

TINGKAT STRES KELUARGA DI MASA *NEW NORMAL*

¹Aliffia, ²Yusrini, ³Indah Puspitasari

^{1,2,3} Fakultas Kesehatan dan Farmasi, Universitas Bani Saleh, Indonesia

Email: ¹Aliffia1700@gmail.com, ²yusrini@stikesbanisaleh.ac.id, ³indah@stikesbanisaleh.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Pandemi yang terjadi saat ini disebabkan karena adanya Coronavirus Disease (COVID-19) yang berangsur cukup lama. Krisis kesehatan pandemi COVID-19 menyebabkan perubahan psikologis seperti ketakutan, kecemasan, depresi dan stres. Gejala ini dirasakan oleh seluruh masyarakat. Tetapi banyak masyarakat mengalami ketakutan tertular karena pengetahuan tentang COVID-19 yang terbatas atau salah. Tingkat stress pada masa pandemic telah banyak dilakukan survey baik tenaga Kesehatan ataupun individu di Indonesia, namun belum terdapat penelitian tingkat stress pada keluarga khususnya di Kota Bekasi. Stres yang berlebihan dapat mengganggu kemampuan seseorang dalam menghadapi lingkungan. Tujuan: mengetahui tingkat stres keluarga di masa new normal berdasarkan karakteristik demografi. Metode: Desain penelitian ini adalah deskriptif analitik. Menggunakan uji statistik univariat. Cara ukur penelitian ini menggunakan kuesioner. Instrumen penelitian ini menggunakan instrumen yang dihasilkan oleh peneliti utama Perdana, Wade, May, Jenkins, dan Dillon studi CRAMPED (DB) dan anggota laboratorium di University of Waterloo, Canada (2021) tentang The COVID-19 Family Stressor Scale: Validation and Measurement Invariance in Female and Male Caregivers, kemudian kuesioner telah dimodifikasi oleh peneliti karena ada penambahan kata atau kalimat yang disesuaikan dengan kondisi pandemi COVID-19 di Indonesia. Hasil: pada penelitian ini di Kelurahan Margahayu, responden yang mengalami peningkatan stres mayoritas berusia 25-34 tahun yaitu 60,5%, berjenis kelamin laki-laki yaitu 52,0%, sebagai suami yaitu 52,0%, bekerja sebagai Pegawai swasta yaitu 73,0%, mengalami stres sedang yaitu: 38,3. Kesimpulan: Tingkat stres keluarga terbanyak adalah ringan dengan terbanyak kepala keluarga berjenis kelamin laki-laki dan berusia 25-34 tahun.

Kata kunci: Stres Keluarga, New Normal.

ABSTRACT

Introduction: The current pandemic is due to the presence of the coronavirus disease (COVID-19), which has been ongoing for quite some time. The health crisis of the COVID-19 pandemic causes psychological changes such as fear, anxiety, depression, and stress. This shock is felt by the whole of society. But many people are experiencing contagious fears because of limited or incorrect knowledge about COVID-19. The level of stress during the pandemic has been surveyed by both health care personnel and individuals in Indonesia, but there has been no study of stress levels in families, especially in Bekasi City. Excessive stress can interfere with a person's ability to cope with the environment. Objective: Find out the stress level of the family in normal times based on demographic characteristics. Methods: The design of this research is analytical and descriptive. Using univariate statistical tests. The measurement of this research uses a questionnaire. This research instrument uses the instruments produced by lead researchers Premier, Wade, May, Jenkins, and Dillon of the CRAMPED (DB) study and laboratory members at the University of Waterloo, Canada (2021) on The COVID-19 Family Stressor Scale: Validation and Measurement. Invariance in Female and Male Caregivers: The questionnaire has been modified by researchers because of the addition of words or sentences adapted to the conditions of the COVID-19 pandemic in Indonesia. Results: In this study in Kelurahan Margahayu, respondents who experienced increased stress, the majority aged 25–34 years, were 60.5%; males were 52.0%; husbands were 52.0%; working as private officers was 73.0%; and experiencing average stress was 38.3%. Conclusion: The stress levels in the family are mostly mild, with the majority of family heads being male and aged 25–34.

Keywords: Family Stress, New Normal.

