

GAMBARAN STRES MAHASISWA DALAM MENGIKUTI SISTEM PEMBELAJARAN JARAK JAUH DI ERA PANDEMI COVID-19

Description of Stress of Students in Following A Distance Learning System in The Era of The Covid-19 Pandemic

Ni Putu Diah Kusumasari¹, Ni Made Nopita Wati², Ni Luh Putu Devhy³

^{1,2} Program Studi Keperawatan Program Sarjana, STIKes Wira Medika Bali

³ Program Studi Rekam Medis dan Informasi Kesehatan Program Diploma, STIKes Wira Medika Bali

Email: ners.pita@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received [29 maret 2021]

Revised [04 Juli 2021]

Accepted [18 Agustus 2021]

KATA KUNCI:

mahasiswa, pembelajaran jarak jauh, stres

KEYWORDS:

distance learning, stress, students

ABSTRAK

Pandemi merupakan salah satu level penyakit berdasarkan penyebarannya yang sudah menyebar ke beberapa negara dan benua dengan jumlah penularan yang massif. Pembelajaran jarak jauh yang dilakukan pada kondisi darurat pandemic Covid-19 menyebabkan mahasiswa mengalami stres dari berbagai sumber internal maupun sumber eksternal. Stres berlebih yang dimiliki oleh individu akan banyak menentukan kualitas perilaku yang ditampilkannya, baik dalam belajar, bekerja maupun dalam kehidupan lainnya. Stres yang mempengaruhi sistem pembelajaran akademik, baik dari proses penerimaan materi, pengumpulan tugas secara online, pengerjaan kuis hingga pelaksanaan praktikum. Mahasiswa harus mampu menyesuaikan kondisi saat ini dengan sistem pendidikan pembelajaran jarak jauh dan adaptasi ke depannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran stres mahasiswa dalam mengikuti sistem pembelajaran jarak jauh. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Total Sampling dengan jumlah sampel sebanyak 150 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner stres, pembelajaran jarak jauh dengan skala likert dan teknik analisis data menggunakan program SPSS untuk analisis univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki sumber stres internal sangat berat sebanyak 67,5% dan sumber stres eksternal yang sangat berat sebanyak 89,4%. Mahasiswa Program Studi Keperawatan sebagian besar memiliki stres sangat berat dalam mengikuti sistem pembelajaran jarak jauh. Diharapkan pihak intitusi dapat mencari solusi untuk mengurangi stres eksternal maupun internal yang dirasakan oleh mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh berlangsung

ABSTRACT

Pandemic is one level of disease based on its spread that has spread to several countries and continents with a massive number of transmissions. Distance learning that is carried out during the Covid-19 pandemic emergency conditions causes students to experience stress from various internal and external sources. The excess stress possessed by individual will determine the quality of the behavior, both in studying, working and in other lives. Stress that affects the learning system from academics, both from the process of receiving materials, collecting assignments with the distance learning education system and future adaptations. This study aimed to determine the descriptions of student in participating in the distance learning system. This study used a Descriptive method. The technique sampling used in this research was Total Sampling with a total of 150 people. Collecting data used a distance learning stress questionnaire with a likert scale and data analysis techniques used the SPSS program for univariate analysis. The results showed that most of the students had very heavy internal stres sources as much 67,5% and very heavy external stress sources as much as 89,4%. Students of Nursing Department mosly had very heavy stress in following the distance learning system. It is hoped that the institution can find solutions to reduce the external and internal stress felt by students during distance learning.

Pendahuluan

Saat ini Indonesia dan dunia sedang dihadapkan oleh wabah pandemi Covid-19. WHO telah menyatakan bahwa Covid-19 atau SARS-CoV-2 sebagai pandemi global terhitung sejak Maret 2020 (*World Health Organization.*, 2020). Pandemi merupakan salah satu level penyakit berdasarkan penyebarannya yang sudah menyebar ke beberapa negara dan benua dengan jumlah penularan yang masif (Tahrus, 2020). *Corona Virus Disease* 2019 atau Covid-19 sebagai pandemi global yang ditinjau dari tingkat penyebaran yang sangat cepat dan menyeluruh hingga seluruh dunia (NurCita & Susantiningih, 2020). Angka kejadian Covid-19 menurut data WHO pertanggal 24 Agustus 2020 mencapai 23.311.719 kasus dengan 806.410 kematian (CFR 3,4%). Di Indonesia jumlah penderita Covid-19 mencapai 155.412 orang dengan angka kesembuhan sebesar 111.060 dan angka kematian 6.759 orang (Kemenkes RI, 2020).

