

Pengaruh strategi koping terhadap stress pada masyarakat di era pandemi COVID-19

Oleh :

Ifa Nofalia^{1*}

Prodi S1 Ilmu Keperawatan
STIKES Insan Cendekia Medika Jombang

Corresponding author : *ifanofalia@gmail.com

ABSTRAK

Pandemi corona menjadi krisis global yang parah, memengaruhi kesehatan fisik dan psikologis. Aturan *lock-down* yang diberlakukan untuk melawan pertumbuhan COVID-19 yang cepat, terutama pembatasan sosial, menyebabkan faktor risiko untuk mengembangkan gejala stress. Stress tersebut dapat dialami oleh semua kalangan baik itu pada masyarakat umum, pelajar atau bahkan tenaga kesehatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh strategi koping terhadap stress di masyarakat.

Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua masyarakat yang ada di Dusun Kapringan Desa Dukuhklopo, Peterongan Jombang sebanyak 156 orang dengan jumlah sampel sebanyak 50 responden dengan menggunakan teknik pengambilan sampel simple random sampling. Strategi koping merupakan variabel independen dan stress menjadi variabel dependen. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dilakukan secara online. Pengolahan data dengan editing, koding, skoring, tabulating dan analisis menggunakan uji statistik Korelasi Spearman's rho dengan alpha 0,05.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi koping baik dengan stress ringan sebanyak 14 responden (28%). Hasil dari uji statistik menggunakan Spearman's rho memiliki nilai signifikansi 0,003 (< alpha 0,05) sehingga hipotesis alternatifnya diterima.

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh strategi koping dengan stress pada masyarakat di Dusun Kapringan Desa Dukuhklopo, Peterongan Jombang.

Kata kunci : strategi koping, stress, masyarakat

The Effect of Coping Strategies on Society Stress at Covid 19 Pandemic Era

ABSTRACT

The corona pandemic is becoming a severe global crisis, affecting both physical and psychological health. The lock-down rules in place to fight the rapid growth of COVID-19, especially social distancing, pose a risk factor for developing stress symptoms. This stress can be experienced by all groups, be it the general public, students or even health workers. The purpose of this study was to determine the effect of coping strategies on stress in society.

This study used a cross-sectional design. The population in this study were all society at Kapringan Hamlet, Dukuhklopo Village, Peterongan Jombang as many as

156 people with a sample size of 50 respondents using simple random sampling technique. Coping strategy is an independent variable and stress becomes the dependent variable. The data collection used a questionnaire and was done online. Processing data by editing, coding, scoring, tabulating and analysis using the Spearman's rho correlation statistical test with alpha 0.05.

The results showed that the coping strategy was good with light stress as many as 14 respondents (28%). The results of statistical tests using Spearman's rho have a significance value of 0.003 (<alpha 0.05) so that the alternative hypothesis is accepted.

The conclusion in this study is that there is an effect of coping strategies with stress on society at Kapringan Hamlet, Dukuhklopo Village, Peterongan Jombang.

Keywords: coping strategies, stress, society

A. PENDAHULUAN

Pandemi corona menjadi krisis global yang parah, memengaruhi kesehatan fisik dan psikologis. Aturan *lock-down* yang diberlakukan untuk melawan pertumbuhan COVID-19 yang cepat, terutama pembatasan sosial, menyebabkan faktor risiko untuk mengembangkan gejala stress (Mariani *et al.*, 2020). Stress tersebut dapat dialami oleh semua kalangan baik itu pada masyarakat umum atau bahkan tenaga kesehatan. Hal ini disebabkan karena efek pandemi yang mengakibatkan seseorang harus mengikuti segala protokol untuk dapat menghindari covid-19 (Song, 2020). Stress juga dapat terjadi pada masyarakat. Pembatasan sosial dapat membatasi gerak masyarakat sehingga dapat memicu stress yang dirasakan (Lai *et al.*, 2020). Stress yang terjadi dapat berdampak pada kondisi psikologis maupun fisiologis seseorang. Secara psikologis seseorang dapat mengalami kecemasan bahkan depresi, sedangkan secara fisiologis dapat menyebabkan gangguan nafsu makan, gangguan irama jantung, gangguan tidur dan gangguan dalam beraktivitas (García-álvarez *et al.*, 2020). Banyak faktor yang dapat menjadi pemicu stress pada masyarakat. Banyaknya pembatasan pada saat pandemi akan menjadi pemicu stress pada masyarakat (Ayana, Roba and Mabalhin, 2019). Munculnya stress yang tinggi pada masyarakat dapat menyebabkan gangguan, selain itu juga dapat menurunkan sistem imun (Lyons *et al.*, 2020). Berdasarkan beberapa hal tersebut diperlukan suatu solusi untuk mengatasi masalah stress tersebut, salah satu hal yang dapat mempengaruhi stress yang dirasakan oleh seseorang adalah strategi koping (Faize and Husain, 2020).