1. PENDAHULUAN

Pandemi adalah wabah penyakit yang ada di mana-mana dan mencakup wilayah yang luas, wabah penyakit yang menyebar

ke hampir setiap negara atau benua dan biasanya menyerang banyak orang.

Perubahan kondisi yang diakibatkan adanya COVID-19 sehingga muncul masalah yang terjadi. Krisis kesehatan pandemi

COVID-19 menyebabkan perubahan psikologis seperti ketakutan, kecemasan, depresi dan stres. Gejala ini dirasakan oleh seluruh masyarakat, tidak hanya tenaga kesehatan dan mereka yang bekerja di bidang medis. Tetapi banyak masyarakat mengalami ketakutan tertular karena pengetahuan tentang COVID-19 yang terbatas atau salah.

Dampak dari *new normal* yang pemerintah tetapkan ini, banyak tempat ibadah yang ditutup untuk mengurangi kerumunan dan risiko terjadinya penularan. Banyak kepala keluarga yang berhentikan dari perusahaan tempat bekerja. Karena banyak anak sekolah yang belajar di rumah, konsentrasi aktivitas di rumah bisa menjadi faktor stres bagi keluarga (Gayatri & Irawaty, 2022)

Perubahan yang terjadi pada keluarga mengenai solusi pemerintah atas apa yang telah dilakukan. Pemerintah berupaya menjamin ketersediaan kebutuhan pokok yang diikuti dengan memastikan terjaganya daya beli masyarakat. Melalui kebijakannya, Pemerintah Pusat memberikan tambahan sebesar lima puluh ribu kepada pemegang kartu sembako murah selama enam bulan. Mempercepat penerapan kartu pra kerja untuk mencegah pekerja diberhentikan, pekerja kehilangan pendapatan, dan pengusaha mikro kehilangan pasar dan pendapatan (Santika, 2020). Tingkat stress pada masa pandemic telah banyak dilakukan survey baik tenaga Kesehatan ataupun individu di Indonesia, namun belum terdapat penelitian tingkat stress pada keluarga khususnya di Kota Bekasi. Sehingga perlu dilakukan survey tingkat stress keluarga. Berdasarkan uraian diatas, maka tujuan penelitian adalah memberikan gambaran tingkat stres pada keluarga selama masa pandemi COVID-19.

2. METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional dengan desain deskriptif analitik. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2022 di wilayah Kelurahan Margahayu Rt 01 Rw 08. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah keluarga di wilayah Kelurahan Margahayu Rt 01 Rw 08 berjumlah 256 keluarga. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* yang mana pengumpulan sampel dengan pertimbangan tertentu. Kriteria inklusi di

dalam penelitian ini yaitu keluarga yang berdomisili di Kelurahan Margahayu RT 01, yang mengisi kuesioner adalah kepala keluarga yang berusia dewasa lebih dari 18 tahun, keluarga yang bersedia untuk menjadi responden, keluarga yang mampu berkomunikasi dengan baik. Sedangkan, kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu keluarga yang tidak mampu membaca dan menulis, keluarga yang tidak ada dirumah/sulit untuk di temui. Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti dengan cara memberikan kuesioner kepada keluarga yang sesuai dengan kriteria dan telah mengisi *informed consent*. Adapun instrument yang digunakan adalah data demografis dan stress. Instrumen penelitian ini menggunakan instrumen yang dihasilkan oleh peneliti utama Perdana, Wade, May, Jenkins, dan Dillon studi CRAMPED (DB) dan anggota laboratorium di *University of Waterloo, Canada* (2021) (Prime et al., 2021) tentang *The COVID-19 Family Stressor Scale: Validation and Measurement Invariance in Female and Male Caregivers*, kemudian kuesioner ini telah dimodifikasi oleh peneliti karena ada penambahan kata atau kalimat yang disesuaikan dengan kondisi pandemi COVID-19 di Indonesia. Instrumen ini telah diuji pada tahun 2022 dengan 30 responden di wilayah Kelurahan Margahayu Rt 02 Rw 08. Instrumen ini memiliki 24 item pertanyaan yaitu terdiri dari pertanyaan dampak COVID-19 terhadap penghasilan keluarga, masalah atau kekalutan yang dirasakan keluarga dan stres yang dialami keluarga. Adapun *correlate* stres 0,374. Sedangkan koefisien *Alfa Cronbach* stres 0,956. Hal ini berarti dari 24 item kuesioner memiliki validitas dan telah dinyatakan reliabel untuk digunakan pada penelitian ini.