Melihat tingginya kasus Covid-19 baik di dunia dan Indonesia, pemerintah telah mengeluarkan anjuran-anjuran untuk melakukan penerapan *physical distancing* dan *social distancing*. Hal ini dibuat untuk meminimalisir terjadinya interaksi dalam jumlah yang lebih sehingga hal ini menyebabkan tertutupnya berbagai fasilitas umum. Adanya hal ini tidak terlepas dari tingginya kasus Covid-19 sehingga akibat dari wabah ini kemudian menggiring kampus untuk melakukan perkuliahan daring dengan metode *e-learning* dalam rangka memutus mata rantai penyebaran Covid-19 (Wilder-Smith, Bar-Yam, & Fisher, 2020). Timbulnya pandemi ini tentu saja memaksa hampir seluruh sektor untuk mengubah pola aktivitasnya dan tentu saja hal ini berdampak pada berbagai sektor dan salah satunya adalah di bidang pendidikan (Vergoulis et al., 2021)

Mengikuti kebijakan untuk mencegah penyebaran Covid-19 yang diterapkan di Indonesia, kegiatan akademis pun dialihkan dari metode tatap muka ke metode daring. Menteri Pendidikan dan Kebudayaan mengeluarkan Surat Edaran Mendikbud

Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 yang menyatakan bahwa pembelajaran secara daring dari rumah bagi mahasiswa. (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020). Hal ini jelas mengubah pola pembelajaran yang mengharuskan guru dan pengembang pendidik untuk menyediakan bahan pembelajaran dan mengajar siswa secara langsung melalui alat digital jarak jauh (Fitriyani, Fauzi, & Sari, 2020).

Pengertian *distance learning* atau PJJ menurut *Simon Midgley* adalah cara belajar jarak jauh tanpa harus melakukan kontak langsung dengan guru di kelas sedangkan pembelajaran daring (*online*) merupakan bagian dari pendidikan jarak jauh yang secara khusus menggabungkan teknologi elektronika dan teknologi berbasis internet (Asmarani, 2020). Pembelajaran jarak jauh atau *distance learning* juga dikatakan sebagai metode pembelajaran yang cepat berkembang seiring dengan berkembangnya teknologi internet Pembelajaran jarak jauh dilakukan dengan pendekatan substitusi dari pembelajaran tatap muka secara konvensional (NurCita & Susantiningih, 2020).

Pembelajaran jarak jauh menyebabkan terjadinya isolasi sosial karena tidak adanya interaksi sosial dan fisik seperti halnya datang untuk menghadiri kelas perkuliahan. Kegiatan perkuliahan di lakukan secara jarak jauh melalui aplikasi-aplikasi yang mendukung kegiatan perkuliahan. Berbagai *platform* dapat digunakan oleh mahasiswa untuk membantunya dalam mengerjakan tugas, menjalani proses perkuliahan, melaporkan aktifitas perkuliahan secara daring. Namun implementasi tersebut dinilai tidak maksimal dan menunjukkan masih ada ketidaksiapan di kalangan pendidik untuk beradaptasi di iklim digital (Anwar, 2018). Disamping itu tidak bisa dipungkiri bahwa adanya hambatan-hambatan yang terjadi selama proses perkuliahan dilakukan secara daring (Harahap, 2020).

Menurut Sari (2020), sebagian besar mahasiswa mengalami stres tingkat dalam kategori sedang yaitu sebanyak 27

mahasiswa (38,57%), 20 mahasiswa (28,57%) mengalami stres tingkat berat, dan 23 mahasiswa (32,86%) mengalami stres ringan. Stres yang dialami mahasiswa akibat wabah Covid-19 ini berpengaruh oleh beberapa hal yaitu yang menjadi *stressor* bagi mahasiswa ketika wabah Covid-19 ini berlangsung yaitu adanya ketakutan tertular Covid-19, kekhawatiran saat pergi keluar rumah, kebosanan saat melakukan *social distancing* dan kesulitan memahami materi saat kuliah daring. Penyebab stres mahasiswa selama pandemi Covid-19 menunjukkan (70,29%) karena tugas pembelajaran, (57,8%) karena bosan dirumah saja, (55,8%) karena proses pembelajaran daring/*online* yang mulai membosankan, (40,2%) karena tidak dapat bertemu dengan orang-orang yang disayangi, (37,4%) karena tidak dapat mengikuti pembelajaran *online* karena keterbatasan *signal*, (35,8%) karena tidak dapat melaksanakan hobinya seperti biasa (Livana, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis dengan metode wawancara terhadap 10 orang mahasiswa keperawatan tentang pembelajaran jarak jauh, didapatkan data dari hasil wawancara bahwa dari 10 orang mahasiswa 6 orang (60,0%) mengatakan stres dengan diberlakukannya sistem pembelajaran jarak jauh ini yang berdampak pada pola tidur terganggu, sulit berkonsentrasi, merasa mudah putus asa, 3 orang (30,0%) mengatakan biasa saja dan 1 (10,0%) mengatakan sudah terbiasa dengan menggunakan sistem pembelajaran jarak jauh ini.

