

Faktor yang mempengaruhi kecemasan pada santri setelah Covid-19 pandemi di pondok pesantren

Factors affecting anxiety in students after the Covid-19 pandemic in boarding schools

Yuni Asri

Departemen Keperawatan, Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya Malang

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic has significantly impacted various aspects of global life, including education and mental well-being, including anxiety, making the handling of the mental well-being issues of the Islamic boarding school students increasingly important. The objective of this study is to analyse the factors influencing anxiety among Islamic boarding school students after the Covid-19 pandemic in East Java, Indonesia. The research design employed in this study is cross-sectional, conducted in several Islamic boarding schools in East Java, namely Malang, Jombang, Mojokerto, and Bojonegoro, using purposive sampling technique with a sample size of 425 respondents. The measurement instrument utilized is a questionnaire, and anxiety was assessed using DASS-21, with bivariate analysis results employing chi-square and multivariate logistic regression analysis. The results indicate that approximately 92.9% of the students experienced anxiety. Overall, only the frequency of family visits significantly influenced anxiety among students after the Covid-19 pandemic in Islamic boarding schools, with an odds ratio of 4.30 (95% CI: 1.689 – 10.98). The importance of collaboration with the boarding school staff and the families of the students can also be pivotal in maintaining the mental well-being of the students. Thus, it is expected that future research will focus on support services, including mental well-being programs, counselling, and psychological support

Keywords: Anxiety, students (santri); Covid-19 pandemic; family visits; islamic boarding school

ABSTRAK

Pandemi Covid-19 telah memberikan dampak yang signifikan pada berbagai aspek kehidupan global, termasuk pendidikan dan kesejahteraan mental, termasuk kecemasan, sehingga penanganan masalah kesejahteraan mental santri menjadi semakin penting. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada santri setelah Covid-19 Pandemi di Pondok Pesantren Jawa Timur Indonesia. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*, dan dilakukan di beberapa Pondok Pesantren Jawa Timur yaitu Malang, Jombang, Mojokerto, dan Bojonegoro dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* dengan jumlah 425 responden. Instrumen pengukuran ini menggunakan kuesioner DASS-21 untuk menilai kecemasan dan hasil analisis bivariat menggunakan *chi-square* dan *multivariate regression logistic analysis*. Hasil menunjukkan bahwa sekitar 92,9% santri mengalami kecemasan, secara keseluruhan, hanya frekuensi kunjungan keluarga yang mempengaruhi kecemasan pada santri setelah Covid-19 Pandemi di Pondok Pesantren dengan nilai odds ratio 4.30 (95% CI: 1.689-10.98). Pentingnya kerja sama dengan staf pondok pesantren dan keluarga santri juga dapat menjadi kunci dalam menjaga kesejahteraan mental para santri, sehingga diharapkan penelitian selanjutnya difokuskan pada layanan dukungan termasuk program kesejahteraan mental, konseling dan dukungan psikologis.

Kata Kunci : Kecemasan; santri; pandemi covid-19; kunjungan keluarga; pondok pesantren

Korespondensi: Yuni Asri, ITSK RS dr. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya Malang, Jl S. Supriadi No.22, Sukun, Malang, Jatim, Email; yuniasri@itsk-soepraoen.ac.id

PENDAHULUAN

Coronavirus (Covid-19) pertama kali diidentifikasi sebagai kasus pneumonia di Wuhan, China dan disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2)*, *Middle East Respiratory Syndrome coronavirus (MERS-CoV)* (1).

Dampak dari *Covid-19* pada masa pandemi ini diantaranya yaitu pada sosial ekonomi (2) (3) (4), kesehatan (5) (6), masalah kesehatan mental (7) (8) (9) (10) (11), dan juga berpotensi pada kematian (4). Ditemukan dari hasil penelitian sebelumnya bahwa kesehatan mental masih menjadi masalah serius di kalangan remaja dan hampir 40,4% remaja memiliki kecenderungan untuk mengalami masalah psikologis (12), penelitian lain juga menemukan 30,76% populasi umum dilaporkan depresi, 26,57% mengalami kecemasan, dan 24,48% melaporkan stress (9). Pada umumnya beberapa penelitian melaporkan kesehatan mental di kalangan orang dewasa dan orang tua saja (13) (14), dan masih sedikit ditemukan penelitian yang melaporkan kesehatan mental pada masa *Covid-19* di kalangan anak muda, khususnya di pondok pesantren di Indonesia. Bahkan beberapa yang ditemukan hanya berfokus pada penelitian dalam membentuk proses pembelajaran (15).