Hasil uji etik penelitian menunjukkan penelitian ini disetujui untuk dilakukan karena sesuai dengan fungsi etik penelitian. Penelitian tidak menimbulkan dampak merugikan responden dan ada manfaat yang diberikan kepada Masyarakat. Nomor etik yang diterbitkan adalah No.EC.189/KEPK/STKBS/III/2022.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
25-34 tahun	155	60,5
35-44 tahun	77	30,1
45-54 tahun	20	7,8
55-64 tahun	4	1,6
Total	256	100
Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-laki	133	52
Perempuan	123	48
Total	256	100
Status dalam Keluarga	Frekuensi	Presentase (%)
Suami	133	52
Istri	123	48
Total	256	100
Pekerjaan	Frekuensi	Presentase (%)
PNS	15	5,9
Pedagang	54	21,1
Pegawai swasta	187	73
Total	256	100
Pendapatan	Frekuensi	Presentase (%)
<4.816.1122	47	18,4
>4.816.1122	209	81,6
Total	256	100

Berdasarkan tabel 1 di dapatkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia di Kelurahan Margahayu mayoritas berusia 25-34 tahun yaitu 60,5% (n=155). Mayoritas berjenis kelamin laki-laki yaitu 52,0% (n=133), mayoritas kepala keluarga adalah berstatus sebagai suami yaitu 52,0% (n=133), mayoritas bekerja sebagai pegawai swasta yaitu 73,0% (n=187), sebagian besar pendapatan responden \geq RP 4.816.112 yaitu 81,6% (n=209).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Tingkat Stres Keluarga

Tingkat Stres Keluarga	Frekuensi	Presentase
Tidak stres	21	8,2
Stres Ringan	86	33,6
Stres Sedang	98	38,3
Stres Berat	46	18
Stres Sangat Berat	5	2
Total	256	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa masyarakat di Kelurahan Margahayu mayoritas mengalami stres keluarga sedang yaitu 38,3% (n=98).

Tabel 3. Distribusi Tingkat Stres Dengan Usia

Variabel	Usia	25-34	35-44	45-54	55-65
Tidak stres	F	13	5	2	1
	%	5,1	2	0,8	0,4
Ringan	F	55	25	4	3
	%	21,5	9,8	1,5	1,2
Sedang	F	54	34	9	0
	%	21,1	13,3	3,5	0
Berat	F	28	13	5	0
	%	10,9	5,1	2	0
Sangat berat	F	5	0	0	0
	%	20	0	0	0
Total	F	155	77	20	4
	%	60,5	30,1	7,8	1,6

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa mayoritas mengalami Stres ringan berusia 25-34 tahun yaitu 21,5% (n=55).

Tabel 4. Distribusi Tingkat Stres Dengan Jenis Kelamin

Variabel	Jenis kelamin	Laki-laki	Perempuan
Tidak stres	F	14	7
	%	55,5	2,7
Ringan	F	45	41
	%	17,6	16
Sedang	F	63	35
	%	24,6	13,7
Berat	F	11	35
	%	4,3	13,7
Sangat berat	F	0	5
	%	0	2
Total	F	133	123
	%	52	48

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa mayoritas mengalami stres sedang berjenis masyarakat di Kelurahan Margahayu kelamin laki-laki yaitu 24,6% (n=63).

