

---

## **PENGARUH CBT TERHADAP POST TRAUMA STRES DISORDER PADA PENYINTAS COVID-19**

**Maria Magdalena Saragi R<sup>1</sup>, Tiur Romatua Sitohang<sup>2\*</sup>**

<sup>1</sup>Poltekkes Kemenkes Medan

Email : [saragimaria2@gmail.com](mailto:saragimaria2@gmail.com)

<sup>2</sup>Poltekkes Kemenkes Medan

\*Email Korespondensi : [tiursitohang61@gmail.com](mailto:tiursitohang61@gmail.com)

**Submitted :14-11-2022, Reviewed: 23-12-2022, Accepted:14-01-2023**

**DOI: <http://doi.org/10.22216/jen.v8i1.1749>**

### **ABSTRACT**

*A person who is declared cured of COVID-19 disease or is called a COVID-19 survivor is at risk of declining physical and mental health. A person experiencing or witnessing suffering related to COVID-19 can result in a high prevalence of post-traumatic disorder (PTSD), a mental disorder that causes serious distress and disability in survivors. PTSD symptoms can be reduced by psychotherapeutic interventions, namely CBT (Cognitive Behavior Therapy). CBT has the effect of reducing post-disaster PTSD, reducing stress, feelings of discomfort, anxiety, helplessness, behavioral problems and psychological stress. The purpose of this study was to determine the effect of CBT on PTSD Covid 19 survivors. Type of quasi-experimental research with a one group pretest and posttest design with a control group. The research sample was Covid 19 survivors who from the screening results experienced PTSD as many as 15 experimental groups and 15 control groups. The level of PTSD in survivors was measured by using a modification of the Impact of Event Scale-Revised (IES-R).Based on the paired t test statistical test, the mean value of PTSD Pre test CBT was 25.40. Post test CBT was 15.47, with a p value of 0.002. Based on statistical tests the independent t test obtained a p value of 0.035, which indicates that there is a significant difference significantly between the intervention group that had been given CBT therapy and the control group without treatment. The conclusion is that there is an effect of Cognitive Behavior Therapy on PTSD Survivors of Covid 19. The application of CBT is recommended to reduce Post Trauma Stress Disorder in survivors of Covid 19*

**Keywords:** Covid 19 Survivors; Post Traumatic Stress Disorder ; Cognitive Behavior Therapy

### **ABSTRAK**

Seseorang yang dinyatakan sembuh dari penyakit COVID-19 atau disebut Penyintas COVID- 19 beresiko terhadap menurunnya kesehatan fisik dan mental. Seseorang yang mengalami atau menyaksikan penderitaan yang terkait dengan COVID-19 dapat mengakibatkan tingginya prevalensi gangguan pasca trauma (PTSD), gangguan mental yang menyebabkan kesusahan dan kecacatan serius pada penyintas. Gejala PTSD dapat dikurangi dengan intervensi psikoterapi yaitu CBT (Cognitif Behavior Therapy). CBT memiliki pengaruh menurunkan PTSD pasca bencana, menurunkan stress, perasaan tidak nyaman, ansietas, keadaan tidak berdaya, masalah pada perilaku dan tekanan psikologis. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh CBT terhadap PTSD penyintas Covid 19. Jenis penelitian quasi eksperimen dengan design one group pretest and posttest design dengan kelompok control. Sampel penelitian adalah penyintas

Covid 19 yang dari hasil screening mengalami PTSD sebanyak 15 orang kelompok eksperimen dan 15 orang kelompok kontrol. Tingkat PTSD pada penyintas diukur dengan menggunakan modifikasi dari Impact of Event Scale-Revised (IES-R). Berdasarkan uji statistic paired t test diperoleh nilai Mean PTSD Pre test CBT sebesar 25,40. Post test CBT 15,47, dengan nilai p value sebesar 0.002. Berdasarkan uji statistic independent t test diperoleh nilai p value 0,035, yang menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi yang telah diberikan terapi CBT dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan. Kesimpulan terdapat pengaruh Cognitive Behavior Therapy terhadap PTSD Penyintas Covid 19. Penerapan CBT direkomendasikan untuk mengurangi Post Trauma Stres Disorder pada penyintas Covid 19