Studi penelitian sebelumnya di Pesantren Malang Indonesia melaporkan bahwa 56% santri mengalami depresi, 76% kecemasan (16), penelitian lain menyebutkan bahwa 54% remaja mengalami kecemasan selama pandemi *Covid-19* (17) dan masih belum ada penelitian tentang kesehatan mental dengan jumlah responden yang lebih banyak yang dapat mewakili beberapa daerah di Jawa Timur, ini merupakan penelitian pertama kali di Jawa Timur.

Salah satu aspek yang perlu diperhatikan adalah hubungan antara frekuensi kunjungan keluarga dan komunikasi dengan teman dengan tingkat kecemasan pada santri selama dan pasca-pandemi, untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor pada kecemasan santri, penelitian ini sangat penting untuk dilakukan. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada santri setelah *Covid-19* Pandemi di Pondok Pesantren.

METODE

Desain penelitian ini adalah *cross sectional*, proses pengambilan data dilakukan pada bulan Februari-Maret 2022 pada santri di Pondok Pesantren Jawa Timur. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santri di Pondok Pesantren di Jawa Timur. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian santri di Pondok Pesantren Malang, Jombang, Mojokerto, Bojonegoro dan jumlah peserta penelitian yang diperlukan untuk studi ini ditentukan dengan menggunakan rumus proporsi populasi tunggal dengan mempertimbangkan tingkat interval kepercayaan 95%, presisi 5% (18) (19). Teknik *sampling* yang digunakan adalah metode *purposive sampling* sesuai kriteria inklusi yaitu usia 10-18 tahun, tidak sedang sakit, bersedia menjadi responden, tinggal di pondok pesantren, dan didapatkan sejumlah 425 responden.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner, yang terdiri dari data demografis, usia (10-18 tahun), jenis kelamin (laki-laki, perempuan), tingkat pendidikan (SMP, SMA), keinginan mondok (sendiri, orang tua), uang saku (cukup, kurang), kepribadian (*introvert*, *ekstrovert*), kunjungan keluarga (sering, kadang-kadang, jarang, tidak pernah), lama tinggal (<1 tahun, 1-2 tahun, >2 tahun), komunikasi dengan teman (sangat baik, baik, biasa saja, kurang baik, tidak baik), kepuasan lingkungan (sangat puas, puas, biasa saja, kurang puas, tidak puas), status kesehatan (sangat baik, baik, biasa saja, kurang baik, tidak puas), riwayat gangguan mental (ya, tidak), kemampuan dalam bergaul (sangat baik, baik, biasa saja, kurang baik, tidak baik), kebutuhan tidur (sangat puas, puas, biasa saja, kurang puas, tidak puas), status kesehatan dan kecemasan menggunakan kuesioner *DASS-*

21 yang terdiri 21 item pertanyaan meliputi; 7 pertanyaan depresi, 7 pertanyaan kecemasan, dan 7 pertanyaan tentang stress dengan pilihan jawaban skala *likert*, nilai dibagi menjadi lima kategori kecemasan yaitu normal (0-7) ringan (8-9) sedang (10-14) berat (15-19) sangat berat (≥ 20) (20) (21), kemudian dikategorikan menjadi 2 yaitu normal (0-7) dan cemas ($8 \geq 20$). Data diolah menggunakan *IBM SPSS v26.0 (IBM Corp)* dan dianalisis dengan menggunakan *chi-square* dan *multivariate logistic regression*.

HASIL

Penelitian ini melibatkan 425 siswa dari beberapa Pesantren Islam di Jawa Timur dan Tabel 1 menggambarkan tentang gambaran umum karakteristik responden.