Berdasarkan masalah tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Sumber Stres Mahasiswa

dalam Mengikuti Sistem Pembelajaran Jarak Jauh”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran Sumber Stres Mahasiswa Keperawatan dalam Mengikuti Sistem Pembelajaran Jarak Jauh.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilaksanakan di salah satu Intitusi Kesehatan di Bali yaitu STIKes Wira Medika Bali pada tanggal 30 November - 30 Desember 2020. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Non Probability Sampling* yaitu *Total Sampling*, dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi (Sugiyono, 2016). Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 150 orang. Cara pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner *online*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner stres yang terdiri dari 30 item pertanyaan tertutup (15 item untuk stres internal dan 15 item untuk stres eksternal). Kategori stres dibedakan menjadi normal (skor 0-14), stres ringan (skor 15-18), stres berat (skor 26-33) dan stres sangat berat (skor > 34).

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil analisis karakteristik responden dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 1. Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa sebagian responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 113 orang (75,3%) dan berusia 30-39 tahun yaitu sebanyak 66 orang (44,0%).

Tabel 1.

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)	
Jenis Kelamin	Laki-laki	37	24,7
	Perempuan	113	75,3
Usia	22-29 tahun	53	35,3
	30-39 tahun	66	44,0
	40-49 tahun	31	20,7

Berdasarkan Tabel 2 di atas, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat stress internal yang sangat

berat dalam mengikuti sistem pembelajaran jarak jauh di STIKes Wira Medika Bali yaitu sebanyak 102 orang yaitu (68,0%).

Tabel 2.
Gambaran Stres Internal

No.	Stres Internal	Frekuensi	Persentase (%)
1	Ringan	5	3,3
2	Sedang	6	4,0
3	Berat	37	24,7
4	Sangat berat	102	68,0
Total		150	100,0

Berdasarkan Tabel 3 di atas, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat stres eksternal yang sangat

berat dalam mengikuti sistem pembelajaran jarak jauh di STIKes Wira Medika Bali yaitu sebanyak 135 orang yaitu (89,3%).

Tabel 3.
Gambaran Stres Eksternal

No.	Stres Eksternal	Frekuensi	Persentase (%)
1	Ringan	1	0,7
2	Sedang	6	4,0
3	Berat	9	6,0
4	Sangat berat	134	89,3
Total		150	100

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 113 orang (75,5%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2020), dimana jenis kelamin mahasiswa paling banyak adalah perempuan dengan persentase 85,7%. Penelitian yang dilakukan oleh Livana (2020) juga mendapatkan hal yang sama dimana sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan persentase 83,2%.

Jenis kelamin berperan dalam menentukan stres mahasiswa, antara laki-laki dan perempuan, ada perbedaan respons antara laki-laki dan perempuan saat menghadapi konflik. Otak perempuan memiliki kewaspadaan yang *negative* terhadap adanya konflik dan stres, pada perempuan konflik memicu *hormone negative* sehingga memunculkan stres, gelisah dan rasa takut. Laki-laki umumnya

menikmati adanya konflik dan persaingan, bahkan menganggap bahwa konflik dapat memberikan dorongan yang positif, artinya ketika perempuan mendapatkan tekanan, maka umumnya akan lebih mudah mengalami stres (Purnawati, 2015).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jika dilihat dari umur dari 150 responden, sebagian besar responden berumur 30-39 tahun yaitu sebanyak 66 orang (44,0%). Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian ini yang dilakukan oleh Sari (2020) dimana rentang usia stres tertinggi berada di atas rentang usia 22 tahun.

Umur erat berkaitannya dengan toleransi seseorang terhadap stres. Pada usia dewasa biasanya seseorang lebih mampu mengontrol stres yang terjadi dibandingkan usia kanak-kanak maupun usia lanjut. Semakin dewasa usia biasanya akan semakin menunjukkan kematangan jiwa, dalam arti semakin bijaksana, semakin mampu berpikir rasional, mampu mengendalikan emosi, semakin dapat menunjukkan intelektual dan

psikologisnya, dan semakin toleran terhadap pandangan dan perilaku yang berbeda dari dirinya (Purnawati, 2015).

