

Depresi Pada Pasien Dan Masyarakat Terhadap Kejadian Covid-19 Studi Literature

Nova Mardiana¹, Iyus Yosep², Efri Widianti³

^{1,2,3} *Departemen Keperawatan Jiwa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran Bandung*
Email: nova19004@mail.unpad.ac.id

Abstrak

Pandemi Covid-19 sedang melanda dunia. Pertambahan kasus di negara yang terinfeksi covid-19 mengakibatkan pemerintah membuat kebijakan-kebijakan dalam pencegahan covid-19, diantaranya pemberlakuan *social distancing* dan *physical distancing* yang mengharuskan masyarakat untuk tetap tinggal di rumah dan tenaga Kesehatan digarda terdepan. Hal tersebut sering kali menimbulkan kebosanan diberbagai situasi dan kondisi seperti , masyarakat mengalami penurunan kualitas tidur dan disertai gejala kecemasan, depresi dan stress. Studi dengan metode literature review ini bertujuan menghasilkan kajian pustaka tentang hubungan depresi pada pasien dan masyarakat dengan kejadian Covid-19 ini. Database pencarian yang digunakan adalah *Science direct, Google Scholar, PubMed/NCBI, Elsevier* dan *JHQ (Journal for Healthcare Quality)* dan Jurnal dari Perpustakaan Nasional Republik Indonesia (PNRI). Kata kunci yang digunakan dalam pencarian adalah *depression, mental illness, covid-19, physiological effect*. Teridentifikasi artikel sebanyak 649 artikel kemudian artikel dipilih sesuai dengan kriteria inklusi yang ditetapkan berdasarkan metode PICOS (*Population, Intervention, Comparison, Outcomes, Study design*) sumber dari artikel jelas, tahun terbit 2010 – 2020 kemudian diperiksa kelayakan artikel *full text* yang dilakukan terhadap 50 artikel. Hasil akhir yang didapat dari proses seleksi tersebut yaitu 10 artikel yang akan dilakukan proses *literature review*. disimpulkan dari hasil telaah literature masih minim sekali penelitian yang meneliti terkait pengaruh relaksasi otot progressive terkait gejala depresi ataupun upaya preventif lain untuk mengatasi depresi pada pasien dan masyarakat selama pandemi Covid-19.

Kata Kunci: *covid-19, depression, mental illness, physiological effect*

Abstract

The Covid-19 pandemic is sweeping the world. The increase cases in countries infected of Covid-19 has resulted in the government making policies to prevent Covid-19, including the implementation of social and physical distancing which requires people to stay at home and health workers at the front line. This often causes flatness in various situations and conditions, such as people experiencing a decrease in sleep quality and accompanied by symptoms of anxiety, depression and stress. This study using the literature review method aims to produce a literature review on the relationship between depression in patients and the community with the incidence of Covid-19. The search databases used were Science Direct, Google Scholar, PubMed/NCBI, Elsevier and JHQ (Journal for Healthcare Quality) and Journals from the National Library of Indonesia (PNRI). The keywords used in the search are depression, mental illness, covid-19, physiological effects. 649 articles were identified, then

the articles were selected according to the inclusion criteria set based on the PICOS (Population, Intervention, Comparison, Outcomes, Study design) method. The source of the article was clear, published in 2010 – 2020, then checked the feasibility of full text articles conducted on 50 articles. The final results obtained from the selection process are 10 articles that will be carried out in a literature review process. It can be concluded from the results of a literature review that there is still low research that examines the effect of progressive muscle relaxation related to symptoms of depression or other preventive measures to overcome depression in patients and the community during the Covid-19 pandemic.

