

Spiritualitas, Kecemasan, dan Stres selama Pandemi COVID-19

Hamka¹, Muhammad Yusuf^{2*}

¹Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

²Program Studi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia

e-mail: * ham807@umkt.ac.id

Abstract / Abstrak	Keywords / Kata kunci
<p><i>This study aims to examine the effect of spirituality on anxiety and stress during the COVID-19 pandemic. This study used quantitative method with a spiritual scale measuring instrument and the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21). There were 452 participants aged 18-55 years reside in East Kalimantan Indonesia, who were recruited through a random sampling technique. This study found that there was a significant effect of spirituality on anxiety and stress during the COVID-19 pandemic in the people of East Kalimantan Indonesia.</i></p>	<p>Anxiety; COVID-19 pandemic; Spirituality; Stress</p>
<p>Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh spiritualitas terhadap kecemasan dan stres selama pandemi COVID-19. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan alat ukur skala spiritual dan <i>Depression, Anxiety and Stress Scale</i> (DASS-21). Partisipan berjumlah 452 orang berusia 18 – 55 tahun merupakan masyarakat Kalimantan Timur Indonesia yang diperoleh melalui teknik <i>random sampling</i>. Studi ini menemukan terdapat pengaruh signifikan spiritualitas terhadap kecemasan dan stres selama pandemi COVID-19 pada masyarakat Kalimantan Timur Indonesia.</p>	<p>Kecemasan; Pandemi COVID-19; Spiritualitas; Stres</p>

Pendahuluan

Perkembangan data COVID-19 per provinsi di Indonesia menunjukkan provinsi Kalimantan Timur menempati peringkat ke-7 se-Indonesia dan tertinggi di luar pulau Jawa (Antara Kantor Berita Indonesia, 2022). Tingginya kasus COVID-19 berdampak pada gangguan sosial, ekonomi dan psikologis. Berkaitan dengan dampak sosial, diantaranya terjadinya intimidasi pada korban positif COVID-19, yakni adanya stigma negatif pada keluarganya, kesulitan menguburkan jenazah COVID-19, pengusiran dari tempat tinggal, jenazah perawat yang ditolak, dikucilkan, ataupun larangan naik kendaraan umum (Sahir dkk., 2021; Saleha dkk., 2020). Dampak ekonomi tercermin dari tingginya tingkat pemutusan hubungan kerja (PHK) pada beberapa perusahaan, banyak pengusaha kehabisan modal karena kurangnya daya beli masyarakat, banyaknya keluarga yang kesulitan mencari nafkah sehingga memungkinkan tingkat kelaparan semakin tinggi (Livana dkk., 2020). Selanjutnya dampak psikologis, terlihat dari kecemasan dan stres yang dialami masyarakat (Hanum, 2020). Kekhawatiran masyarakat

disebabkan tertularnya COVID-19 pada diri mereka sehingga memunculkan stigma negatif dari orang lain (Setyaningrum & Yanuarita, 2020). Adanya kecemasan ini, mengakibatkan imun kesehatan melemah sehingga mudah tertular COVID-19 (Handayani dkk., 2020). Kecemasan dapat menimbulkan stres yang erat kaitannya dengan aspek psikologis dan fisik (Widiyanto & Khaironi, 2014), diantaranya kecemasan dan stres yang dialami masyarakat Kalimantan Timur dalam menghadapi pandemi COVID-19 (Meihartati, 2020).

Kecemasan didefinisikan sebagai situasi ketegangan dan ketakutan sebagai ancaman yang dirasakan oleh masyarakat sehingga menyebabkan terjadinya stres (Anindyajati dkk., 2021). Individu yang mengalami kecemasan tinggi menandakan emosi negatif tinggi yang berdampak pada gangguan kesehatan mental seperti mudah marah, depresi, dan stres (Wiguna dkk., 2009). Gejala kecemasan ditandai dengan gejala perilaku (gelisah dan menghindar), kognitif (rasa takut atau cemas, khawatir, waspada, sulit konsentrasi), dan fisik (sesak, telapak tangan berkeringat, kepala pusing,

jantung berdetak kencang, mual) (Wallace dkk., 2017). Meskipun gangguan kecemasan dan stres berbeda satu sama lain, namun terkadang sama dalam hal gejala atau penyakit (Eisenbenck dkk., 2021; Sahir dkk., 2021).