Tabel 5. Distribusi Tingkat Stres Dengan Status dalam Keluarga

Variabel	Status dalam Keluarga	Suami	Istri
Tidak stres	F	14	7
	%	55,5	2,7
Ringan	F	45	41
	%	17,6	16
Sedang	F	63	35
	%	24,6	13,7
Berat	F	11	35
	%	4,3	13,7
Sangat berat	F	0	5
	%	0	2
Total	F	133	123
	%	52	48

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa hubungan dengan kepala keluarga sebagai masyarakat di Kelurahan Margahayu suami yaitu 24,6% (n=63). mayoritas mengalami stres sedang memiliki

Tabel 6. Distribusi Tingkat Stres Dengan Pekerjaan

Variabel	Pekerjaan	PNS	Pegawai swasta	Pedagang
Tidak stres	F	13	7	0
	%	5,1	2,7	0
Ringan	F	2	61	23
	%	0,8	23,8	9
Sedang	F	0	80	18
	%	0	31,2	7
Berat	F	0	36	10
	%	0	14,1	3,9
Sangat berat	F	0	3	3
	%	0	1,2	1,2
Total	F	15	187	54
	%	5,9	73	21,1

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa masyarakat di kelurahan Margahayu mayoritas mengalami Stres ringan memiliki pekerjaan sebagai pegawai swasta yaitu 23,8% (n=61).

3.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa data yang dilakukan dalam penelitian ini sejumlah 256 responden didapatkan hasil distribusi frekuensi usia bahwa usia 25-34 tahun dengan menunjukkan hasil sebanyak 155 responden atau (60,5%). Menurut (Pratiwi, 2021) yang mengatakan bahwa usia 25-34

tahun adalah individu yang mampu menangkap informasi dengan cepat, namun cara yang digunakan menangkap informasi tersebut berbeda-beda, sehingga perlu diketahui cara apa yang paling tepat yang dapat memaksimalkan dalam memperoleh pengetahuan, karena informasi yang tidak tepat dapat menyebabkan stres. Penelitian (Renaldo & Suryani, 2020) mengatakan bahwa usia 25-34 merupakan usia yang banyak mendapatkan informasi dari media sosial tanpa memilah informasi yang didapatkan sehingga memudahkan seseorang lebih mudah cemas dan khawatir terhadap situasi saat ini. Jadi dapat dikatakan bahwa hampir semua kategori usia 25-34 merasakan kecemasan karena merupakan respon diri terhadap situasi yang mengancam kesehatan dan keselamatan.

Penelitian (Prime et al., 2021) menyampaikan individu usia 21-30 dengan tipe keluarga inti memiliki ketahanan terhadap masalah stres dan cemas bergantung pada dukungan sosial dan pengalaman coping individu, berbeda dengan individu usia 31-40 tahun dengan tipe keluarga ini memiliki ketahanan paling kuat terhadap stres dan cemas.

Distribusi frekuensi jenis kelamin bahwa responden yang mengalami peningkatan stres lebih banyak didominasi oleh jenis kelamin laki-laki dengan menunjukkan hasil sebanyak 133 responden atau (52,0%). Menurut Ambarwati et al., (2019) menyatakan bahwa rata-rata stres lebih tinggi pada kelompok pria (6,1%) dibanding dengan wanita (2,0%), yang didukung oleh pendapat Edward yang menyatakan pria membutuhkan waktu yang lebih lama untuk kembali membaik setelah suatu peristiwa berlalu dibanding dengan wanita sehingga tingkat stres pada pria menjadi lebih tinggi. Penelitian (Regina & Malinti 2020), yang mengatakan bahwa kecemasan dan depresi banyak dialami oleh perempuan karena memiliki mental yang kurang kuat dibandingkan laki-laki dalam menghadapi situasi yang mengancam dirinya. Namun beberapa studi menunjukkan bahwa pria cenderung lebih rentan terhadap berlebihnya beban kognitif, sedangkan wanita memiliki toleransi yang lebih besar terhadap beban kognitif (Strombach, et al 2016).

Distribusi frekuensi hubungan dengan kepala keluarga bahwa responden yang mengalami peningkatan stres lebih banyak

didominasi dengan responden yang memiliki hubungan dengan kepala keluarga sebagai suami menunjukkan hasil sebanyak 133 responden atau (52,0%). Menurut (Ambarwati et al., 2019) menyatakan bahwa rata-rata stres lebih tinggi pada kelompok pria (6,1%) dibanding dengan wanita (2,0%), yang didukung oleh pendapat Edward yang menyatakan pria membutuhkan waktu yang lebih lama untuk kembali membaik setelah suatu peristiwa berlalu dibanding dengan wanita sehingga tingkat stres pada pria menjadi lebih tinggi.