Keywords: Covid-19, depression, mental illness, physiological effect

PENDAHULUAN

Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) merupakan penyakit sindrome pernapasan akut yang berat, dan penyebabnya masih belum diketahui (Zhao, 2020). Pertama kali Covid-19 terjadi pada Desember, 2019 di Wuhan, Provinsi Hubei, China. Kementerian Kesehatan China sejak mengumumkan kasusnya pertama kali, menyatakan bahwa penyebab virus ini belum diketahui, namun diduga virus ini menular dari hewan ke manusia (*zoonosis*) dan dapat menular secara cepat dari manusia ke manusia lain melalui droplet saluran pernapasan dan kontak dekat (Wuhan Municipal Health Commission, 2020). Berdasarkan investigasi epidemiologi, masa inkubasi virus ini adalah 1–14 hari, sebagian besar 3-7 hari, dengan gejala klinis utama meliputi demam, batuk kering, dan kelelahan. Pasien yang didiagnosis dengan penyakit ini harus dirawat secara terpisah dari keluarga dan orang-orang terdekatnya (Kai Liu a, 2020). Penelitian (Xiangyu Kong, 2020) menunjukkan hasil bahwa pasien yang dirawat di rumah sakit dengan

COVID-19 menunjukkan gejala kecemasan dan depresi. Semakin hari kasus covid-19 telah banyak menyebar ke berbagai negara dengan jumlah korban meninggal yang semakin meningkat. Dalam waktu kurang dari tiga bulan, Covid-19 telah menginfeksi lebih dari 126.000 jumlah kematian akibat Covid-19 mencapai 4.284 orang di 123 negara, dari Asia, Eropa, AS, hingga Afrika Selatan, sehingga pada 11 Maret 2020 World Health Organization (WHO) mengumumkan secara resmi Covid-19 sebagai pandemi global internasional masyarakat dunia. Saat ini, pada 3 Mei 2020 kasus Covid-19 terkonfirmasi 3.272.202 kasus dan 230.104 angka kematian yang menimpa 215 negara (WHO, 2020). Pertambahan kasus dan negara yang terinfeksi covid-19 mengakibatkan pemerintah membuat kebijakan-kebijakan dalam pencegahan covid-19, diantaranya pemberlakuan *social distancing* dan *physical distancing* yang mengharuskan masyarakat untuk tetap tinggal di rumah. Hal tersebut tak jarang menimbulkan kebosanan dilingkungan

masyarakat, sehingga penelitian (Han Xiao, 2020) menunjukkan bahwa selama periode isolasi diri individu selama epidemi virus Covid-19 di Cina tengah, masyarakat mengalami penurunan kualitas tidur dan disertai gejala kecemasan, depresi dan stres.

METODE PENELITIAN

Pencarian literatur dilakukan pada *search engine/ data base* yang ada di internet berupa *Science direct, Google Scholar, PubMed/NCBI*, dan beberapa jurnal keperawatan Elsevier dan JHQ (Journal for Healthcare Quality) dan Jurnal dari Perpustakaan Nasional Republik Indonesia (PNRI). Artikel diunduh dan dianalisa guna mencari keterkaitan dengan topik yang diteliti. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian adalah “*depression in patient with covid-19*”, “*Mental illness in patient with covid-19*”, “*psychological effect of people in covid-19*”. Setelah melakukan pencarian menggunakan kata kunci teridentifikasi artikel sebanyak 649 artikel. Kemudian artikel yang duplikasi pada dua atau lebih jurnal yang berbeda dikeluarkan dari hasil pencarian sebanyak 50 artikel. Kemudian penulis memilih artikel sesuai dengan kriteria inklusi yang ditetapkan berdasarkan metode PICOS (*Population, Intervention, Comparison, Outcomes*,

Study design) yaitu sebagai berikut : Alasan artikel dipilih, yaitu :