Stres psikologis bergantung kepada hubungan dengan lingkungan yang melebihi beban pikiran dan ketidakmampuan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi (Freedland dkk., 2020). Tingkat stres yang rendah berkontribusi pada kemampuan seseorang untuk mengatasi peristiwa, mengembangkan diri mereka sendiri, dan menjadi sukses. Namun, stres yang berlebihan dapat menghambat keterampilan seseorang serta menyebabkan penyakit fisik dan psikologis (Hamka dkk., 2020). Untuk menurunkan kecemasan dan stress, individu perlu meningkatkan spiritualitas mereka (Hamka dkk., 2020; Lesmana, 2020).

Dampak stres akan semakin buruk jika tidak tertangani dengan baik. Salah satu cara untuk mengendalikan dan mengurangi dampak tersebut adalah dengan meningkatkan spiritualitas. Dimana masyarakat Indonesia, khususnya Kalimantan Timur menyerahkan segalanya kepada Allah Swt. Spiritualitas dibutuhkan dalam menghadapi pandemi COVID-19 karena dengan meningkatkan spiritualitas, masyarakat akan menjadi lebih tenang dan meminta pertolongan kepada Allah (Ningsih dkk., 2020). Pentingnya spiritualitas membuat organisasi kesehatan dunia (WHO) memasukkan spiritualitas ini sebagai salah satu aspek kesehatan yang dalam bidang dunia Psikologi dikenal dengan istilah bio-psiko-spiritual (Hadi dkk., 2017).

Malone dan Dadswell (2018) menyatakan bahwa spiritualitas dalam pemikiran positif dan realistis membantu seseorang untuk mencapai yang terbaik dari situasi terburuk. Ini membantu untuk meningkatkan kesehatan psikologis, perasaan yang baik, serta pemecahan masalah logis untuk meningkatkan kekebalan tubuh. Hal ini sejalan dengan penelitian Kaufman dkk. (2019) yang menyatakan kesejahteraan eksternal meningkatkan fungsi adaptif perilaku sehat.

Praktik spiritual setiap agama memiliki cara yang berbeda-beda. Pada spiritualitas Islam,

memiliki dua konsep hubungan yaitu kepada Allah (vertical) sebagai Tuhannya dan hubungan kepada manusia (horizontal) (Hamka dkk., 2020). Hubungan kepada Allah dilakukan dengan menjalankan ibadah kepada Allah, seperti: zikir, salat, berbagi (shodaqoh), sedangkan hubungan kepada manusia dengan cara memberikan bantuan kepada orang lain (shodaqoh) untuk meringankan beban atau masalah orang lain (Al-Seheel & Noor, 2016). Hal ini dapat memperkuat hubungan dengan Tuhan dan manusia sehingga menjadi bahagia (Hamka & Astuti, 2019).

Untuk alasan ini, pertemuan bersama dalam spiritual merupakan elemen yang sangat penting dari kehidupan beragama (Azania & Naan, 2021). Terlepas dari keyakinan individu, spiritual memberikan solusi untuk kondisi kesehatan dan medis yang melumpuhkan, pemahaman tentang kehidupan, dan keinginan menemukan strategi dalam menyelesaikan masalah pandemi Covid-19 ini (Herlina, 2023; Ningsih dkk., 2021). Spiritual memiliki dampak positif pada kesehatan mental manusia melalui tindakan kesehatan, memberikan dukungan sosial, dan meningkatkan kesejahteraan (Fardin, 2020).

Beberapa penelitian tentang spiritualitas terhadap kecemasan dan stres telah dilakukan di Indonesia. Diantaranya hubungan antara spiritualitas dan kecemasan pada perawat dalam menangani pasien (Herlina, 2023) dan hubungan spiritual terhadap tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus (Ningsih dkk., 2020). Sedangkan penelitian ini berfokus pada masyarakat secara umum khususnya Kalimantan Timur, yang bertujuan mengetahui pengaruh spiritual terhadap kecemasan dan stres selama pandemi Covid-19 yang mereka alami. Dengan demikian hipotesis penelitian ini adalah spiritualitas dapat memengaruhi kecemasan dan stres pada masyarakat Kalimantan Timur Indonesia.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yang menguji pengaruh satu independent variable yaitu spiritualitas terhadap dua dependent variable yaitu kecemasan dan stres. Subjek penelitian sebanyak 452 partisipan di

wilayah Kalimantan Timur Indonesia diperoleh dengan metode *simple random sampling*. Partisipan terdiri dari 201 laki-laki (44.47%) dan 251 perempuan (55.57%), beragama Islam dengan berbagai profesi.