Tabel 1. Distribusi frekuensi variabel penelitian (N=425)

Variabel	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	106	24,9
Perempuan	319	75,1
Tingkat pendidikan		
SMP/MTS	169	39,8
SMA/MA	256	60,2
Keinginan tinggal di pondok		
Sendiri	322	75,8
Orang tua	103	24,2
Kepuasan uang saku setiap bulan dari orang tua		
Puas	386	90,8
Tidak puas	39	9,2
Tipe kepribadian		
<i>Extrovert</i>	185	43,5
<i>Introvert</i>	240	56,5
Jumlah kunjungan keluarga		
Sering	118	27,8
Kadang-kadang	290	68,2
Tidak pernah	17	4,0
Lama tinggal		
>1 tahun	351	82,6
< 1 tahun	74	17,4
Komunikasi dengan teman		
Baik	324	76,2
Rata-rata	89	20,9
Kurang baik/Tidak baik	12	2,8
Kepuasan tinggal di lingkungan pondok		
Puas	252	59,3
Rata-rata	163	38,4
Tidak puas	10	2,4
Status kesehatan		
Baik	395	92,9
Kurang baik	30	7,1
Sosialisasi dengan teman		
Baik	404	95,1
Tidak baik	21	4,9
Kebutuhan tidur		
Baik	254	59,8
Cukup	102	24,0
Kurang	69	16,2
Menggunakan masker pada saat beraktivitas		
Ya	106	24,9
Tidak	319	75,1

Variabel	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Menjaga Jarak,		
Ya	106	24,9
Tidak	319	75,5
Menutup mulut dengan tissue atau lengan bagian dalam apabila batuk		
Ya	160	37,6
Tidak	265	62,4
Kecemasan		
Normal	25	5,9
Cemas	400	94,1

Pada variabel jenis kelamin menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 319 orang (75,1%). Mengenai latar belakang pendidikan, sebesar 60,2% dari responden telah menyelesaikan pendidikan SMA. Menariknya, 75,8% menyatakan keinginan mereka untuk tinggal di pesantren. Sebuah temuan yang mencolok menunjukkan bahwa 90,8% dari responden puas dengan dukungan keuangan yang mereka terima dari orang tua mereka. Dalam hal tipe kepribadian 56,5% mengidentifikasi diri sebagai *introvert*. Kunjungan keluarga bervariasi; 27,8% mengalami kunjungan yang sering, 68,2% kunjungan sesekali, dan 4,0% tidak pernah mendapat kunjungan keluarga.

Sebanyak 82,6% responden tinggal di pesantren Islam selama lebih dari satu tahun. Komunikasi dengan teman-teman umumnya positif, dengan 76,2% melaporkan komunikasi yang baik. Selanjutnya, 59,3% menyatakan kepuasan dengan lingkungan tempat mereka tinggal. Kesehatan pribadi sangat penting bagi kesejahteraan mental mereka, karena 92,9% melaporkan memiliki kesehatan yang baik. Selanjutnya, responden secara umum memiliki hubungan yang baik dengan teman-teman mereka (95,1%) dan melaporkan kualitas tidur yang relatif positif (59,8%).

Menariknya, sebagian besar (75,1%) tidak menggunakan masker selama aktivitas, dan 62,4% tidak menjalankan praktik kebersihan seperti menutup mulut saat batuk, dan secara mencolok, 94,1% responden didapatkan hasil dengan kecemasan.

Tabel 2. *Chi-squared analysis*

Variabel Penelitian	Kecemasan				p-value
	Normal		Cemas		
	F	%	F	%	
Jenis kelamin					
Laki-laki	8	1,95	98	23,1	0,400
Perempuan	17	4,0	302	71,1	
Tingkat Pendidikan					
SMP/MTS	6	1,4	163	38,4	0,097
SMA/MA	19	4,5	237	55,8	
Keinginan tinggal di pondok					
Sendiri	17	4,0	305	71,8	0,350
Orang tua	8	1,9	95	22,4	
Kepuasan uang saku setiap bulan dari orang tua					0,355
Puas	24	5,6	362	85,2	0,714
Tidak puas	1	0,2	38	8,9	
Tipe kepribadian					
Extrovert	10	2,4	175	41,2	0,714
Introvert	15	3,5	225	52,9	
Jumlah kunjungan keluarga					
Sering	14	3,3	104	24,5	0,002