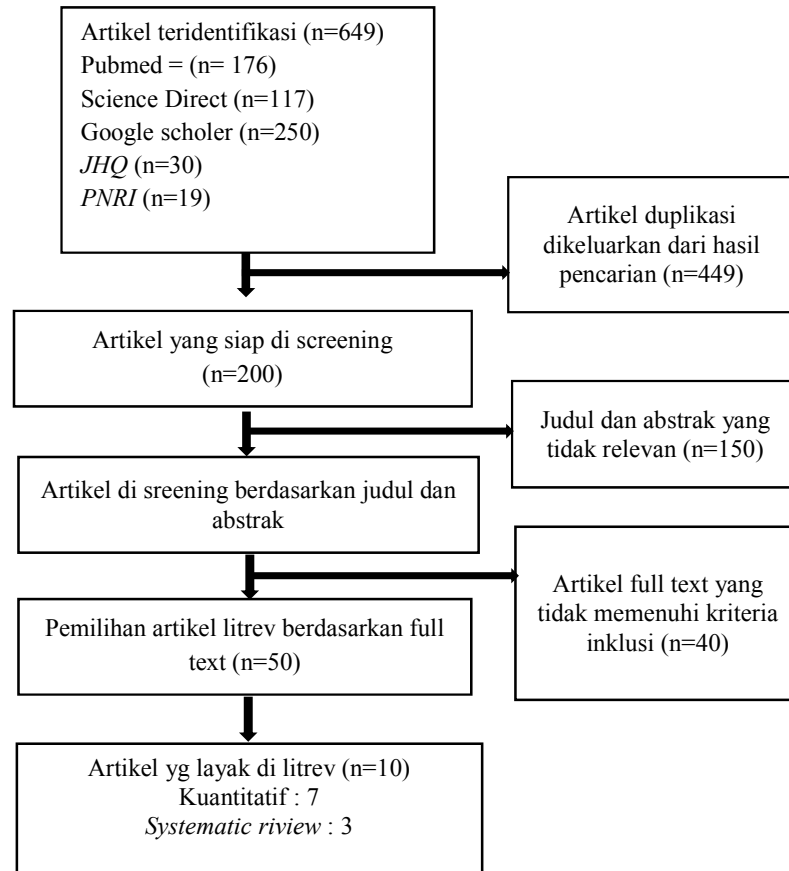
1. Sumber dari artikel jelas
2. Artikel berkaitan dengan topik yang diteliti
3. Penulis artikel merupakan pakar di area topik penelitian
4. Artikel adalah artikel terkini dengan tahun terbit dalam rentang 10 tahun kebelakang (2010 - 2020).

Tabel 1. Kriteria inklusi dan kriteria eksklusi artikel pencari

PICOS item	Kriteria inklusi	Kriteria eksklusi
<i>Populasi</i>	Pasien dan Masyarakat yang menghadapi wabah COVID-19	Artikel mengenai :selain pasien dan masyarakat seperti tenaga Kesehatan
<i>Intervention</i>	Artikel yang membahas tentang depresi, kecemasan tenaga kesehatan dalam menghadapi wabah COVID-19	Artikel mengenai pengujian reliabilitas kuesioner depresi, stres dan kecemasan pada pasien dan masyarakat dalam menghadapi wabah COVID-19
<i>Comparison</i>	Tidak ada	
<i>Outcomes</i>	Strategi dalam menangani Depresi dan kecemasan pasien dan perawat dalam menghadapi wabah COVID-19	Isi artikel tidak ada membahas dalam menangani depresi, stress dan kecemasan pasien dan masyarakat dalam menghadapi wabah COVID-19

Study design	penelitian kuantitatif, penelitian kualitatif, literature riview,	<ul style="list-style-type: none"> • Panduan • Pers 	Sistematic review
---------------------	---	---	-------------------

Bagan 1. Strategi Pencarian artikel



HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Sepuluh artikel disintesis untuk dilakukan analisis dengan orientasi utama hubungan depresi pada pasien dan masyarakat dengan kejadian covid-19 yang bersifat umum.

Penulis dan Judul	Tahun	Hasil Penelitian
Xiangyu Kong et all. <i>Prevalence and Factors Associated with Depression and Anxiety of Hospitalized Patients with COVID-19</i>	2020	Dari 144 peserta, 34,72% pasien dengan COVID-19 memiliki gejala kecemasan dan 28,47% depresi. Korelasi bivariat menunjukkan bahwa kurangnya dukungan sosial berkorelasi dengan gejala kecemasan ($r = -0.196$, $p < 0,05$) dan depresi ($r = -0.360$, $p < 0,05$) di antara pasien dengan COVID-19. Analisis regresi linier berganda menunjukkan bahwa faktor yang berhubungan dengan gejala kecemasan dan depresi pada pasien terkonfirmasi covid-19 adalah jenis kelamin ($\beta = 1,446$, $p =$

