemasan ditemukan pada kategori yang tinggi mencapai 54% pada usia 12-19 tahun (Fitria & Ifdil, 2020). Penelitian lainnya juga ada yang menjumpai remaja dengan tingkat menengah mencapai 64,7% (Surtyaatmaja & Wulandari, 2020). Beberapa penelitian telah dilakukan untuk mengatasi kecemasan di masa pandemi ini yaitu diantaranya dengan penerapan *self talk* yang positif efektif menurunkan kecemasan (Ananda & Apsari, 2020). Penelitian lainnya juga menyebutkan bahwa dengan pemilihan informasi yang tepat dapat mengurangi kecemasan selama pandemi (Vibriyanti, 2020).

Penyebaran informasi di *era new normal* gencar. Pemanfaatan teknologi sangat memungkinkan saat ini karena teknologi dan internet sudah menjadi teman setiap orang khususnya remaja. Hal ini dibuktikan dengan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) periode 2019 kuartal kedua tahun 2020 terjadi peningkatan 25,5 juta pengguna internet baru sehingga jumlah pengguna yang mencapai 196,7 juta jiwa (AIPJII, 2020). Jumlah pengguna internet di Indonesia 75,5% persennya didominasi oleh remaja berusia 13-18 tahun (AIPJII, 2020). Bali merupakan daerah pariwisata yang juga terdampak pandemi. Transformasi digital sangat membantu segala aspek aktivitas pada pandemi Covid-19. Hasil studi pendahuluan di Dinas Pendidikan kabupaten menemukan munculnya fenomena berupa stres pada remaja, maka penelitian ini bertujuan untuk memanfaatkan peluang aktivitas *online* remaja dan ditambah dengan game yang dilakukan melalui *smartphonenya* untuk

membantu mengatasi stres pada remaja di daerah Kuta Utara.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian praeksperimen dengan desain *one group pretest dan posttest* pada tingkat stres remaja. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMAN 1 Kuta Utara dengan jumlah sampel sebanyak 60 orang. Sampel dipilih dengan kriteria inklusi, yaitu aktif dalam penggunaan internet dan kriteria eksklusi yaitu adanya riwayat diagnosa gangguan psikologis. Variabel dependen penelitian ini adalah tingkat stres dan pemahaman pacaran sehat remaja. Penelitian dilakukan selama empat minggu pada bulan Agustus 2021. Data dikumpulkan dengan *simple random sampling* dengan menggunakan kuesioner GAD 7 (*Generalised Anxiety Disorder*) 7 item dengan validitas 0,89 dan reliabilitas 0,82. Pada data pemahaman

pacaran sehat menggunakan kuesioner dengan nilai uji validitas dan reliabilitas 0,769. Penelitian ini menganut etika, yaitu *respect for person, confidentiality, beneficence, dan justice. Informed consent* diberikan dengan ijin wali kelas. Responden dilakukan *pretest* pada minggu pertama dilanjutkan dengan pemberian edukasi pada minggu kedua dan minggu ketiga berupa pesan-pesan kesehatan dan kesempatan konseling melalui media *chatting*, kemudian pemanfaatan *game* untuk *recall* pemahaman. Pada minggu ke-4 dilakukan *posttest*. Penelitian ini sebelumnya telah mendapat persetujuan dari Komisi Etik FK Unud-RSUP Sanglah Denpasar.

## HASIL PENELITIAN

Berikut disajikan hasil penelitian berdasarkan distribusi karakteristik responden.

**Tabel 1.** Distribusi Karakteristik Responden Penelitian

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
<b>Usia (tahun)</b>		
15	12	20
16	48	80
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	19	31,7
Perempuan	41	68,3
Total	60	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa mayoritas responden berada pada usia 16

tahun (80%) dan sejumlah 68,3% berjenis kelamin perempuan.