**Kata Kunci :** *Penyintas Covid 19 ; Post Trauma Stres Disorder ; Cognitive Behavior Terapi*

## PENDAHULUAN

Corona virus disease 2019 merupakan penyakit menular disebabkan oleh Covid 19. Virus corona merupakan pandemi global (WHO, 2020). COVID -19 mempunyai gejala pada umumnya demam, sulit bernapas, batuk tidak berdahak, nyeri kepala, dan pneumonia (Kemenkes, 2020). Pada kasus-kasus yang berat memiliki manifestasi klinis berupa sindrom gangguan pernapasan akut, syok septik, asidosis metabolic, disfungsi perdarahan dan koagulasi yang membutuhkan penanganan yang serius (Wang et al., 2020).

Jumlah kasus infeksi virus corona di dunia terus mengalami peningkatan. Sampai tanggal 22 Mei 2022, jumlah kasus terinfeksi virus corona sebanyak 166.478.098, meninggal sebanyak 3.457.746, sembuh sebanyak 147.227.901. Di Indonesia jumlah kasus covid 19 sebanyak 1,76jt, sembuh sebanyak 1,62 juta dan meninggal dunia sebanyak 48.887 jiwa (Covid,19.go.id, 2022).

Seseorang yang dinyatakan sembuh dari penyakit COVID-19 atau disebut penyintas COVID-19 beresiko terhadap menurunnya kesehatan fisik dan mental. Seseorang yang mengalami atau menyaksikan penderitaan yang terkait dengan COVID-19 dapat mengakibatkan tingginya prevalensi gangguan pasca

trauma (PTSD), gangguan mental yang menyebabkan kesusahan dan kecacatan serius pada penyintas Covid 19 (Xiao et al., 2020).

PTSD merupakan keadaan dimana individu mengalami peristiwa yang mengakibatkan trauma dan tidak dapat menghapus dari pikirannya kejadian traumatis tersebut (Nuffida, 2017). Penelitian Janiri, et.al (2021) diperoleh hasil sebanyak 30,2% penyintas COVID-19 mengalami *Post Traumatic Stress Disorder*. Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia, diperoleh hasil sebesar 80% mengalami gejala stres akibat trauma psikologis dikarenakan menyaksikan atau mengalami kejadian tidak menyenangkan yang berhubungan dengan COVID-19. Sebanyak 46% memiliki gejala berat, 33% sedang, 2% ringan, dan selebihnya tidak memiliki gejala. Dampak jangka panjang dari PTSD menyebabkan individu mengalami ketidakberdayaan atau ancaman kesehatan fisik yang serius pada diri sendiri maupun orang lain dan terhambatnya interaksi social, perasaan takut yang sering dan tidak berdaya (Nawangsih, 2016).

Penelitian Syifa (2022) diperoleh hasil sebanyak 31.6% lansia pasca positive Covid 19 terindikasi Gejala Post Traumatic Stress Disorder (PTSD). Penelitian Zakiah et al., (2021) diperoleh hasil subjek yang



mengalami gejala post-traumatic stress disorder (PTSD) yang berada pada kategori tinggi sebanyak 24,6 %, sedang 61,5%, dan rendah 13.8%.