		0,034), usia ($\beta = 0,074$, $p = 0,003$), saturasi oksigen ($\beta = -2,140$, $p = 0,049$), dan dukungan sosial ($\beta = -1.545$, $p = 0,017$).
Yeen Huang and ,Ning Zhao	2020	Asosiasi faktor-faktor pengaruh potensial dengan GAD, gejala depresi, dan kualitas tidur selama wabah COVID-19 Dalam model regresi logistik univariat, usia (OR = 1,77, 95% CI: 1,38-1,95) dan waktu yang dihabiskan untuk fokus pada COVID-19 (OR = 1,91, 95% CI: 1,77-2,15) secara signifikan dikaitkan dengan GAD di publik Tiongkok. Demikian pula, usia dikaitkan dengan gejala depresi (OR = 1,80, 95% CI: 1,35-2,01), tetapi tidak dengan kualitas tidur (OR = 0,69, 95% CI: 0,35-1,05). Pekerjaan terkait dengan tidur kualitas selama COVID-19 wabah di publik Cina (OR = 1,48, 95% CI: 1.15-1.95). Dalam model regresi logistik multivariat, asosiasi di atas melemah tetapi masih ada perbedaan statistik. Peserta di bawah 35 tahun lebih mungkin untuk memiliki GAD daripada mereka yang 35 tahun dan lebih tua (AOR = 1,65, 95% CI: 1,49-2,02). Selain itu, peserta yang khawatir tentang wabah COVID-19 selama 3 jam atau lebih lebih kemungkinan mengembangkan GAD daripada yang kurang dari 1 atau 2 jam (AOR = 1,83, 95% CI: 1,53-2,19). Demikian pula, peserta di bawah 35 dikaitkan dengan risiko lebih tinggi untuk gejala depresi daripada mereka yang 35 tahun ke atas (AOR = 1,77, 95% CI: 1,58-2,07). Dibandingkan dengan pekerjaan lain peserta, petugas kesehatan lebih cenderung melaporkan kualitas tidur kurang (AOR = 1,32, 95% CI: 1,18-1,88).
Kai Liu a, Ying Chen, Duozi Wu , Ruzheng Lin , Zaisheng Wang , Liqing Pan <i>Effects of progressive muscle relaxation on anxiety and sleep quality in patients with COVID-19</i>	2020	Skor kecemasan rata-rata (STAI) sebelum intervensi tidak signifikan secara statistik ($P = 0,730$), dan skor kecemasan rata-rata setelah intervensi adalah signifikan secara statistik ($P < 0,001$). Skor kualitas tidur rata-rata (SRSS) dari dua kelompok sebelum intervensi tidak signifikan secara statistik ($P = 0,838$), dan setelah intervensi signifikan secara statistik ($P < 0,001$).
Nguyen et all, <i>People with Suspected COVID-19 Symptoms Were More Likely Depressed and Had Lower Health-Related Quality of Life: The Potential Benefit of Health Literacy</i>	2020	Orang dengan COVID-19 memiliki kemungkinan depresi yang lebih tinggi (OR, 2,88; $p < 0,001$), skor HRQoL yang lebih rendah (B, -7,92; $p < 0,001$). Dibandingkan dengan orang tanpa S-COVID-19-S dan HL rendah, mereka dengan S-COVID-19-S dan HL rendah memiliki kemungkinan depresi 9,70 kali lebih tinggi ($p < 0,001$), skor HRQoL 20,62 lebih rendah ($p < 0,001$) , untuk orang-orang tanpa COVID-19, peningkatan 1 skor HL menghasilkan kemungkinan depresi 5% lebih rendah ($p < 0,001$) dan HRQoL-skor 0,45 lebih tinggi ($p < 0,001$), sedangkan untuk orang-orang dengan S-COVID -