Variabel Penelitian	Kecemasan				p-value
	Normal		Cemas		
	F	%	F	%	
Kadang-kadang	9	2,1	281	66,1	
Tidak pernah	2	0,5	15	3,5	
Lama tinggal					
>1 tahun	22	5,2	329	77,4	0,462
< 1 tahun	3	0,7	71	16,7	
Komunikasi dengan teman					
Baik	24	5,6	300	92,6	0,029
Rata-rata	0	0,0	89	20,9	
Kurang baik/Tidak baik	1	0,2	11	2,6	
Kepuasan tinggal dilingkungan pondok					
Puas	18	4,2	234	55,1	0,293
Rata-rata	6	1,4	157	36,9	
Tidak puas	1	0,2	9	2,1	
Status Kesehatan					
Baik	24	5,6	371	87,3	0,538
Kurang baik	1	0,2	29	6,8	
Sosialisasi dengan teman					
Baik	24	5,6	380	89,4	0,823
Tidak baik	1	0,2	20	4,7	
Kebutuhan tidur					
Baik	20	4,7	234	55,1	0,084
Cukup	2	0,5	100	23,5	
Kurang	3	0,7	66	15,5	
Menggunakan masker pada saat beraktivitas					
Ya	5	1,2	101	23,8	0,556
Tidak	20	4,7	299	70,4	
Menjaga Jarak					
Ya	3	0,7	101	23,8	0,135
Tidak	22	5,2	299	70,4	
Menutup mulut dengan tissue atau lengan bagian dalam apabila batuk					0,954
Ya	19	4,5	306	72,0	
Tidak	6	1,4	94	22,1	

Tabel 2 menyajikan analisis *Chi-square* tentang potensi hubungan antara berbagai dalam populasi yang diteliti, pada variabel kecemasan menunjukkan hasil korelasi signifikan ($p < 0,05$) antara variabel independen dengan variabel dependen, diantaranya yaitu frekuensi kunjungan keluarga ($p=0,002$) dan komunikasi dengan teman ($p = 0.029$).

Tabel 3 Analisis faktor faktor yang mempengaruhi kecemasan (N = 425)

Variabel Penelitian	Odds Ratio (OR)	95 % Confidence Interval (CI)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	1,00	-
Perempuan	1,47	0,512-4,229
Tingkat Pendidikan		
SMP/MTS	1,00	-
SMA/MA	0,41	0,115-1,457

Variabel Penelitian	Odds Ratio (OR)	95% Confidence Interval (CI)
Keinginan tinggal di pondok		
Sendiri	1,00	-
Orang tua	0,67	0,242-1,878
Kepuasan uang saku setiap bulan dari orang tua		
Puas	1,00	-
Tidak puas	6,34	0,294-136,6
Tipe kepribadian		
Extrovert	1,00	-
Introvert	0,94	0,372-2,385
Jumlah kunjungan keluarga		
Sering	1,00	-
Kadang-kadang	4,30*	1,689-10,98
Tidak pernah	0,60	0,088-4,189
Lama tinggal		
>1 tahun	1,00	-
< 1 tahun	1,00	0,207-4,895
Komunikasi dengan teman		
Baik	1,00	-
Rata-rata	1,05	0,000-1,000
Kurang baik/Tidak baik	0,41	0,015-11,80
Kepuasan tinggal dilingkungan pondok		
Puas	1,00	-
Rata-rata	1,00	0,319-3,129
Tidak puas	0,10	0,005-2,494
Status Kesehatan		
Baik	1,00	-
Kurang baik	2,52	0,164-38,82
Sosialisasi dengan teman		
Baik	1,00	-
Tidak baik	0,29	0,021-4,158
Kebutuhan tidur		
Baik	1,00	-
Cukup	4,03	0,775-21,03
Kurang	1,14	0,275-4,776
Menggunakan masker pada saat beraktivitas		
Ya	1,00	-
Tidak	1,54	0,350-6,824
Menjaga Jarak		
Ya	1,00	-
Tidak	0,24	0,041-1,474
Menutup mulut dengan tissue atau lengan bagian dalam apabila batuk		
Ya	1,00	-
Tidak	1,22	0,403-3,693

Tabel 3 menunjukkan faktor faktor yang paling berhubungan dengan kecemasan, hanya variabel jumlah kunjungan keluarga menunjukkan hasil signifikan dengan kecemasan dengan nilai odds ratio 4,30 (95% CI: 1,689-10,98).