**Tabel 2.** Hasil Uji Silang Variabel Penelitian Berdasarkan Karakteristik Responden

No.	Variabel	Laki-laki	Perempuan	15 tahun	16 tahun
1.	Stres (sebelum intervensi)				
	Ringan	1	0	0	1
	Sedang	18	38	10	46
	Berat	0	3	2	1
2.	Stres (setelah intervensi)				
	Ringan	7	17	4	20
	Sedang	12	24	8	28
	Berat	0	0	0	0
3.	Pengetahuan (sebelum intervensi)				
	Baik	4	3	1	6
	Cukup	15	36	10	41
	Kurang	0	2	1	1
4.	Pengetahuan (setelah intervensi)				
	Baik	11	23	6	28
	Cukup	8	18	6	20

Berdasarkan tabel 2 menurut usianya diketahui remaja usia 15 dan 16 tahun cenderung memiliki tingkat stres sedang sebelum diberikan intervensi yang didominasi oleh remaja perempuan. Setelah pemberian intervensi tingkat stres remaja masih berada pada kategori sedang namun jumlah remaja dengan stres ringan

meningkat. Mayoritas tingkat pengetahuan tentang pacaran sehat sebelum intervensi yaitu pada tingkat pengetahuan cukup dan didominasi oleh perempuan pada usia 16 tahun. Sementara setelah diberikan intervensi terdapat pergeseran kategori tingkat pemahaman menjadi mayoritas pada tingkat yang baik.

**Tabel 3.** Hasil Uji Bivariat Variabel Stres dan Pemahaman mengenai Pacaran Sehat

No	Variabel	Frekuensi	Persentase	Rerata	p-value	
1.	Stres (sebelum intervensi)				0,001	
	Ringan	1	1,7%	Sedang		
	Sedang	56	93,3%			
	Berat	3	5%			
	Stres (setelah intervensi)	Ringan	24	40%		Sedang
		Sedang	36	60%		
2.	Pemahaman Pacaran Sehat (sebelum intervensi)				0,001	
	Baik	7	11,7%	Cukup		
	Cukup	51	85%			
	Kurang	2	3,3%			
	Pemahaman Pacaran Sehat (setelah intervensi)	Baik	34	56,7%		Baik
		Cukup	26	43,3%		
Kurang		0	0			
Total		60	100%			

Pada tabel 3 dapat diketahui bahwa sebelum diberikan intervensi mayoritas responden penelitian memiliki tingkat stres yang sedang yaitu 93,3%, sementara setelah diberikan intervensi jumlah yang mengalami stres sedang menurun menjadi 60% dengan

tidak adanya lagi responden yang memiliki tingkat stres pada kategori berat.

Pada variabel tingkat pemahaman terhadap pacaran sehat diketahui bahwa sebelum diberikan intervensi mayoritas pemahaman responden pada tingkat yang cukup (85%), namun setelah diberikan

intervensi tingkat pemahaman responden mengalami peningkatan menjadi baik dengan proporsi yang lebih tinggi dari sebelumnya yaitu 11,7% menjadi 56,7%. Hasil analisis bivariat dengan uji non parametrik Wilcoxon pada kedua variabel

## **PEMBAHASAN**

Pada penelitian ini dapat dilihat bahwa responden secara keseluruhan berada pada rentang usia 15 hingga 16 tahun yang berarti responden dalam rentang usia remaja (UNICEF, 2011). Masa remaja merupakan periode yang penuh rasa ingin tahu yang tinggi. Keberadaan perkembangan pergaulan remaja saat ini sangat terbantu oleh media internet. Penelitian sebelumnya telah menjumpai bahwa dari semua pengguna internet saat ini, usia 15-19 tahun adalah usia yang menjadi pengguna internet terbanyak yaitu 64% (Viridhani, 2011). Internet telah memberikan pengaruh yang besar bagi perkembangan komunikasi, sosialisasi, informasi, dan pembelajaran bagi remaja khususnya.