Distribusi frekuensi pekerjaan bahwa responden yang mengalami peningkatan stres lebih banyak didominasi dengan pekerjaan sebagai pegawai swasta yang menunjukkan hasil sebanyak 133 responden atau (52,0%). Menurut (Hario, 2020) yang mendapatkan hasil survei mereka yang belum atau tidak bekerja mengalami kecemasan sebanyak 75,3%, para pekerja swasta sebanyak 75,7%, dan para ibu rumah tangga sekitar 74,4%, hal tersebut dikarenakan seseorang yang memiliki pekerjaan yang berpenghasilan tinggi serta ekonomi berkecukupan cenderung lebih rendah untuk mengalami kecemasan, lain halnya dengan para pegawai swasta atau pekerja lainnya yang banyak terkena PHK dan kehilangan pekerjaannya.

Distribusi frekuensi pendapatan bahwa responden yang mengalami peningkatan stres lebih banyak didominasi dengan keluarga yang memiliki pendapatan >RP 4.816.112 yang menunjukkan hasil sebanyak 209 responden atau (81,6%). Sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Isnaeni, 2021) sebanyak 27 responden diketahui memiliki pendapatan sebesar > RP 4.816.112.

Prevalensi tingkat stres pada keluarga ditemukan bahwa responden yang mengalami peningkatan stres tertinggi di urutan pertama yaitu stres ringan: usia 25-34 tahun dengan menunjukkan hasil sebanyak 55 responden (21,5%), di urutan tertinggi kedua yaitu stres sedang: usia 25-34 tahun dengan hasil sebanyak 54 responden (21,1%), sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Yosiana, 2013) sebanyak 56 responden diketahui berusia 20-40 tahun, 43 responden berusia 40-60 tahun, 4 responden berusia > 60 tahun. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Medika Utama & Diyan Yuli Wijayanti,

2020) bahwa sebagian besar berusia antara 40-60 tahun yakni sebanyak 14 responden.

Responden yang berada pada tingkat tidak stres sebanyak 14 responden (5,5%), stress ringan sebanyak 45 responden (17,6%), stress sedang sebanyak 63 responden (24,6%) berada pada jenis kelamin laki-laki, sedangkan stress berat 35 responden (13,7%) berada pada perempuan, dan stress sangat berat 5 responden (2,0%) mayoritas berada pada jenis kelamin perempuan hal ini sejalan dengan peneliti yang dilakukan oleh (Medika Utama & Diyan Yuli Wijayanti, 2020) bahwa sebagian besar yang mengalami peningkatan stress ringan sampai stress sedang terjadi pada laki-laki sebanyak 13 responden (26,0%) dan mayoritas responden yang berada pada tingkat stress berat berada pada jenis kelamin perempuan sebanyak 14 responden (28,05

Responden yang mengalami peningkatan stress sedang lebih banyak didominasi oleh Suami dengan menunjukkan hasil sebanyak 63 responden atau (24,6%) sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ambarwati et al., (2019) menyatakan bahwa rata-rata stress lebih tinggi pada kelompok pria (6,1%) dibanding dengan wanita (2,0%), yang didukung oleh pendapat Edward yang menyatakan pria membutuhkan waktu yang lebih lama untuk kembali membaik setelah suatu peristiwa berlalu dibanding dengan wanita sehingga tingkat stress pada pria menjadi lebih tinggi.

Bahwa yang mengalami peningkatan stress lebih banyak didominasi oleh responden yang memiliki pekerjaan sebagai pegawai swasta yang menjadi urutan tingkat stress paling tinggi pertama stress sedang sebanyak 80 responden (31,2%), urutan tingkat stress paling tinggi kedua stress ringan sebanyak 61 dengan menunjukkan hasil sebanyak 187 responden atau (73,0%) sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Medika Utama & Diyan Yuli Wijayanti, 2020) sebanyak 27 responden diketahui bekerja sebagai pegawai swasta, 19 responden bekerja sebagai pedagang, 4 responden bekerja sebagai PNS.