Penelitian ini dilakukan terhadap 150 responden dimana sebagian besar stres internal pada mahasiswa dengan pembelajaran jarak jauh dapat dikategorikan dengan sangat berat yaitu 68,0%. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya sumber stres internal yang sangat berat dengan adanya sistem pembelajaran jarak jauh.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Harahap (2020) yang menyatakan sebanyak 39 mahasiswa (13%) mengalami tingkat stres akademik tinggi pada mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh di masa Pandemi Covid-19. Penelitian lain juga menyampaikan bahwa sebanyak 188 orang dari 208 mahasiswa yang melaksanakan PJJ mengalami stress tinggi (Putri et al., 2020).

Kupriyanov & Zhdanov (2014) menyatakan bahwa stres yang ada saat ini adalah sebuah atribut kehidupan modern. Hal ini dikarenakan stres sudah menjadi bagian hidup yang tidak bisa terelakkan. Stres dapat menimpa siapapun termasuk anak-anak, remaja, dewasa atau yang sudah lanjut usia (Gaol, 2016).

Stres internal yang kategori ringan merupakan stres yang masih bisa ditangani dengan baik, dimana responden belum merasakan stres yang sangat berat. Stres internal yang kategorinya sedang merupakan stres yang dirasakan responden mulai dengan gejala stres. Stres dengan gejala berat yaitu stres yang sudah dirasakan responden dengan beberapa tahapan. Stres dengan kategori sangat berat yaitu stres yang dirasakan responden dengan tidak bisa dikendalikan lagi atau perlu perawatan khusus, tetapi dengan mahasiswa yang mengalami stres berat dalam mengikuti sistem pembelajaran jarak jauh masih bisa ditangani sehingga tidak banyak mempengaruhi kondisi tubuh serta pola pikir dan penyakit yang mengancam.

Sumber stres internal dilihat dari aspek kesiapan, prestasi belajar, nutrisi, informasi, pola istirahat tidur, dan waktu

kerja. Kesiapan mahasiswa dalam sistem pembelajaran jarak jauh merupakan hal yang penting karena mahasiswa harus siap dengan sistem pembelajaran jarak jauh dimana tatap muka dengan sistem *online* dan pembelajaran yang diberikan juga berbasis *online* serta pemahaman materi yang diberikan dengan tugas yang diberikan oleh dosen. Prestasi belajar mahasiswa dalam pembelajaran jarak jauh menjadi pengaruh, karena mahasiswa tidak konsentrasi dalam menerima materi dan cara pemberian materi yang diberikan sulit dipahami, menjadikan pengaruh dalam prestasi yang didapatkan oleh mahasiswa. Pembelajaran jarak jauh atau *distance learning* merupakan metode pembelajaran yang cepat berkembang seiring dengan berkembangnya teknologi *internet* (NurCita & Susantiningsih, 2020).

Menurut pendapat peneliti pembelajaran jarak jauh ini membuat banyak mahasiswa mengalami stres dikarenakan kurangnya kesiapan dalam penerimaan materi yang diberikan berbasis *online*, pemberian tugas yang banyak menjadikan sistem pembelajaran jarak jauh menjadi beban berat serta nilai prestasi yang menurun dalam belajar menjadikan pengaruh untuk mahasiswa terutama mahasiswa alih jenjang.

Penelitian ini dilakukan terhadap 150 responden sebagian besar stres eksternal pada mahasiswa dengan pembelajaran jarak jauh dapat dikategorikan dengan sangat berat yaitu sebanyak 134 orang (89,3%). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Sari (2020) yang menyatakan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres tingkat stres dalam kategori sedang yaitu sebanyak 27 orang (38,57%), 20 orang mengalami stres tingkat berat.

Sumber stres eksternal dapat dilihat dari lingkungan, komunitas dan lingkungan dan keluarga. Menurut Mubarak (2015) lingkungan kehidupan memberikan berbagai tuntutan penyesuaian diri, diantaranya cuaca, kebisingan, kepadatan, tekanan waktu, standar prestasi, berbagai ancaman terhadap rasa aman dan harga diri, tuntutan antar hubungan pribadi, penyesuaian diri dengan teman, pasangan, serta perubahan keluarga.

Lingkungan yang dirasakan oleh mahasiswa yaitu kebisingan saat melakukan perkuliahan *online*, saat mengerjakan tugas tidak bisa berkonsentrasi sehingga bisa menyebabkan timbulnya rasa marah hingga stress, serta saat penerimaan materi tidak dapat dipahami menjadikan lingkungan berpengaruh dalam berkonsentrasi dan bisa menyebabkan mahasiswa mengalami stres.