Stress pada masyarakat mempunyai angka kejadian yang tinggi, di Hungaria 76% masyarakat mengalami stress akibat dari adanya pandemi covid (Puk and Kem, 2020). Di China masyarakat mengalami stress sejumlah 82% dari total sampel (Ye *et al.*, 2020). Stress yang dirasakan oleh masyarakat dapat berupa depresi (13%), kecemasan (66%) dan stress (21%) (Babore *et al.*, 2020). Satu studi di Nigeria menunjukkan bahwa prevalensi kecemasan dan depresi pada masa

pandemic covid 19 masing-masing adalah 31,9% dan 41,4%. Di Ethiopia, dua penelitian melaporkan bahwa prevalensi depresi, kecemasan, dan stres masing-masing adalah 21,2% dan 77,2%, 27,7% dan 71,8%, dan 32,5% dan 48,5%. Jenis literatur juga menunjukkan bahwa usia, jenis kelamin, riwayat penyakit medis, tinggal di Negara / Wilayah dengan kejadian COVID-19 tinggi, pendapatan keluarga, anggota keluarga pernah terjangkit penyakit, praktik tindakan pencegahan, dan tempat tinggal. faktor penentu depresi, kecemasan, dan stress (Mekonen *et al.*, 2020).

Salah satu upaya untuk menangani stress adalah dengan meningkatkan kemampuan koping dari individu. Kemampuan koping akan meningkat jika strategi koping yang digunakan adekuat (Putu *et al.*, 2020). Strategi koping terdiri dari *problem based coping* dan *emotion based coping*. Strategi koping merupakan suatu upaya dari seseorang dalam mengatasi permasalahan yang terjadi, sehingga masalah dapat teratasi atau berkurang (Ye *et al.*, 2020). Dampak ini sangat penting untuk menjamin intervensi kesehatan mental segera yang difokuskan pada pencegahan dan pengobatan. Layanan psikiatri dan konseling secara historis kurang dimanfaatkan oleh masyarakat. Memahami subpopulasi apa yang mungkin menderita dari kombinasi unik dari dampak psikologis dapat memfasilitasi intervensi yang ditargetkan dan pengobatan yang berhasil serta strategi mengatasi individu dengan risiko terbesar (Browning *et al.*, 2020).

Penyebaran cepat COVID-19 dan tindakan jarak sosial yang diberlakukan di seluruh negeri diperkirakan akan semakin memengaruhi kesehatan mental penduduk, termasuk mahasiswa. Beberapa penelitian telah meneliti dampak psikologis pandemi pada masyarakat umum, petugas kesehatan, atau orang dewasa yang lebih tua. Survei ini mengungkapkan kekhawatiran yang lebih besar tentang isolasi sosial, dan peningkatan stres, kecemasan, dan depresi di antara responden. Menariknya, sebuah penelitian terhadap masyarakat umum China juga melaporkan bahwa paparan konten akurat informasi kesehatan selama epidemi dikaitkan dengan tingkat stres yang lebih rendah. Sebaliknya, studi epidemi sebelumnya menunjukkan bahwa informasi yang tidak akurat, terutama yang lazim di papan diskusi online atau media sosial, dikaitkan dengan kecemasan dan ketakutan. Informasi, pengetahuan, dan persepsi risiko yang akurat dapat berkontribusi pada perubahan perilaku, seperti jarak sosial, yang saat ini menjadi salah satu dari sedikit cara untuk mengurangi penyebaran COVID-19. Bukti saat ini juga menunjukkan bahwa mengambil tindakan pencegahan yang ditentukan (yaitu membersihkan tangan, memakai masker) untuk mencegah penyebaran COVID-19 dapat mengurangi dampak psikologis negatif dengan memberikan rasa aman kepada mereka yang terlibat dalam tindakan pencegahan ini (Keckojevic *et al.*, 2020).

B. METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua masyarakat Dusun Kapringan Desa Dukuhklopo, Peterongan Jombang sebanyak 156 orang. Sampel dalam penelitian adalah sebagian masyarakat Dusun Kapringan Desa Dukuhklopo, Peterongan Jombang sebanyak 50 responden dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah strategi koping dan stress menjadi variabel dependen. Pengumpulan data variabel independen dan dependen dilakukan secara bersamaan menggunakan kuesioner (*The Ways of Coping Questionnaire* untuk mengukur strategi koping yang digunakan dan *Depression Anxiety Stress Scale* untuk mengukur stress yang dirasakan). Pengolahan data dilakukan dengan editing, koding, skoring, tabulating dan analisis. Analisis deskriptif digunakan untuk mengetahui karakteristik responden dan uji statistik Korelasi Spearman's rho digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan dependen (Nursalam, 2017).

C. HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik responden berdasarkan umur

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur

Umur	Frekuensi	Persentase
17-25	12	24
25-45	38	76
Total	50	100

Tabel 1 menunjukkan sebagian besar umur responden berada dalam kategori dewasa.

2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	13	26
Perempuan	37	74
Total	50	100

Tabel 2 menunjukkan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan.

3. Karakteristik responden berdasarkan sumber informasi

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan sumber informasi

Sumber	Frekuensi	Persentase
Smartphone	38	76
Televisi	10	20
Media cetak	2	4
Total	50	100

Tabel 3 menunjukkan sebagian responden mendapatkan informasi dari smartphone.

4. Strategi koping

Tabel 4. Distribusi frekuensi strategi koping

Strategi koping	Frekuensi	Persentase
Baik	26	52
Cukup	15	30
Kurang	9	18
Total	50	100

Tabel 4 menunjukkan sebagian besar strategi koping responden baik.

5. Tingkat Stress

Tabel 5. Distribusi frekuensi stress

Stress	Frekuensi	Persentase
Berat	7	14
Sedang	19	38
Ringan	24	48
Total	50	100

Tabel 5 menunjukkan hampir separuh responden mengalami stress ringan.

6. Hubungan strategi koping terhadap stress pada masyarakat

Tabel 6 Tabulasi silang strategi koping terhadap stress

Stress	Ringan		Sedang		Berat		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Strategi Koping								
Baik	14	28	11	22	1	2	26	52
Cukup	8	16	6	12	1	2	15	30
Kurang	2	4	2	4	5	10	9	18
Total	24	48	19	38	7	14	50	100

Uji statistik Korelasi Spearman's rho = 0,003

Tabel 6 menunjukkan bahwa strategi koping baik dengan stress ringan sebanyak 14 responden (28%).

Hasil dari uji statistik menggunakan Spearman's rho memiliki nilai signifikansi adalah 0,003 ($< \alpha$ 0,05) sehingga hipotesis alternatifnya diterima artinya ada pengaruh strategi koping dengan stress pada masyarakat.

D. PEMBAHASAN

1. Strategi Koping

Tabel 4 menunjukkan sebagian besar strategi koping responden baik. Menurut asumsi peneliti strategi koping yang dimiliki oleh responden dipengaruhi oleh faktor usia. Dalam penelitian ini sebagian besar responden berada pada usia dewasa. Pada usia ini sudah terjadi kematangan dalam berfikir pada seseorang, sehingga dapat memilih mana yang harus dilakukan untuk mengatasi masalah yang ada. Hal ini sesuai dengan pernyataan dari Choi, Tessler and Kao (2020) yang menyatakan bahwa strategi koping berkaitan dengan kematangan berfikir seseorang dan bagaimana orang tersebut dalam pengambilan keputusan.