Kondisi Pandemi COVID-19 tidak selalu membuat keluarga menjadi stress, tetapi ada juga yang tidak mengalami stress menghadapi perubahan akibat kondisi pandemi. Hasil penelitian menggambarkan 55,5 % kepala keluarga yang berstatus suami tidak mengalami stress, karena komunikasi

dan hubungan antar anggota keluarga masih baik-baik saja. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Gayatri & Irawaty, 2022) bahwa pandemi telah menyebabkan masalah kesehatan mental seperti kecemasan, stress, dan depresi. Hubungan yang sehat, komunikasi, praktik berbasis agama, pola pikir positif, dan membangun dukungan sosial adalah upaya adaptif untuk merespons krisis dan kesulitan secara bersama-sama.

Sejalan dengan (Prime et al., 2021) hasil matriks korelasi menunjukkan adanya hubungan positif yang antara keamanan keluarga, persatuan dan ketahanan keluarga ($p < 0,001$). Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara ambivalen dengan ketahanan dan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara keamanan keluarga, persatuan dan ketahanan ($p < 0,01$). Sehingga pentingnya kekompakan keluarga dan kemampuan adaptasi ketahanan keluarga, untuk mengatasi stress dan meningkatkan kualitas hubungan keluarga.

(Prime et al., 2021) menyatakan bahwa kepuasan keluarga berhubungan positif dengan ketahanan, dan kepuasan serta ketahanan keluarga berhubungan positif dan berhubungan negatif dengan kecemasan dan depresi. Efek mediasi dari ketahanan tentang hubungan antara kepuasan keluarga dan kecemasan/depresi (26,3% dan 31,1% dampak yang diperhitungkan, masing-masing) signifikan. Sehingga Kepuasan dan ketahanan keluarga mempunyai pengaruh penting terhadap mental remaja kesehatan serta untuk meningkatkan hubungan keluarga yang positif dalam mencegah dan mengurangi gejala kecemasan dan depresi di kalangan remaja. Edukasi juga sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan anak dan keluarga (Puspitasari et al., 2019). Berdasarkan pernyataan di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pentingnya gambaran tingkat stress keluarga agar kita dapat menentukan intervensi yang tepat dalam mengatasi masalah psikologis keluarga di masa pandemi COVID -19.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan kesimpulan dari hasil peneliti tentang prevalensi tingkat stress adalah bahwa pada masyarakat di Kelurahan Margahayu RT 01/ Rw 08 Bekasi Timur tahun 2022 dengan sampel sebanyak 256 responden dengan presentase tertinggi dari

karakteristik responden diperoleh rata-rata berusia 25-34 tahun terdapat 55 responden yang mengalami stres ringan, jenis kelamin responden laki-laki 63 responden, hubungan dengan kepala keluarga sebagai suami 63 responden, memiliki pekerjaan sebagai pegawai swasta 80 responden.

SARAN

1. Bagi masyarakat

Untuk masyarakat diharapkan dapat mengelola stress dengan tepat, berbagi cerita dengan orang kepercayaan melalui gadget, saling mendukung antara anggota keluarga guna mengurangi tingkat stres keluarga yang pada akhirnya diharapkan dapat tercipta kehidupan mental yang lebih sehat.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil peneliti ini belum sepenuhnya sempurna karena keterbatasan peneliti, diharapkan peneliti selanjutnya mampu mengembangkan penelitian mengenai hubungan tingkat stres dengan coping keluarga, atau melakukan edukasi cara mengatasi stres.