Hal ini disebabkan karena tuntutan pekerjaan yang dapat menghasilkan stres dalam seperti beban pekerjaan yang tinggi. Banyak *stressor* dalam keluarga seperti bertambahnya anggota keluarga dengan kelahiran anak dapat menimbulkan stres masalah keuangan, banyak perubahan yang penuh dengan stres untuk semua anggota keluarga harus menghadapi perubahan dalam status sosial, pindah rumah, dan perubahan kondisi keuangan.

Kesimpulan

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini sebagian besar adalah responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 113 orang (75,3%) dan sebagian besar responden berusia 30-39 tahun sebanyak 66 orang (44,0%).
2. Sebagian besar responden memiliki sumber stres internal yang sangat berat yaitu sebanyak 102 orang (68,0%) dan sebagian besar responden memiliki sumber stres eksternal yang sangat besar yaitu sebanyak 134 orang (89,3%).

Daftar Pustaka

Asmarani, C. R. (2020). *Pembelajaran Jarak Jauh Daring dan Teka Teki Silang*. Diunduh dari : <https://ayoguruberbagi.kemdikbud.go.id/artikel/pjj-daring-dengan-tts/>.

Anwar, K. (2018). *Hubungan Regulasi Emosi dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Baru*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Fitriyani, Y., Fauzi, I., & Sari, M. Z. (2020). Motivasi Belajar Mahasiswa pada Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal*

Kependidikan, 6 : 165–175. Diunduh dari : <https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/jurnalkependidikan/article/view/2654>.

Gaol, N. T. L. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1–11. Diunduh dari : <https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/view/11224>.

Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., & Harahap, S. R. (2020). Analisis Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh di masa Covid-19. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 3(1) : 10–14. Diunduh dari : <http://jurnal.umsu.ac.id/index.php/biblio/article/view/4804>.

Kemenkes RI. (2020). *Info Corona Virus 2020. Jakarta*. Diakses pada tanggal 12 Oktober 2020 pada laman <https://covid19.kemkes.go.id/category/situasi-infeksi-emerging/info-coronavirus/#.X7Nta3AzblU>.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). *SE Mendikbud : Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah dalam Rangka Pencegahan Penyebaran Covid-19*. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendikbud-pembelajaran-secara-daring-dan-bekerja-dari-rumah-untuk-mencegah-penyebaran-covid19>.

Kupriyanov, R., & Zhdanov, R. (2014). The Eustress Concept: Problems And Outlooks. *World Journal of Medical Sciences*, 11(2) : 179–185.

Livana. (2020). Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203–208.

Mubarok, W. I. (2015). *Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta: Selemba Medika.

NurCita, B., & Susantiningsih, T. S. (2020). Dampak Pembelajaran Jarak Jauh dan Physical Distancing pada Tingkat Kecemasan Mahasiswa. *Journal of*

- Borneo Holistic Health*, 3(1) : 58-68.
Diunduh dari : <http://jurnal.borneo.ac.id/index.php/borticalth/article/view/1389>.
- Purnawati. (2015). Perbedaan Tingkat Stres antara Laki-Laki dan Perempuan pada Peserta Yoga di Kota Denpasar. *E-Jurnal Medika Udayana*, 4 (12).
- Putri, R. M., Oktaviani, A. D., Utami, A. S. F., Addiina, H. A., & Nisa, H. (2020). Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dan Gangguan Somatoform dengan Tingkat Stres Mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 2(1), 38–45.
- Sari, M. K. (2020). Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Satu dalam Menghadapi Wabah Covid 19 dan Perkuliahan Daring di Stikes Karya Husada Kediri. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 2(1), 31–35.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tahrus, Z. N. H. (2020). Dunia Dalam Ancaman Pandemi : Kajian Transisi Kesehatan dan Mortalitas Akibat COVID-19. *Departemen Sosiologi, FISIP UI*, (March), 1–2. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.36367.53922>
- Vergoulis, T., Kanellos, I., Chatzopoulos, S., Karidi, D. P., & Dalamagas, T. (2021). BIP4COVID19 : Releasing Impact Measures for Articles Relevant to COVID-19. *BioRxiv*, 2004–2020. Diunduh dari : <https://www.biorxiv.org/content/10.1101/2020.04.11.037093v2>.
- Wilder-Smith, A., Bar-Yam, Y., & Fisher, D. (2020). Lockdown to Contain COVID-19 is A Window of Opportunity to Prevent The Second Wave. *Journal of Travel Medicine*, 27(5), taaa091.
- World Health Organization. (2020). *Listings of WHO's Response to COVID-19*. Geneva : World Health Organization.