Skala yang digunakan adalah skala spiritual Ellison (1983) dengan 12 item yang sudah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia (Hamka dkk., 2020). Nilai setiap item mulai dari angka 1 (sama sekali tidak setuju) hingga angka 6 (sangat setuju) dan tidak ada angka tengah. Skala ini mengukur kesejahteraan spiritual dan kesejahteraan beragama dengan contoh item: “Saya belum menemukan tujuan hidup saya” dan “Di dunia ini, saya merasa tidak pernah merasa tenang”. Pada penelitian sebelumnya ditemukan skor cronbach’s alpha sebesar .83. Sedangkan dalam penelitian ini didapatkan skor cronbach’s alpha .87.

Untuk menilai tingkat kecemasan dan stres menggunakan skala kecemasan dan stres versi Indonesia berasal dari *Depression, Anxiety, and Stress Scale* (DASS-21) yang sudah digunakan oleh Oei dkk. (2013). Skala DASS terdiri dari 21 item yang meliputi 3 kategori, yaitu: depresi, kecemasan dan stres. Setiap kategori terdiri dari 7 item. Pada setiap item, nilai paling

tinggi adalah 4 dan paling rendah adalah 0. Partisipan diminta untuk menilai berapa banyak dari masing-masing item (dalam bentuk pernyataan) yang diterapkan pada mereka selama seminggu terakhir. Semakin tinggi skornya, semakin parah tekanan emosionalnya. Beberapa contoh item diantaranya: “Saya merasa sulit untuk menenangkan diri”, “Saya menyadari mulut saya kering”, dan “Sepertinya saya tidak dapat merasakan perasaan positif sama sekali”. Dalam penelitian sebelumnya ditemukan cronbach’s alpha sebesar .81 (kecemasan) dan .87 (stres). Sedangkan dalam penelitian ini ditemukan cronbach’s alpha sebesar .82 (kecemasan) dan .75 (stres).

Analisis data penelitian ini dilakukan dengan multivariate analysis of variance, untuk memprediksi pengaruh variabel terikat (IV) terhadap dua variabel bebas (DV).

Hasil

Partisipan penelitian yang berjumlah 452 orang (tabel 1) didominasi oleh perempuan dan seluruhnya beragama Islam. Selain itu, partisipan banyak yang berasal dari kalangan mahasiswa berusia antara 18 – 25 tahun. Pengambilan sampel di Kalimantan Timur karena merupakan provinsi tertinggi di luar pulau Jawa (peringkat ke-7) dalam hal jumlah masyarakat yang terinfeksi COVID-19 di Indonesia. Pemilihan partisipan menggunakan *simple random sampling*.

Berdasarkan hasil uji *lavene’s test of equality of error variances*, diperoleh nilai signifikan $p > .05$, hal ini menunjukkan bahwa data yang diperoleh bersifat homogen. Adapun hasil uji F (tabel 2) pada variabel spiritual diperoleh nilai sebesar 2.176 dengan nilai signifikansi $p < .05$. Dengan tingkat signifikansi 95%, hal ini menunjukkan spiritualitas memiliki pengaruh signifikan terhadap kecemasan dan stres. Hasil analisis manova menunjukkan bahwa *corrected model, intercept*, dan spiritual, kecemasan dan stres signifikan dimana nilai $p < .05$.

Tabel 1
Demografi Partisipan

Item Demografik	Frekwensi (%)
Jenis kelamin	
Laki-Laki	201 (44.47)
Perempuan	251(55.53)
Usia	
18 - 25 tahun,	201(44.47)
26 - 40 tahun	172 (35.05)
41 - 55 tahun	79 (17.48)
Agama	
Islam	452 (100)
Pekerjaan	
Mahasiswa	102 (22.57)
Pegawai	89 (19.69)
Wirausaha	98 (17.48)
Pengusaha	98 (21.58)
Petani	84 (18.58)

Tabel 2
Hasil Uji Koefisien Multivariate of Varian (n=452)