Strategi koping dapat dipengaruhi oleh pengetahuan seseorang. Dalam penelitian ini semua responden mampu mendapatkan informasi tentang Covid-19 dengan baik, walaupun informasi tersebut berasal dari sumber yang berbeda-beda. Informasi yang cukup dan akurat dapat meningkatkan pengetahuan seseorang, sehingga dengan pengetahuan tersebut dapat digunakan sebagai sumber koping. Hal ini sesuai dengan pernyataan dari (Faize and Husain, 2020) yang menyatakan bahwa informasi yang sesuai dapat meningkatkan pengetahuan seseorang sehingga kemampuan kopingnya dapat meningkat. Strategi koping yang digunakan dapat berupa *problem focused coping* maupun *emotion focused coping*. *Problem focused coping* adalah strategi koping yang digunakan berdasarkan pada permasalahan yang ada sedangkan *emotion focused coping* menggunakan perasaan untuk menjadi dasar dalam memecahkan masalah.

2. Stress

Tabel 5 menunjukkan hampir separuh responden mengalami stress ringan. Menurut peneliti hal ini disebabkan karena responden dalam penelitian ini sebagian besar mendapatkan informasi yang adekuat terkait dengan covid 19. Informasi yang adekuat dapat menambah pengetahuan seseorang sehingga meningkatkan kemampuan orang tersebut dalam mengatasi masalah stress. Hal ini sesuai dengan penelitian dari Mheidly, Fares and Fares (2020) yang menyatakan bahwa informasi diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang yang dapat digunakan sebagai sumber untuk mengatasi masalah stress. Dalam penelitian ini semua responden dapat memperoleh informasi yang cukup terkait dengan covid-19 walaupun mereka mendapatkan informasi tersebut dari sumber yang berbeda-beda. Sumber informasi yang valid dan konstruktif dapat mengurangi stress yang dirasakan oleh seseorang.

Dalam penelitian ini sebagian besar responden berada pada usia dewasa. Usia dewasa merupakan tahap dimana seseorang dapat berfikir dengan matang. Kematangan berfikir seseorang akan mempengaruhi kemampuan dalam mengatasi masalah stress yang ada. Hal ini disebabkan karena pada usia dewasa seseorang memiliki *resources* yang cukup untuk mengatasi stress yang ada. Sumber-sumber itu dapat berupa pengalaman kehidupan, pengetahuan, dan spiritual yang didapatkan selama proses kehidupannya. Dalam mencapai usia dewasa seseorang dapat mengalami berbagai macam stress. Pengalaman itu dapat menjadi sumber bagi orang tersebut untuk menghadapi stress selanjutnya. Pernyataan ini didukung oleh (Lyons *et al.*, 2020) yang menyatakan bahwa stress masa lalu dapat menjadi sebagai acuan dalam upaya mengatasi stress dimasa mendatang. Pengalaman stress tersebut akan bertambah sesuai dengan bertambahnya usia seseorang.

Sebuah hubungan yang signifikan antara usia yang lebih tua (yaitu, 25-29 tahun) dan skor DASS muncul dalam hasil saat ini yang tidak dalam arah

yang dihipotesiskan dan berbeda dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan tidak ada hubungan dengan usia. Temuan ini juga menunjukkan kemungkinan hubungan antara jumlah anggota keluarga dan skor DASS-21 yang tidak dinilai dalam penelitian sebelumnya tetapi berbeda dari penelitian sebelumnya yang menggunakan instrumen berbeda. Namun, kedua temuan saat ini harus ditafsirkan dengan hati-hati karena tidak tahan terhadap koreksi untuk beberapa perbandingan dan dengan demikian mungkin tidak kuat. Beberapa faktor yang relevan dengan populasi dapat mempengaruhi kesejahteraan mental termasuk kesulitan ekonomi, hutang, faktor keluarga, penggusuran, kehilangan pekerjaan dan pengangguran, disintegrasi sosial, dan kualitas hidup yang buruk. Namun, penelitian kami tidak menemukan hubungan yang signifikan antara pendapatan bulanan keluarga dan skor DASS-21 di antara siswa, serupa dengan penelitian sebelumnya. Temuan juga menunjukkan bahwa status hubungan atau status perkawinan tidak berhubungan dengan skor DASS-21 yang serupa dengan studi Bangladesh sebelumnya tetapi berbeda dari laporan terbaru tentang mahasiswa. Selain itu, kami menemukan hubungan yang signifikan dengan daerah perkotaan yang mirip dengan penelitian sebelumnya tetapi tidak serupa dengan penelitian lainnya yang melaporkan tidak ada hubungan dengan tempat tinggal perkotaan (M. S. Islam *et al.*, 2020).