		19-S, 1 peningkatan skor HL menghasilkan kemungkinan depresi 4% lebih rendah ($p = 0,004$) dan 0,43 HRQoL-skor lebih tinggi ($p < 0,001$).
Yang et al, <i>Analysis of psychological state and clinical psychological intervention model of patients with COVID-19</i>	2020	Skor HAMA dan HAMD dari semua pasien (termasuk bangsal isolasi dan bangsal pengamatan) secara signifikan lebih tinggi daripada sukarelawan sehat pada saat masuk. Skor total HAMA dan HAMD pada kelompok COVID-19 sama-sama lebih tinggi daripada kelompok General Pneumonia. Setelah 1 minggu dirawat di rumah sakit dengan intervensi psikologis yang komprehensif, skor HAMA dan HAMD dalam kelompok Covid-19 menurun secara signifikan.
Mao, et all <i>Social Capital and Sleep Quality in Individuals Who Self-Isolated for 14 Days During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak in January 2020 in China</i>	2020	Analisis menunjukkan bahwa skor PSCI-16 untuk modal sosial adalah berhubungan positif dengan skor SAS untuk kecemasan dengan nilai ($r = 0,619, P < 0,01$), skor SASR untuk stres ($r = 0,543, P < 0,01$), dan Skor PSQI untuk kualitas tidur ($r = 0,479, P < 0,01$). Skor SAS untuk kecemasan bagi peserta penelitian berhubungan positif dengan skor SASR untuk stres ($r = 0,553, P < 0,01$), dan skor PSQI untuk kualitas tidur ($r = 0,523, P < 0,01$). Skor SASR untuk stres secara positif berhubungan dengan skor PSQI untuk kualitas tidur ($r = 0,628, P < 0,01$). Penemuan-penemuan ini menunjukkan bahwa modal sosial dari peserta penelitian yang mandiri selama epidemi COVID-19 meningkatkan kualitas tidur, mengurangi kecemasan dan stres. Tingkat kecemasan berkorelasi dengan tingkat stres, yang mengurangi kualitas tidur.
Zhang, et all <i>High risk of infection caused Posttraumatic Stress symptoms in individuals with poor sleep quality: A study on influence of Coronavirus disease (COVID-19) in China</i>	2020	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara PCL-5 dan skor kualitas tidur pada tanggal pengumpulan data yang berbeda ($P < 0,05$). Ada perbedaan signifikan skor PCL-5 ($t = -2,93, p < 0,05$) dan latensi onset tidur ($\chi^2 = 9,77, p < 0,05$) antara peserta dengan riwayat dan tanpa riwayat exposure. Efek interaksi dari riwayat paparan Wuhan dengan kualitas tidur secara signifikan mempengaruhi PCL-5 ($ps < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa menjaga kualitas tidur yang baik pada individu dengan risiko infeksi tinggi adalah cara untuk mencegah PTSS.
Wang, et all <i>Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China</i>	2020	Secara total, 53,8% berefek positif terhadap dampak psikologis sebagai wabah sedang atau berat; 16,5% melaporkan gejala depresi sedang hingga berat; 28,8% melaporkan gejala kecemasan sedang hingga berat; dan 8,1% melaporkan tingkat stres sedang hingga berat. Sebagian besar responden menghabiskan 20-24 jam per hari di rumah (84,7%); khawatir tentang anggota keluarga mereka yang terkena COVID-19 (75,2%); dan puas dengan jumlah informasi kesehatan yang tersedia (75,1%).