PEMBAHASAN

Tingginya tingkat kecemasan di pesantren merupakan kekhawatiran yang signifikan dan berpotensi meluas. Temuan ini menunjukkan bahwa prevalensi kecemasan di antara santri pasca-pandemi *Covid-19* di pesantren Islam mencapai 94,1%, angka yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan studi sebelumnya (16) (17). Meskipun alasan

peningkatan prevalensi kecemasan setelah pandemi *Covid-19* di pondok pesantren masih belum jelas, beberapa alasan yang mungkin dapat dijelaskan diantaranya yaitu, perubahan rutinitas harian para santri, keterbatasan interaksi atau pembatasan sosial dan isolasi sehingga dapat menciptakan perasaan kesepian hingga memicu kecemasan(22) (23), dan beberapa santri mungkin telah kehilangan anggota keluarga atau teman akibat *Covid-19*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hanya variabel jumlah kunjungan keluarga mempunyai perbedaan yang signifikan, dimana apabila keluarga hanya kadang-kadang berkunjung ke pondok pesantren, kemungkinan akan lebih cenderung mengalami kecemasan. Namun demikian, studi ini menekankan korelasi yang signifikan antara jumlah kunjungan keluarga dan tingkat kecemasan yang tinggi, sejalan dengan penelitian sebelumnya (16) (24) (25). Beberapa alasan dimungkinkan karena kehilangan dukungan emosional dimana kehadiran keluarga dapat memberikan kenyamanan pada santri, santri mungkin juga merindukan anggota keluarganya sehingga dapat memicu rasa kerinduan yang dapat menciptakan kecemasan yang berkaitan dengan perasaan kehilangan, selain itu pula santri mungkin akan membandingkan diri mereka dengan santri lainnya yang sering mendapatkan kunjungan dari keluarganya sehingga dapat menyebabkan perasaan rendah diri dan kecemasan.

Meningkatnya tingkat kecemasan pada santri di pondok pesantren selama dan setelah pandemi adalah peringatan akan pentingnya memberikan perhatian khusus pada kesejahteraan mental mereka. Penting juga untuk memahami bahwa pengaruh kecemasan dapat bervariasi antara individu, dan ada faktor-faktor lain yang mungkin juga dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pada santri. Kesehatan psikologis sebagai salah satu dampak dari pandemi *Covid-19* yang dapat menyebabkan kecemasan sehingga pondok pesantren perlu untuk mendukung kesejahteraan mental dan fisik para santri, dan kolaborasi antara pengelola pondok pesantren, tenaga pendidik, dan santri dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung dan meminimalkan dampak kecemasan, serta perlu diterapkan program kesehatan mental dan fisik, termasuk konseling

SIMPULAN

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa prevalensi kecemasan pada santri di Pondok Pesantren Jawa Timur Indonesia, memiliki rasa cemas yang tinggi. Dari beberapa faktor yang dianalisis, ditemukan hanya 1 faktor yang mempengaruhi kecemasan setelah Pandemi *Covid-19* yaitu frekuensi kunjungan keluarga pada santri di Pondok Pesantren.

SARAN

Penting bagi staf pondok pesantren dan keluarga untuk berkomunikasi dengan santri secara terbuka dan memberikan dukungan psikologis yang sesuai untuk mengurangi potensi kecemasan yang mungkin timbul akibat jaranganya kunjungan keluarga. Selain itu, kerja sama dengan staf pondok pesantren dan keluarga santri juga dapat menjadi kunci dalam menjaga kesejahteraan mental mereka, sehingga diharapkan penelitian selanjutnya difokuskan pada evaluasi efektivitas berbagai jenis intervensi dan layanan dukungan untuk mengurangi kecemasan di kalangan santri, termasuk program kesejahteraan mental, konseling dan dukungan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health O. *Covid-19 - China 2020* [Available from: <https://www.who.int/emergencies/disease-outbreak-news/item/2020-DON233>].
2. Wei X, Li L, Zhang F. *The impact of the Covid-19 pandemic on socio-economic and sustainability*. Environmental Science and Pollution Research. 2021.
3. Gandasari D, Dwidienawati D. *Content analysis of social and economic issues in Indonesia during the*