Source	Dependent Variable	Df	Mean Square	F	Sig
Corected					
Model	Kecemasan	41	21.448	2.176	.000
	Stres	41	9.664	2.045	.000
Intercept	Kecemasan	1	21735.216	22.5437	.000
	Stres	1	24969.445	5283.455	.000
Spiritual	Kecemasan	41	2.176	2.176	.000
	Stres	41	2.045	2.045	.000

Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh spiritualitas terutama dalam agama Islam terhadap kecemasan dan stres pada masyarakat di Indonesia khususnya Kalimantan Timur selama pandemi COVID-19. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang mengemukakan bahwa spiritual dapat dipengaruhi oleh kondisi dan lingkungan sehingga menurunkan kecemasan (Azania & Naan, 2021). Kondisi mental dimana seseorang sudah memasrahkan diri kepada Allah dalam menghadapi masalah, hal itu membentuk sebuah harapan positif yang dapat menurunkan kecemasan dan menyerahkan segalanya kepada Allah (El Zuhby, 2021). Sejalan pula dengan penelitian Saleha dkk. (2020) bahwa kecerdasan spiritual disertai dengan dukungan sosial dapat memengaruhi stres perawat di masa pandemi COVID-19.

Selain itu, penelitian lain juga menjelaskan bahwa spiritual Islam telah dilakukan oleh masyarakat muslim di Iran, Mesir, Turki dan Arab Saudi dalam menghadapi COVID-19 (Piwko, 2021). Masyarakat Muslim menyatakan tidak memiliki kecemasan tinggi karena mereka menyerahkan pandemi ini kepada Allah sebagai takdir yang sudah ditentukan (Piwko, 2021; Supriatna, 2020). Spiritual adalah penegasan atau pemeliharaan hubungan interpersonal dengan Tuhan, diri sendiri, masyarakat, dan lingkungan untuk menciptakan kebahagiaan dan kepuasan hidup (Ellison, 1983; Hamka & Astuti, 2020). Jika spiritual individu sehat, maka kondisi psikologis juga akan sehat (Putra & Kasmiarno, 2020).

Masalah kesehatan jiwa berkontribusi besar terhadap beban hidup individu yang menyebabkan kecemasan dan stres (Anindyajati dkk., 2021; Wiguna dkk., 2020). Pencegahan gangguan kesehatan jiwa yang bersifat spiritual dapat dilakukan oleh individu dibandingkan dengan fisik dan atau materi untuk mencapai tujuan dan makna hidup (Hamka dkk., 2020; Rias dkk., 2020; Saud dkk., 2021; Sunjaya dkk., 2021). Allah Swt. berfirman dalam Surah Arra'du ayat 28: "(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hatinya menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram."

Kecemasan dapat dikendalikan oleh setiap individu ketika mendapatkan harapan atau solusi atas masalah yang dihadapinya sehingga tidak menimbulkan stres (Sahir dkk., 2021; Saud dkk., 2021; Tosepu dkk., 2020). Semakin takut seseorang tertular COVID-19, maka orang tersebut akan semakin cemas sehingga menimbulkan emosi negatif yang dapat menjadi prediktor stres. Kesehatan mental yang negatif dapat menyebabkan kekebalan tubuh melemah sehingga lebih mudah terinfeksi COVID-19 (Herlina, 2023). Allah menciptakan manusia memiliki rasa cemas, mengeluh dan merasa lemah sebagai reaksi dari kepekaan alami tubuh dan sistem syaraf terhadap sesuatu yang tidak menyenangkan bagi dirinya, karena pada dasarnya bencana dan kesusahan bukanlah hal yang diinginkan manusia pada umumnya (Rena, 2019). Kecemasan dipengaruhi oleh gaya coping berorientasi emosional termasuk tanggapan emosional, keasyikan diri, dan reaksi fantasi; penyebab depresi, kecemasan, dan stres (Eisenbeck dkk., 2021). Ketika masyarakat Kalimantan Timur mengalami kecemasan yang tinggi akibat COVID-19 dapat berdampak pada hubungan sosial, perilaku, dan kesehatan mental mereka. Diperburuk oleh kondisi gangguan kesehatan mental dan stres karena kurangnya dukungan sosial, riwayat perlakuan buruk, informasi negatif media, menjaga jarak, ketakutan terinfeksi COVID-19 dan kesulitan keuangan kronis (Saud dkk., 2021). Adapun Imam Ghazali (1986) mengaitkan stres dalam konteks keputusan dengan konsep kebahagiaan, ia menyatakan bahwa kebahagiaan adalah sesuatu yang diperoleh dengan kerja keras dan usaha terus-menerus, tetapi orang yang menyerah tidak akan memperjuangkan sesuatu yang sebenarnya mungkin untuk dicapai (Khaer dkk., 2021).