Intervensi berupa paket edukasi yang diterapkan pada penelitian ini dapat memberikan pengaruh yang salah satunya disebabkan oleh media yang dipergunakan. Peran media edukasi yang dipilih untuk kategori responden dalam usia remaja menjadi salah satu hal yang penting dalam era pandemi dan digital ini. Hal ini didasari oleh konsep teori bahwa edukasi diberikan dapat menyesuaikan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dan gaya hidup remaja, sehingga menjadikan penyerapan materi dapat lebih baik dan lebih menarik (Kholid, 2012; Maritsa dkk, 2021).

Menurut Notoatmodjo (2010), dikatakan bahwa peningkatan pengetahuan dapat terjadi akibat adanya proses transformasi informasi. Informasi yang dikirimkan melalui telepon genggam dengan aplikasi *whatsapp group* dan penggunaan aplikasi jenis *game educandy* ini juga telah menyebabkan proses transformasi sehingga dapat memperbaiki pengetahuan responden

sebelum dan setelah diberikan intervensi diperoleh hasil  $p = 0,001$  artinya terdapat pengaruh dari pemberian intervensi terhadap tingkat stres siswa dan tingkat pemahaman pacaran sehat di masa pandemi.

penelitian. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Herlina (2013), mengenai pemanfaatan SMS sebagai media pendidikan kesehatan ibu hamil dan juga penelitian Nopriani (2019), mengenai penggunaan *Dengue Chit-Chat* (DCC) untuk meningkatkan perilaku ke arah yang lebih baik. Penelitian lainnya mengenai remaja terkait kesehatan reproduksi dinyatakan bahwa sebanyak 63% remaja memiliki ketertarikan dalam penggunaan metode konsultasi melalui telepon untuk masalah kesehatan reproduksi (Garrett *et al.*, 2011). Hal ini juga didasari karena sebagian besar remaja memiliki rasa malu untuk membahas masalah reproduksi.

Pada penelitian ini juga mengukur tingkat stres dan kecemasan responden yang mengetahui bahwa rata-rata remaja pada responden memiliki tingkat stres yang sedang. Pada kondisi setelah intervensi, proporsi stres remaja mejadi kategori ringan semakin meningkat jumlahnya. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang sedikit berbeda, yaitu tingkat kecemasan remaja pada kategori tinggi 54% (Fitria & Ifdil, 2020). Hal ini yang kemungkinan disebabkan sebagian besar karena informasi yang kurang diterima terkait pandemi Covid-19 (Purwanto dkk, 2020). Remaja beranggapan bila terkena Covid-19 sulit sembuh dan banyak yang meninggal (Aulia, 2018). Sejalan dengan pemberian edukasi ini melalui *chatting* dan *game*, akan meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pemahaman pacaran sehat serta memberikan manfaat terkait kondisi stres dan adaptasi yang dilakukan di masa pandemi termasuk dalam menjalin hubungan dengan pacar.

Dampak dari rasa cemas dapat menyebabkan remaja menjadi insomnia (Sohat, Bidjuni, & Kallo, 2014). Peran orang tua, guru, dan konselor sangat dibutuhkan untuk mengurangi kecemasan. Hasil penelitian juga sejalan dengan penelitian sebelumnya pada remaja di masa pandemi ini, salah satunya dari penelitian menunjukkan pendekatan *cognitive behavioral therapy* dapat membantu mengatasi kecemasan pada remaja (Apriliana, Suranata, & Dharsana, 2019).

Pemberian edukasi juga harus melihat penyesuaian isi dan jumlah proporsi edukasi kesehatan yang diberikan dengan bahasa dan budaya penerima dapat mempermudah dalam penyampaian informasi. Peneliti juga harus berusaha memilih kata yang sederhana dan lebih mudah dipahami serta menambahkan kalimat-kalimat ajakan dalam proses penyampaian pesan.