- Covid-19 pandemic. Heliyon. 2020;6(11):e05599.
4. Robert J. Barro JFUJW. *The Coronavirus and the Great Influenza Pandemic: Lessons from the "Spanish Flu" for the Coronavirus's Potential Effects on Mortality and Economic Activity*. National Bureau of Economic Research. 2020.
5. Setiawati Y, Wahyuhadi J, Joestandari F, Maramis MM, Atika A. *Anxiety and Resilience of Healthcare Workers During covid-19 Pandemic in Indonesia*. Journal of Multidisciplinary Healthcare. 2021;Volume 14:1-8.
6. World Health O. *Impact of Covid-19 on people's livelihoods, their health and our food systems 2020* [Available from: <https://www.who.int/news/item/13-10-2020-impact-of-covid-19-on-people's-livelihoods-their-health-and-our-food-systems>].
7. Sher L. *The impact of the Covid-19 pandemic on suicide rates*. QJM: An International Journal of Medicine. 2020;113(10):707-12.
8. Hacimusalar Y, Kahve AC, Yasar AB, Aydin MS. *Anxiety and hopelessness levels in Covid-19 pandemic: A comparative study of healthcare professionals and other community sample in Turkey*. J Psychiatr Res. 2020;129:181-8.
9. Javadekar A, Javadekar S, Chaudhury S, Saldanha D. *Depression, anxiety, stress, and sleep disturbances in doctors and general population during Covid-19 pandemic*. Ind Psychiatry J. 2021;30(Suppl 1):S20-s4.
10. Elbay RY, Kurtulmuş A, Arpacioğlu S, Karadere E. ^ Psychiatry Res. 2020;290:113130.
11. Romalina H. *Kegagalan Kembali Mondok di Tengah Pandemi: Direktorat Pendidikan Diniyah Dan Pondok Pesantren*; 2021 [Available from: <https://ditpdpontren.kemenag.go.id/artikel/kegagalan-kembali-mondok-di-tengah-pandemi>].
12. Liang L, Ren H, Cao R, Hu Y, Qin Z, Li C, et al. *The Effect of Covid-19 on Youth Mental Health*. Psychiatric Quarterly. 2020;91(3):841-52.
13. Knight L, Hester M. *Domestic violence and mental health in older adults*. International Review of Psychiatry. 2016;28(5):464-74.
14. Varin M, Palladino E, Lary T, Baker M. *At-a-glance - An update on positive mental health among adults in Canada. Health Promotion and Chronic Disease Prevention in Canada*. 2020;40(3):86-91.
15. Moh.Mahbub AS, Akhmad Anwar Dani, Syafriyal, Ratna Dewi. *Humanistic and mental health behaviorism in shaping the learning process in covid-19 outbreak*. International Journal of Pharmaceutical Research. 2020;12(4).
16. Muhammad Faisol Abdillah YA, Erna Sulistyowati. *Pengaruh Pandemi Covid-19 Terhadap Status Depresi Dan Kecemasan Santri Pondok Pesantren Modern Di Kabupaten Malang*. Jurnal Kedokteran Komunitas; Journal Of Community Medicine. 2021;9(2).
17. Linda Fitria II. *Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid -19*. Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia). 2021;6(1):1-4.
18. Asri Y, Chuang KY. *Prevalence of and Factors Associated with Depressive Symptoms among Indonesian Migrant Workers in Taiwan*. Int J Environ Res Public Health. 2023;20(5).
19. Asri Y, Rahma Novita A, Dian Pitaloka P, Indari I. *Hubungan Jenis Kelamin, Lama Tinggal, Komunikasi Dengan Teman, Kepuasan Lingkungan Pondok Dan Kebutuhan Tidur Dengan Status Kesehatan Pada Santri Di Pondok Pesantren*. JURNAL KEBIDANAN. 2023;12(02).
20. Osman A, Wong JL, Bagge CL, Freedenthal S, Gutierrez PM, Lozano G. *The Depression Anxiety Stress Scales-21 (DASS-21): further examination of dimensions, scale reliability, and correlates*. J Clin Psychol. 2012;68(12):1322-38.
21. Lovibond PF, Lovibond SH. *The structure of negative emotional states: comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories*. Behav Res Ther. 1995;33(3):335-43.
22. Aryo Bima Fathoni RAL. *Kebersyukuran, Kesepian, Dan Distres Psikologis Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19*. Journal of Psychological Science and Profession. 2021;5(1).
23. Widyasari KNSNASDKDC. *Loneliness dan Internalizing Problems Remaja*. Psychopolytan : Jurnal Psikologi. 2022;5(2).
24. Hanafi Y, Taufiq A, Saefi M, Ikhsan MA, Diyana TN, Thoriquityas T, et al. *The new identity of Indonesian Islamic boarding schools in the "new normal": the education leadership response to Covid-19*. Heliyon. 2021;7(3):e06549.
25. Chowdhury;Liakat Hossain;Rahat Bin Habib. *Psychological states of Bangladeshi people four months after the COVID-19 pandemic: An online survey*. Heliyon. 2020;6.