COVID-19 berdampak pada ekonomi, sosial dan psikologis yang membuat masyarakat menjadi panik. Hal ini mengakibatkan masyarakat harus berdiam diri di rumah mengharapkan bantuan dari pemerintah untuk menjalankan kehidupan mereka (Rena, 2019). Kecemasan yang dirasakan masyarakat disertai kekecewaan ketika tidak mendapatkan bantuan yang memuaskan dari

pemerintah (Djalante dkk., 2020). Namun, aktivitas spiritual seperti salat, baca Alquran dan berzikir kepada Allah dapat membuat individu merasa lebih tenang dan bahagia (Hamka & Astuti., 2020; Putra & Kasmiarno., 2020). Meskipun penelitian ini menemukan bahwa spiritual dapat memengaruhi kecemasan dan stres pada masyarakat, namun penelitian ini memiliki keterbatasan diantaranya: pertama, penelitian ini hanya berfokus pada masyarakat di Kalimantan Timur, sehingga hasil penelitian tidak dapat dibandingkan dengan wilayah lain. Kedua, penelitian ini hanya mengungkap pengaruh spiritual pada kecemasan dan stres, yakni dua diantara sejumlah dampak psikologis pandemi, adapun dampak lainnya yaitu bidang sosial dan ekonomi, perlu diungkap pula bagaimana spiritualitas berperan terhadap bidang-bidang tersebut.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, spiritualitas dapat memengaruhi kecemasan dan stres, hal ini disebabkan sebagian masyarakat Kalimantan Timur meningkatkan spiritualitas untuk mencegah penularan COVID-19 dan menjaga kebersihan untuk kesehatan fisik. Dengan meningkatkan spiritualitas masyarakat dapat memperkuat imun kesehatan sehingga tidak mudah tertular COVID-19 atau dapat mempercepat penyembuhan dari kondisi sakit sehingga masyarakat Kalimantan Timur menjadi tenang dan tidak cemas, panik, ataupun stres.

Referensi

- Al-Seheel, A. Y., & Noor, N. M. (2016). Effects of an islamic-based gratitude strategy on muslim students' level of happiness. *Mental Health, Religion & Culture*, 19(7), 686-703. <https://doi.org/10.1080/13674676.2016.1229287>
- Anindyajati, G., Wiguna, T., Murtani, B. J., Christian, H., Wigantara, N. A., Putra, A. A., Hanafi, E., Minayati, K., Ismail, R. I., Kaligis, F., Savitri, A. I., Uiterwaal, C. S. P. M., & Diatri, H. (2021). Anxiety and its associated factors during the initial phase of the covid-19 pandemic in Indonesia. *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.634585>
- Antara Kantor Berita Indonesia. (2022). *Data perkembangan covid-19 di Indonesia per provinsi*. Antara. <https://www.antaraneews.com/covid-19>
- Azania, D., & Naan, N. (2021). Peran spiritual bagi kesehatan mental mahasiswa di tengah pandemi covid-19. *HUMANISTIKA: Jurnal Keislaman*, 7(1), 26-45. <https://doi.org/10.55210/humanistika.v7i1.384>
- Djalante, R., Lassa, J., Setiamarga, D., Sudjatma, A., Indrawan, M., Haryanto, B., Mahfud, C., Sinapoy, M. S., Djalante, S., Rafliana, I., Gunawan, L. A., Surtiari, G. A. K., & Warsilah, H. (2020). Review and analysis of current responses to covid-19 in Indonesia: Period of january to march 2020. *Progress in Disaster Science*, 6, 100091. <https://doi.org/10.1016/j.pdisas.2020.100091>
- Eisenbeck, N., Carreno, D. F., & Pérez-Escobar, J. A. (2021). Meaning-centered coping in the era of covid-19: Direct and moderating effects on depression, anxiety, and stress. *Front Psychol*, 12, 648383. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.648383>
- Ellison, C. W. (1983). Spiritual well-being: Conceptualization and measurement. *Journal of Psychology and Theology*, 11(4), 330–338. <https://doi.org/10.1177/009164718301100406>
- Fardin, M. A. (2020). Covid-19 epidemic and spirituality: A review of the benefits of religion in times of crisis. *Jundishapur Journal of Chronic Disease Care*, 9(2), e104260. <https://doi.org/10.5812/jjcdc.104260>
- Freedland, K. E., Dew, M. A., Sarwer, D. B., Burg, M. M., Hart, T. A., Ewing, S. W. F., Fang, C. Y., Blozis, S. A., Puterman, E., Marquez, B., & Kaufmann, P. G. (2020). Health psychology in the time of covid-19. *Health Psychology*, 39(12), 1021-1025. <https://doi.org/10.1037/hea0001049>
- Hadi, I., Halid, S., & Istiana, D. (2017). *Ibm pelatihan asuhan spiritual bagi perawat di RSI Siti Hajar Mataram tahun 2016*. Seminar

- Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat UNIMUS 2017. Muhammadiyah University Semarang.
- Hamka, H., & Astuti, T. (2019). Perspektif kebahagiaan masyarakat yang tinggal dekat tempat pembuangan akhir sampah di Samarinda. *Psycho Idea*, 17(1), 87-97. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v17i1.3425>
- Hamka, Ni'matuzahroh, & Suen, M.-W. (2020). Spiritual well-being and mental health of students in Indonesia. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 365. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200120.032>
- Handayani, R. T., Kuntari, S., Darmayanti, A. T., Widiyanto, A., & Atmojo, J. T. (2020). Faktor penyebab stres pada tenaga kesehatan dan masyarakat saat pandemi covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 353-360. <https://doi.org/10.26714/jkj.8.3.2020.353-360>
- Hanum, F. (2020). *Dampak covid-19 terhadap psikologis masyarakat modern*. Prosiding Webinar Nasional Universitas Mahasaraswati Denpasar 2020.
- Herlina, S. (2023). Spiritualitas dan tingkat kecemasan perawat dalam merawat pasien hemodialisis dengan covid-19. *Indonesian Journal of Health Development*, 5(1), 9-16. <https://doi.org/10.52021/ijhd.v5i1.113>
- Kaufmann, M., Goetz, T., Lipnevich, A. A., & Pekrun, R. (2019). Do positive illusions of control foster happiness?. *Emotion*, 19(6), 1014-1022. <https://doi.org/10.1037/emo0000499>
- Khaer, M., Mansyur, A., Yasser, Ridfah, A., & Ridha, A. A. (2021). The effectiveness of writing the letter of gratitude technique in reducing the stress level of islamic boarding school student. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami* 7(1), 79-85. <https://doi.org/10.19109/psikis.v7i1.4612>
- Lesmana, D. (2014). Kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi masa pensiun. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(1), 168-183. <https://doi.org/10.22219/jipt.v2i1.1778>
- Livana, P. H., Suwoso, R. H., Febrianto, T., Kushindarto, D., & Aziz, F. (2020). Dampak pandemi covid-19 bagi perekonomian masyarakat desa. *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, 1(1), 37-48. <https://doi.org/10.34306/adimas.v2i1.548>
- Malone, J., & Dadswell, A. (2018). The role of religion, spirituality and/or belief in positive ageing for older adults. *Geriatrics*, 3(2), 28. <https://doi.org/10.3390/geriatrics3020028>
- Meihartati, T. (2020). Pentingnya protokol kesehatan keluar masuk rumah saat pandemi covid-19 di lingkungan masyarakat RT 30 kelurahan Air Hitam, Samarinda, Kalimantan Timur. *Abdimas Medika*, 1(2). <https://doi.org/10.35728/pengmas.v1i2.155>
- Ningsih, W., Sowwam, M., & Lusiana, L. (2021). Hubungan spiritualitas terhadap tingkat kecemasan penderita diabetes melitus pada masa pandemi covid-19 di kecamatan Sambungmacan Sragen. *Jurnal Keperawatan CARE*, 12(2).
- Oei, T. P. S., Sawang, S., Goh, Y. W., & Mukhtar, F. (2013). Using the depression anxiety stress scale 21 (DASS-21) across cultures. *International Journal of Psychology*, 48(6), 1018-1029. <https://doi.org/10.1080/00207594.2012.755535>
- Piwko, A. M. (2021). Islam and the covid-19 pandemic: Between religious practice and health protection. *J Relig Health* 60, 3291–3308. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01346-y>
- Rena, S. (2019). Mekanisme respon stres: Konseptualisasi integrasi islam dan barat. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 5(1), 48-61. <https://doi.org/10.19109/Psikis.v5i1.3116>
- Rias, Y. A., Rosyad, Y. S., Chipojola, R., Wiratama, B. S., Safitri, C. I., Weng, S. F., Yang, C. Y., & Tsai, H. T. (2020). Effects of spirituality, knowledge, attitudes, and practices toward anxiety regarding covid-19 among the general population in Indonesia: A