Pada penelitian ini, responden penelitian adalah remaja, sehingga bahasa yang dipergunakan adalah bahasa yang mudah dimengerti remaja. Proses interaksi antara pemberi informasi dan penerima yaitu responden selama transfer informasi melalui media *whatsapp group*. Rudianto (2010) menerangkan bahwa persentase layanan internet yang sering digunakan oleh remaja adalah layanan *email* 59%, *instant messaging* 59%, *social networking* 58%, *search engine* 56%, berita *online* 47%, dan *blog* 36%. Hal ini juga menjadi bagian yang dapat menunjang keberhasilan distribusi informasi ke remaja melalui media digital, karena selain sesuai dengan gaya hidup remaja saat ini yang bersahabat dengan *handphonenya* juga mengurangi rasa canggung atau malu-malu ketika datang langsung untuk melakukan konsultasi mengenai permasalahan seputar kesehatan reproduksi dan seksualitas karena anggapan tabu atau malu.

Pemanfaatan dari *m-Health* yang merupakan salah satu aspek dari *Electronic Health (eHealth)* yang memperluas batas dalam memperoleh, menyimpan,

memproses, dan mengamankan data sehingga individu dari jarak jauh juga dapat ikut berpartisipasi dalam proses perawatan dan peningkatan status kesehatan (WHO, 2008). Pendidikan dan kesadaran menggunakan manfaat dari *mHealth* sebagian besar merupakan penyebaran informasi massa dari pemberi informasi menuju ke penerima informasi yaitu pasien atau masyarakat yang sehat melalui layanan pesan singkat. Pesan singkat dikirim langsung melalui telepon genggam pengguna untuk menawarkan berbagai informasi kesehatan seperti metode perawatan, ketersediaan layanan kesehatan, dan manajemen perawatan penyakit (Vital Wave Consulting, 2009). Pemanfaatan dari *m-Health* diharapkan dapat menjangkau daerah-daerah yang jauh jangkauannya seperti daerah pedesaan yang mungkin memiliki akses terbatas terhadap informasi kesehatan, klinik kesehatan, dan defisit pelayanan kesehatan (Masson, 2014). Penggunaan *m-Health* saat ini sangat penting tidak hanya karena kendala jarak namun situasi pandemi yang menyebabkan setiap orang untuk terpaksa dapat beraktivitas melalui media *online* dan elektronik.

Penggunaan metode komunikasi melalui elektronik ini dilakukan sebagai upaya untuk meningkatkan penyaluran dan pemberian pengetahuan antara petugas layanan kesehatan dan meningkatkan kesehatan pasien (Vital Wave Consulting, 2009). Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa penggunaan *m-Health* dalam pelatihan dan pemberdayaan petugas kesehatan dinilai efektif dalam meningkatkan pengetahuan dari tenaga kesehatan (Pimmer *et al.*, 2019). Pada penelitian sebelumnya juga diketahui bahwa ada pengaruh dari pemberian pendidikan kesehatan reproduksi seksual *smart chatting* terhadap tingkat pengetahuan dan sikap tentang pelecehan seksual *online* pada remaja (Sanjiwani & Pramitaresthi, 2020). Maka dari itu, penting bagi para petugas kesehatan untuk terus berinovasi dalam

memberikan pendidikan kesehatan kepada sasaran di masyarakat dengan melihat peluang dan kemungkinan tindakan yang dapat diambil dan dimodifikasi sehingga pelaksanaan edukasi dapat berlangsung mengikuti perubahan pola hidup masyarakat sehingga penerimaan informasi diharapkan dapat optimal. Selain itu, petugas kesehatan dapat lebih menjangkau sasaran yang lebih luas dalam memanfaatkan teknologi di era digital dan revolusi industri 4.0 ini dalam

setiap upaya pencegahan untuk meningkatkan status kesehatan, pemahaman masyarakat, dan perilaku terkait kesehatan.