REFERENCES

- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Gayatri, M., & Irawaty, D. K. (2022). Family Resilience during COVID-19 Pandemic: A Literature Review. *Family Journal*, 30(2), 132–138. <https://doi.org/10.1177/10664807211023875>
- Medika Utama, M. D., & Diyan Yuli Wijayanti. (2020). Gambaran Tingkat Stres Keluarga Pasien Skizofrenia Overview of Stress Levels in Schizophrenic Patient Families Based on Demographic Characteristics in Rsjd Dr. Amino Gondohutomo. 42(1), 11–17.
- Pratiwi, S. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan Masyarakat Terhadap Pandemi COVID-19. *Jurnal Medika Usada*, 4(2), 21–32. <https://doi.org/10.54107/medikausada.v4i2.100>
- Prime, H., Wade, M., May, S. S., Jenkins, J. M., & Browne, D. T. (2021). The COVID-19 Family Stressor Scale: Validation and Measurement Invariance in Female and Male Caregivers. *Frontiers in Psychiatry*, 12(May), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.669106>
- Puspitasari, I., Mulyono, S., & Kusumawati, D. N. (2019). The Effect of Interactive Education with 3-Dimensional Puzzles on the Injury-Prevention Behaviours of School-Age Children. *Comprehensive Child and Adolescent Nursing*, 42(sup1), 173–178. <https://doi.org/10.1080/24694193.2019.1578438>
- Renaldo, E., & Suryani, E. (2020). Gambaran gangguan mental emosional pada penduduk Desa Banfanu, Timor Tengah Utara, Provinsi Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 3(2), 49–57. <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2020.v3.49-57>
- Santika, I. G. N. N. (2020). Optimalisasi Peran Keluarga Dalam Menghadapi Persoalan COVID-19: Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial*, 6(2), 127. <https://doi.org/10.23887/jiis.v6i2.28437>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Daryanto. (2019). Kajian teori status pekerjaan. *Journal*, 13(April), 15–38. http://eprints.umm.ac.id/37259/3/jiptum_mpp-gdl-rizkanuris-51150-3-babii.pdf
- Hanita. (2020). Ketahanan Keluarga Dalam Adaptasi New Normal Pandemi COVID- 19 Di Indonesia. *Jurnal Kajian Lembaga Ketahanan Nasional Republik Indonesia*, 9(1), 491–504. <http://jurnal.lemhannas.go.id/index.php/jkl/article/view/204/113>
- Hario. 2020. Mayoritas Masyarakat Indonesia Alami Kecemasan di Masa Pandemi COVID-19. Available at: <https://persakmi.or.id>. Diakses tanggal 17 September 2020 <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://ilmukomunikasi.uma.ac.id/2022/01/27/teknik-pengambilan-sampel-pada->

- penelitian/&ved=2ahUKEwiFsbLQmsn6AhW4ZWwGHQEaCbQQFnoECA4QAQ&usq=AOvVaw1OLh9SEPMoYf8iU3UFyG4m
- Ismiati, D., Hasanah, U., & Prabawati, M. (2016). Pengaruh Manajemen Stres Terhadap Ketahanan Keluarga. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 3(2), 62–67. <https://doi.org/10.21009/jkkp.032.03>
- Medika Utama, M. D., & Diyan Yuli Wijayanti. (2020). *Gambaran Tingkat Stres Keluarga Pasien Skizofrenia Overview of Stress Levels in Schizophrenic Patient Families Based on Demographic Characteristics in Rsjd Dr. Amino Gondohutomo*. 42(1), 11–17.
- Pratiwi, S. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan Masyarakat Terhadap Pandemi COVID-19. *Jurnal Medika Usada*, 4(2), 21–32. <https://doi.org/10.54107/medikausada.v4i2.100>
- Renaldo, E., & Suryani, E. (2020). Gambaran gangguan mental emosional pada penduduk Desa Banfanu, Timor Tengah Utara, Provinsi Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 3(2), 49–57. <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2020.v3.49-57>
- Santika, I. G. N. N. (2020). Optimalisasi Peran Keluarga Dalam Menghadapi Persoalan COVID-19: Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial*, 6(2), 127. <https://doi.org/10.23887/jiis.v6i2.28437>
- Strombach, T., Margittai, Z., Gorczyca, B., & Kalenscher, T. (2016). Gender-specific effects of cognitive load on social discounting. Available at: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0165289>. Diakses tanggal 18 September 2020
- Suryani & Eduardo. (2020). Stres Di Tengah ‘New Normal’ COVID-19. Available at: <https://theconversation.com>. Diakses tanggal 17 September 2020
- Yosiana. (2012). *Gambaran Tingkat Stres Pada Keluarga Klien Hospitalisasi Di Ruang Kelas Tiga Rumah Sakit Al Islam (Rsai) Bandung*. 1–13.
- Zoller, M., Irlbeck, M., & Zwissler, B. (2020). Coronavirus disease 2019: More safety through compact facts and recommendantions for action. *Anaesthetist*, 69(4), 223–224. <https://doi.org/10.1007/s00101-020-00761-2>