		Jenis kelamin perempuan, status siswa, gejala fisik tertentu (misalnya, mialgia, pusing, coryza), dan status kesehatan yang dinilai sendiri buruk secara signifikan terkait dengan dampak psikologis yang lebih besar dari wabah dan tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang lebih tinggi ($p < 0,05$). Informasi kesehatan terkini dan akurat yang spesifik (misalnya, perawatan, situasi wabah lokal) dan tindakan pencegahan khusus (misalnya, kebersihan tangan, memakai topeng) dikaitkan dengan dampak psikologis yang lebih rendah dari wabah dan tingkat stres yang lebih rendah, kecemasan, dan depresi ($p < 0,05$).
Roy, et all <i>Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic</i>	2020	Para responden memiliki tingkat pengetahuan moderat tentang infeksi COVID-19 dan pengetahuan yang memadai tentang aspek pencegahannya. Sikap terhadap COVID-19 menunjukkan kesediaan orang untuk mengikuti pedoman pemerintah tentang karantina dan jarak sosial. Tingkat kecemasan yang diidentifikasi dalam penelitian ini tinggi. Lebih dari 80% orang disibukkan oleh pemikiran COVID-19 dan 72% melaporkan perlunya menggunakan sarung tangan, dan pembersih. Dalam penelitian ini, kesulitan tidur, paranoid tentang tertular infeksi COVID-19 dan media sosial terkait kesusahan dilaporkan masing-masing dalam 12,5%, 37,8%, dan 36,4% peserta. Kebutuhan kesehatan mental yang dirasakan terlihat pada lebih dari 80% peserta. Ada kebutuhan untuk mengintensifkan kesadaran dan mengatasi masalah kesehatan mental orang selama pandemi COVID-19 ini.
Qiu, et al <i>A nation wide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations (2020)</i>	2020	Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata (SD) CPDI sampel adalah 23,65 (15,45). Hampir 35% responden mengalami tekanan psikologis (29,29% dari skor responden adalah antara 28 dan 51, dan 5,14% dari skor responden adalah ≥ 52). Analisis regresi logistik multinomial menunjukkan bahwa skor CPDI seseorang dikaitkan dengan skor mereka Psikiatri Umum jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan dan wilayah. Responden perempuan menunjukkan tekanan psikologis yang jauh lebih tinggi daripada rekan-rekan pria mereka (rata-rata (SD) = 24,87 (15,03) vs 21,41 (15,97), $p < 0,001$). Hal ini sesuai dengan hasil dari penelitian sebelumnya yang menyimpulkan bahwa wanita jauh lebih rentan terhadap stres dan lebih mungkin untuk mengembangkan gangguan stres pascatrauma.

2. Pembahasan

Kesehatan mental menjadi masalah yang tidak bisa diabaikan. Menurut

(Polikandrioti M, 2015), Depresi dan kecemasan adalah penyakit mental yang umum dan persisten dalam berbagai

penyakit kronis, seperti kanker, dan penyakit serius lainnya. Wabah Covid-19 juga telah menyebabkan meningkatnya kepanikan pasien dan masyarakat dan menekan kesehatan mental (Fan Zhang, 2020). Kesehatan mental pasien rawat inap dengan Covid-19 selama epidemi masih belum diketahui, namun setelah diagnosis Covid-19 pasien lebih cenderung memiliki kekhawatiran psikologis seperti ketakutan akan perkembangan penyakit dan ancaman kematian (Nguyen, 2020). Penelitian (Xiangyu Kong, 2020) menunjukkan bahwa dari 144 peserta penelitian pasien dirawat dengan covid-19 di Wuhan, China, terdapat 34,72% dengan gejala kecemasan dan 28,47% menunjukkan gejala depresi. Gejala depresi yang ada pada pasien dan masyarakat sebagai dampak kejadian covid-19 berdasarkan beberapa penelitian juga disertai dengan gejala kecemasan, dan gangguan atau penurunan kualitas tidur pada pasien. Seperti dalam penelitian (Han Xiao, 2020) yang menunjukkan hasil bahwa tingkat depresi dan kecemasan berkorelasi dengan tingkat stres, dan dapat mengurangi kualitas tidur. Kesehatan mental merupakan salah satu hal yang penting untuk diperhatikan pada pasien yang menderita penyakit kronis atau penyakit menular. Bagi pasien yang telah terkonfirmasi atau terdiagnosa dengan suatu penyakit cenderung akan memikirkan tentang bagaimana kondisi kesehatannya, penyakitnya, dan memikirkan