## SIMPULAN

Simpulan dari penelitian ini adalah intervensi pendidikan kesehatan dengan *chatting* dan *game* berpengaruh terhadap tingkat stres dan pemahaman pacaran sehat pada remaja di masa pandemi Covid-19 dengan hasil yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, S.S.D., & Apsari, N.C. (2020). Mengatasi Stres Pada Remaja Saat Pandemi Covid-19 Dengan Teknik Self Talk. *Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat. Volume 7, No 2*.
- Apriliana, I. P. A., Suranata, K., & Dharsana, I. K. (2019). Mereduksi Kecemasan Siswa Melalui Konseling Cognitive Behavioral. *Indonesian Journal of Educational Counseling, 3*(1), 21-30.
- Aulia, D. P. (2018). *Memerangi Berita Bohong Di Media Sosial (Studi Terhadap Gerakan Masyarakat Anti Fitnah Indonesia)*. Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif.
- BKKBN. (2012). *Pedoman Pengelolaan Pusat Informasi dan Konseling Remaja dan Mahasiswa (PIK-R/M)*. Jakarta: Direktorat Bina Ketahanan Remaja.
- Dinas Kesehatan Pemerintah Provinsi Bali. (2020). *Info Kesehatan : Perkembangan Penyebaran Virus Corona*. Diskes Provinsi Bali. <https://www.diskes.baliprov.go.id/portfolio/per-kembangan-penyebaran-virus-corona/>
- Edi, M., Taufik, (2019). Permainan Ular Tangga Sebagai Media Edukasi Seksualitas Remaja. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan, Vol 4* (1) Februari 2019 (442-448).
- Fitria, L., & Ifdil. (2020). Kecemasan Remaja pada pandemic covid 19. *Journal IICET Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*. Volume 6, No 1.
- Halidi, R. & Fikri, L.K. (2020). *Survei: 23 Persen Remaja Alami Stres Karena Belajar Daring*. Diakses dari : <https://www.suara.com>.
- Karlina. (2015). Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Sikap Remaja Mengenai Pacaran Sehat Di Sman 8 Bandung. *Jurnal Bidan "Midwife Journal"*. Volume 1, No 1.
- Kholid, A. (2012). *Media Promosi Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Maritsa, Salsabila, U.H., Wafiq, M., Anindya, P.R., Ma'shum., M.A. (2021). Pengaruh Teknologi dalam Dunia Pendidikan. *Jurnal Penelitian dan Kajian Sosial Keagamaan*. DOI: 10.46781/al-mutharahah.v18i2.303
- Prihyugiarto, T. Y., & Iswarati. (2008). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap terhadap Perilaku Seksual Pra Nikah pada Remaja di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi, Puslitbang KB dan Kesehatan Reproduksi BKKBN. Volume II, No 2*.
- Sarwono, S. W. (2007). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sohat, F., Bidjuni, H., & Kallo, V. (2014). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Insomnia Pada Lansia Di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senja Cerah Paniki Kecamatan Mapanget Manado. *Jurnal Keperawatan, 2*(2).
- Suryaatmaja, D.J.C., & Wulandari, I.S.M. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Sikap Remaja Akibat Pandemi Covid-19. *Malahayati Nursing Journal. Volume 2, No 4*.
- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Hyun, C. C., Wijayanti, L. M., & Putri, R. S. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling, 2*(1), 1-12.
- Vibriyanti, D. (2020). Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan Di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Kependudukan Indonesia. Edisi Khusus Demografi dan COVID-19, Juli 2020* (69-74).
- World Health Organization. (2020b). *WHO Coronavirus Disease (COVID-19)*. World Health Organization. <https://covid19.who.int/>

Wulandari, A., Rahman, F., Pujianti, N., Sari, A. R.,  
Laily, N., Anggraini, L., Muddin, F. I.,  
Ridwan, A. M., Anhar, V. Y., Azmiyannoor,

M., & Prasetio, D. B. (2020). *Fakultas  
Kesehatan Masyarakat, Universitas  
Muhammadiyah Semarang*. 15(1), 42-46.