3. Pengaruh strategi koping terhadap stress masyarakat

Hasil dari uji statistik menggunakan Spearman's rho memiliki nilai signifikansi 0,003 ($< \alpha$ 0,05) sehingga hipotesis alternatifnya diterima artinya ada pengaruh strategi koping dengan stress pada masyarakat di Dusun Kapringan Desa Dukuhklopo, Peterongan Jombang. Hal ini dibuktikan dengan tabel cross-tabulasi yang menunjukkan bahwa strategi koping baik dengan stress ringan sebanyak 14 responden (28%). Menurut peneliti pengaruh ini terbukti karena ada kondisi searah dimana jika strategi koping baik maka stress akan diminimalisir. Strategi koping merupakan kunci dalam penurunan stress. Strategi koping yang baik akan menjadi kekuatan seseorang dalam menghadapi stress. Hal ini sesuai dengan pernyataan Islam *et al.* (2020) yang menyatakan bahwa stress yang dialami oleh masyarakat dapat diminimalisir dengan adanya strategi koping yang baik. Selain itu (Lyons *et al.*, 2020) juga berpendapat bahwa peningkatan strategi koping berbalik terbalik dengan stress yang dirasakan. Semakin tinggi kemampuan koping maka akan semakin ringan stress yang dirasakan.

Krisis kesehatan masyarakat dapat menimbulkan emosi negatif yang cukup besar, sejalan dengan teori stress dan risiko yang dirasakan. Stresor terkait COVID-19 mungkin termasuk masalah kesehatan yang berasal dari peningkatan kasus, gejala sisa strategi jarak / isolasi, dan gangguan dalam beraktifitas. Ini dapat menyebabkan perasaan putus asa, takut mati, dan frustrasi yang mungkin tumbuh selama di karantina. Selain itu, ketidakpastian

situasi dan volatilitas tentang kapan dan bagaimana mengelola penyakit dan mengurangi risiko mungkin sangat menantang dan menuntut. Saat dikarantina dan keluar dari lingkungan dan beraktifitas mungkin mengalami stres, kecemasan, kemarahan, kebosanan, kesepian, dan emosi lainnya, dengan dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dalam jangka pendek, perasaan seperti itu dapat menyebabkan masalah tidur, perubahan dalam kebiasaan makan, dan keterlibatan dalam perilaku yang berpotensi membuat ketagihan, dan beberapa faktor ini juga dapat meningkatkan DAS. Berita, informasi yang salah, dan rumor tentang COVID-19 juga dapat meningkatkan pikiran dan emosi negative di dalam diri (M. S. Islam *et al.*, 2020).

E. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Strategi koping yang adekuat dapat meminimalisir stress yang dirasakan sehingga dapat menjadi salah satu cara dalam menangani masalah stress pada masyarakat akibat pandemic covid 19. Dunia menghadapi masalah kesehatan masyarakat yang serius selama pandemi COVID-19. Pengumpulan informasi baru tentang stress di masyarakat selama pandemi. Hasilnya dapat membantu dalam mengidentifikasi masalah kesehatan mental dan individu yang mungkin berisiko tinggi dan mendapat manfaat dari intervensi. Selama masa karantina, banyak orang menghabiskan waktu di internet (termasuk di media sosial), konseling online, kampanye, dan program kesadaran lainnya yang mungkin berguna untuk mengurangi dampak COVID-19 pada kesehatan mental pada masyarakat.

2. Saran

Upaya peningkatan strategi koping masyarakat perlu ditingkatkan sehingga stress yang dirasakan dapat berkurang. Pendekatan spiritualitas dapat menjadi salah satu alternatif dalam peningkatan strategi koping untuk penanganan stress. Studi longitudinal di masa depan diperlukan untuk menyelidiki lebih dekat hubungan antara masalah kesehatan mental dan faktor terkait COVID-19 dan untuk menerjemahkan informasi ini menjadi kesehatan yang lebih baik.