kematian yang akan terjadi (Zhao, 2020). Penelitian (Lu Yang, 2020) yang meneliti tentang analisa status Physiologi pada pasien Covid-19 di China, menunjukkan hasil bahwa pasien yang di diagnosis dengan Covid-19 di bangsal isolasi dan atau pneumonia umum di bangsal pengamatan memiliki gejala gangguan kecemasan, depresi, dan masalah tidur. Hal tersebut sejalan dengan penelitian (Xiangyu Kong, 2020) yang menunjukkan hasil dari 144 peserta, pasien dengan Covid-19 34,72% memiliki gejala kecemasan dan 28,47% memiliki gejala depresi. Penyakit menular pandemi covid-19 tidak hanya mempengaruhi kesehatan fisik dan psikologis pasien tetapi juga mempengaruhi kesehatan psikologis dan kesejahteraan dari populasi yang tidak terinfeksi namun mengalami kepanikan atau kebosanan dalam mengikuti kebijakan terkait pencegahan covid-19 (Han Xiao, 2020). Ada kekhawatiran yang meningkat di antara masyarakat tentang tertular infeksi Covid-19 (Deblina Roy, 2020). Hal tersebut sejalan dengan penelitian (Jiayin Qiu, 2020) yang meneliti/ mensurvei penduduk cina melalui kuisisioner selama pandemi covid-19 terkait tekanan/trauma psikologis yang dialami menunjukkan bahwa hampir 35% responden mengalami tekanan psikologis seperti kecemasan, stress, depresi dan gangguan tidur. Penelitian tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan (Wang C, 2020)

yang meneliti masyarakat umum di China untuk lebih memahami tingkat dampak psikologis, kecemasan, depresi, dan stres mereka selama tahap awal wabah Covid-19 menunjukkan hasil bahwa secara total, 53,8% covid-19 berhubungan dengan tekanan psikologis sedang hingga berat, 16,5% melaporkan gejala depresi sedang hingga berat; 28,8% melaporkan gejala kecemasan sedang hingga berat; dan 8,1% melaporkan tingkat stres sedang hingga berat.

KESIMPULAN

Berdasarkan beberapa pemaparan hasil-hasil penelitian terkait hubungan depresi dengan prevalensi/ kejadian covid-19 disimpulkan bahwa kejadian covid-19 bukan hanya memberikan dampak fisik kepada pasien namun juga dampak psikologi bagi pasien maupun masyarakat dengan presentasi sedang hingga berat. Oleh karena itu, dibutuhkan suatu upaya pencegahan agar selama masa pandemi covid-19 baik pasien maupun masyarakat tidak terdampak secara psikologi. Penelitian yang dilakukan oleh (Kai Liu a, 2020) meneliti tentang pengaruh relaksasi otot progressive terhadap kecemasan dan kualitas tidur pada pasien dengan Covid-19, menunjukkan hasil bahwa secara statistik signifikan setelah intervensi ($P < 0,001$) artinya relaksasi otot progresif sebagai metode tambahan dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan

kualitas tidur pasien dengan covid-19. Berdasarkan hal tersebut, disimpulkan dari penelaahan literature belum banyak penelitian yang meneliti terkait pengaruh relaksasi otot progressive terkait gejala depresi ataupun upaya preventif lain untuk mengatasi depresi pada pasien dan masyarakat selama pandemi Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

- Deblina Roy, e. a. (2020). Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic. *Asian Journals of Phsiciatry*.
- Fan Zhang, e. a. (2020). High risk of infection caused Posttraumatic Stress symptoms in individuals with poor sleep quality: A study on influence of Coronavirus disease (COVID-19) in China .
- Han Xiao, e. a. (2020). Social Capital and Sleep Quality in Individuals Who Self-Isolated for 14 Days During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak in January 2020 in China. *Journal of Medical Science*.
- Jianyin Qiu, e. a. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. *Journal of General Phsyciatry*.
- Kai Liu a, Y. C. (2020). Effects of progressive muscle relaxation on anxiety and sleep quality inpatients with COVID-19 . *Complementary Therapies in Clinical Practice* .
- Lu Yang, e. a. (2020). Analysis of psychological state and clinical psychological intervention model of patients with COVID-19 .
- Nguyen, e. a. (2020). People with Suspected COVID-19 Symptoms Were More Likely Depressed and

Had Lower Health-Related Quality of Life: The Potential Benefit of Health Literacy. *Journal of Clinical Medicine*.

Wang C, et al. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.

Xiangyu Kong, K. Z. (2020). Prevalence and Factors Associated with Depression and Anxiety of Hospitalized Patients with covid-19.

Zhao, Y. H. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*.