- cross-sectional study. *Journal of Clinical Medicine*, 9(12), 1-16.
<https://doi.org/10.3390/jcm9123798>
- Sahir, S. H., Ramadhana, R. S. A., Marpaung, M. F. R., Munthe, S. R., & Watrianthos, R. (2021, 2021/06/01). Online learning sentiment analysis during the covid-19 Indonesia pandemic using twitter data. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, 1156(1), 012011.
<https://doi.org/10.1088/1757-899x/1156/1/012011>
- Saleha, N., Delfina, R., Nurlaili, N., Ardiansyah, F., & Nafratilova, M. (2020). Dukungan sosial dan kecerdasan spiritual sebagai faktor yang memengaruhi stres perawat di masa pandemi covid-19. *NURSCOPE J. Penelit. dan Pemikir. Ilm. Keperawatan*, 6(2), 57-65.
<http://dx.doi.org/10.30659/nurscope.6.2.57-65>
- Saud, M., Ashfaq, A., Abbas, A., Ariadi, S., & Mahmood, Q. K. (2021). Social support through religion and psychological well-being: Covid-19 and coping strategies in Indonesia. *Journal of Religion and Health*, 60(5), 3309-3325.
<https://doi.org/10.1007/s10943-021-01327-1>
- Setyaningrum, W., & Yanuarita, H. A. (2020). Pengaruh covid-19 terhadap kesehatan mental masyarakat di kota Malang. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*, 4(4).
<http://dx.doi.org/10.58258/jisip.v4i4.1580>
- Sunjaya, D. K., Herawati, D. M. D., & Siregar, A. Y. M. (2021). Depressive, anxiety, and burnout symptoms on health care personnel at a month after covid-19 outbreak in Indonesia. *BMC Public Health*, 21(1), 227.
<https://doi.org/10.1186/s12889-021-10299-6>
- Supriatna, E. (2020). Wabah corona virus disease covid 19 dalam pandangan islam. *SALAM: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i*, 7(6), 555-564.
<http://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i6.15247>
- Tosepu, R., Gunawan, J., Effendy, D. S., Ahmad, L. O. A. I., Lestari, H., Bahar, H., & Asfian, P. (2020). Correlation between weather and covid-19 pandemic in Jakarta, Indonesia. *Science of the Total Environment*, 725, 138436.
<https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2020.138436>
- Wallace, M. L., McMakin, D. L., Tan, P. Z., Rosen, D., Forbes, E. E., Ladouceur, C. D., Ryan, N. D., Siegle, G. J., Dahl, R. E., Kendall, P. C., Mannarino, A., & Silk, J. S. (2017). The role of day-to-day emotions, sleep, and social interactions in pediatric anxiety treatment. *Behaviour Research and Therapy*, 90, 87-95.
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2016.12.012>
- Widiyanto, J., & Khaironi, M. (2014). Hubungan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis. *Photon: Jurnal Sain dan Kesehatan*, 5(1), 29-32.
<https://doi.org/10.37859/jp.v5i1.191>
- Wiguna, T., Anindyajati, G., Kaligis, F., Ismail, R. I., Minayati, K., Hanafi, E., Murtani, B. J., Wigantara, N. A., Putra, A. A., & Pradana, K. (2020). Brief research report on adolescent mental well-being and school closures during the covid-19 pandemic in Indonesia. *Frontiers in Psychiatry*, 11.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.598756>

Halaman ini sengaja dibiarkan kosong