F. DAFTAR PUSTAKA

- Ayana, T. M., Roba, K. T. and Mabalhin, M. O. (2019). Prevalence of psychological distress and associated factors among adult tuberculosis patients attending public health institutions in Dire Dawa and Harar cities, Eastern Ethiopia, *BMC Public Health*. BMC Public Health, 19(1), pp. 1–9. doi: 10.1186/s12889-019-7684-2.
- Babore, A. *et al.* (2020). Psychological effects of the COVID-2019 pandemic : Perceived stress and coping strategies among healthcare professionals, *Psychiatry Research*. Elsevier Ireland Ltd, 293(July), p. 113366. doi:

- 10.1016/j.psychres.2020.113366.
- Browning, M. H. E. M. *et al.* (2020). Psychological impacts from COVID-19 among university students: Risk factors across seven states in the United States, *PloS one*, 16(1), p. e0245327. doi: 10.1371/journal.pone.0245327.
- Choi, M., Tessler, H. and Kao, G. (2020). Arts and crafts as an educational strategy and coping mechanism for Republic of Korea and United States parents during the COVID - 19 pandemic, *International Review of Education*. Springer Netherlands, 66(5), pp. 715–735. doi: 10.1007/s11159-020-09865-8.
- Faize, F. A. and Husain, W. (2020). Students with severe anxiety during COVID-19 lockdown – exploring the impact and its management, (October). doi: 10.1108/JMHTEP-09-2020-0062.
- García-álvarez, L. *et al.* (2020). Early psychological impact of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) pandemic and lockdown in a large Spanish sample, 10(2). doi: 10.7189/jogh.10.020505.
- Islam, M. S. *et al.* (2020). Psychological responses during the COVID-19 outbreak among university students in Bangladesh, *PloS one*, 15(12), p. e0245083. doi: 10.1371/journal.pone.0245083.
- Islam, S. *et al.* (2020). Psychological responses during the COVID-19 outbreak among university students in Bangladesh, *PloS one*, 15(12), p. e0245083. doi: 10.1371/journal.pone.0245083.
- Kecojevic, A. *et al.* (2020). The impact of the COVID-19 epidemic on mental health of undergraduate students in New Jersey, cross-sectional study, *PLoS ONE*, 15(9 September), pp. 1–17. doi: 10.1371/journal.pone.0239696.
- Lai, A. Y. *et al.* (2020). Mental Health Impacts of the COVID-19 Pandemic on International University Students, Related Stressors, and Coping Strategies, 11(November). doi: 10.3389/fpsy.2020.584240.
- Lyons, Z. *et al.* (2020). COVID-19 and the mental well-being of Australian medical students: impact, concerns and coping strategies used, pp. 649–652. doi: 10.1177/1039856220947945.
- Mariani, R. *et al.* (2020). The Impact of Coping Strategies and Perceived Family i v o r l a n o i v o l. doi: 10.3389/fpsy.2020.587724.
- Mekonen, E. G. *et al.* (2020). The psychological impact of COVID-19 pandemic on graduating class students at the university of Gondar, northwest Ethiopia, *Psychology Research and Behavior Management*, 14, pp. 109–122. doi: 10.2147/PRBM.S300262.
- Mheidly, N., Fares, M. Y. and Fares, J. (2020). Coping With Stress and Burnout Associated With Telecommunication and Online Learning, 8(November). doi: 10.3389/fpubh.2020.574969.
- Nursalam (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Puk, J. and Kem, L. (2020). Psychological E ff ects of the COVID-19 Pandemic on Hungarian Adults.
- Putu, N. *et al.* (2020). Comparison of stress level and coping strategy between therapeutic phases in newly diagnosed tuberculosis, 9(2). doi: 10.11591/ijphs.v9i2.20410.

- Song, M. (2020). Psychological stress responses to COVID-19 and adaptive strategies in China, *World Development*. Elsevier Ltd, 136, p. 105107. doi: 10.1016/j.worlddev.2020.105107.
- Ye, Z. *et al.* (2020). Resilience , Social Support , and Coping as Mediators between COVID-19-related Stressful Experiences and Acute Stress Disorder among College Students in China. doi: 10.1111/aphw.12211.