Untuk mengurangi gejala PTSD, maka diperlukan intervensi CBT (Cognitif Behavior Therapy). CBT merupakan intervensi psikoterapi yang dapat mengurangi gejala PTSD. Pemberian tindakan CBT memiliki empat komponen yaitu psiko edukasi, exercise pernapasan, aktivitas perilaku dan memperbaiki kognitif. Intervensi CBT berpengaruh positif pada penderita PTSD untuk mengurangi stress, perasaan tidak nyaman, ansietas, perasaan tidak berdaya, gangguan perilaku dan tekanan psikologis (Wati & Wulan, 2018). Berbagai penelitian telah dilakukan terkait efektifitas CBT. Penelitian (Sarimin & Tololiu, 2017) diperoleh hasil penggunaan CBT efektif menurunkan PTSD, diperoleh terdapat skor PTSD menurun pada kelompok CBT dan CBT- plus. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh CBT terhadap PTSD penyintas Covid 19.

Banyak penelitian - penelitian yang membahas pengaruh Cognitive Behavior Therapy terhadap PTSD, namun penelitian pengaruh Cognitive Behavior Therapy terhadap PTSD penyintas Covid 19 belum ada dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh CBT terhadap PTSD penyintas Covid 19 dan membantu menurunkan PTSD pada penyintas Covid 19. Memperkenalkan Cognitif Behavior Therapy kepada perawat untuk dapat diterapkan untuk mengatasi PTSD penyintas Covid-19.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian “Quasi Experimental Pre-Post Test With Control Group” dengan tindakan Cognitive Behaviour Therapy (CBT) bertujuan

membandingkan antara kelompok penyintas Covid 19 yang mengalami PTSD yaitu kelompok dilakukan intervensi terapi CBT dan kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi CBT. Sampel penelitian ini adalah penyintas Covid 19 yang mengalami PTSD.

Kriteria inklusi berusia 17 sampai 65 tahun, bersedia menjadi responden, mampu berkomunikasi dengan baik. Teknik pengambilan sampel yang digunakan secara purposive sampling. Diperoleh sampel sebanyak 30 orang dengan masing masing 15 orang pada kelompok intervensi dan kontrol. Pengambilan sampel dengan Teknik purposive sampling. Instrumen yang dipakai merupakan modifikasi dari Impact of Event Scale-Revised (IES-R) oleh Daniel Weiss dan Charles Marmar (1997). Tahap awal, peneliti melakukan screening PTSD. Penyintas yang mengalami PTSD dilakukan pretest pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol untuk mengukur PTSD. Kemudian, pada kelompok intervensi peneliti memberikan terapi CBT sebanyak 5 (lima) sesi. Masing-masing sesi dilaksanakan dengan waktu 30 menit Sedangkan kepada kelompok kontrol tidak diberikan terapi. Setelah minggu 3 kemudian peneliti melakukan post-test pada kelompok intervensi dan kontrol. Analisa data untuk mengetahui perbedaan PTSD sebelum dan sesudah Intervensi CBT pada kelompok intervensi dan kontrol. Analisa data dengan uji paired t test untuk mengetahui pengaruh CBT terhadap PTSD penyintas Covid 19 menggunakan uji independent t test.

Penelitian ini sudah lolos uji etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kesehatan Kemenkes Medan



dengan Nomor 01.1208/KEPK/Poltekkes  
Kemenkes Medan 2022.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### PTSD Penyintas Covid 19 Sebelum Dilakukan CBT

**Tabel 1. PTSD Penyintas Covid 19 Sebelum Dilakukan CBT**

| Variabel     | Kelompok   | n         | Mean  | SD     | SE    | p value |
|--------------|------------|-----------|-------|--------|-------|---------|
| PTSD         | Intervensi | 15        | 23.80 | 17.118 | 4.420 | 0,621   |
|              | Kontrol    | 15        | 25.13 | 14.808 | 3.823 |         |
| <b>Total</b> |            | <b>30</b> |       |        |       |         |

Dari hasil penelitian diperoleh rata-rata PTSD penyintas Covid 19 sebelum dilakukan CBT pada kelompok intervensi sebesar 23,80 dan kontrol 25,13 dengan Standard Deviasi pada kelompok intervensi 17,118 dan kontrol 14,808. Berdasarkan uji statistic diperoleh p value  $0,621 > 0,05$ . Hal ini menunjukkan

tidak ada perbedaan yang bermakna PTSD antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol .

### PTSD Penyintas Covid 19 Setelah Dilakukan CBT

**Tabel 2. PTSD Penyintas Covid 19 Setelah Dilakukan CBT**

| Variabel     | Kelompok   | n         | Mean  | SD     | SE    | p value |
|--------------|------------|-----------|-------|--------|-------|---------|
| PTSD         | Intervensi | 15        | 15.47 | 9.935  | 2.565 | 0,002   |
|              | Kontrol    | 15        | 25.40 | 14.091 | 3.638 |         |
| <b>Total</b> |            | <b>30</b> |       |        |       |         |

Dari hasil penelitian diperoleh rata-rata PTSD penyintas Covid 19 setelah dilakukan CBT pada kelompok intervensi sebesar 15,47 dan kontrol 25,40 dengan Standard Deviasi pada kelompok intervensi 9,935 dan kontrol 14,091. Berdasarkan uji statistic diperoleh p value  $0,002 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan ada perbedaan yang bermakna PTSD antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol

### Pengaruh CBT terhadap PTSD Penyintas Covid 19

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat, nilai Mean pada kelompok intervensi sebesar 15,47 dan pada kelompok kontrol sebesar 25,40 dan Standard Deviasi pada kelompok intervensi sebesar 9,935 dan pada kelompok kontrol sebesar 14,091. Berdasarkan uji statistic diperoleh hasil nilai p value 0,035, yang menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi yang telah diberikan terapi CBT dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan.



**Tabel 3. Pengaruh CBT terhadap PTSD Penyintas Covid 19**

| Variabel     | Kelompok   | n         | Mean  | SD     | SE    | p value |
|--------------|------------|-----------|-------|--------|-------|---------|
| PTSD         | Intervensi | 15        | 15.47 | 9.935  | 2.565 | 0,034   |
|              | Kontrol    | 15        | 25.40 | 14.091 | 3.638 |         |
|              | Selisih    | 15        | 9,93  | 4,156  | 1,073 |         |
| <b>Total</b> |            | <b>30</b> |       |        |       |         |

## PEMBAHASAN

### PTSD Pada penyintas Covid 19 Sebelum Diberikan Cognitive Behavior Therapy

Pandemi covid 19 mengakibatkan gangguan baik fisik dan psikologis pada individu yang sehat, ter diagnose Covid 19 dan penyintas Covid 19 (Einvik et al., 2021). Penyintas COVID-19 beresiko memiliki gangguan masalah kesehatan mental, *anxiety*, depresi, PTSD dan sampai melakukan bunuh diri (Wulan & Keliat, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh rata-rata PTSD penyintas Covid 19 sebelum dilakukan CBT pada kelompok intervensi sebesar 23,80 dan kontrol 25,13 dan brdasarkan uji statistic diperoleh p value  $0,621 > 0,05$ . Hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan yang bermakna PTSD antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Hasil penelitian ini sesuai temuan sebelumnya tentang pandemic, penyintas pandemic SARS sebanyak 59 mengalami PTSD (Ma et al., 2020). Keadaan tersebut juga didapatkan pada penyintas COVID-19. Dari hasil karakteristik perawatan, penyintas Covid 19 yang pernah opname di RS, mengalami gejala PTSD yang lebih berat dibanding dengan penyintas Covid 19 yang melakukan isolasi mandiri(Einvik et al., 2021). Masa pandemi Covid-19 memberikan dampak psikologis pada masyarakat karena virus sangat cepat menular dari orang yang sakit ke orang yang sehat. Pandemic Covid 19 memiliki dampak negatif yang dirasakan secara global, dapat mengakibatkan

munculnya kebingungan dan ketakutan pada masyarakat (Sitohang et al., 2021).

Penelitian Dwidiyanti et al. (2018) diperoleh hasil sebanyak 15-20% dari populasi yang mengalami post bencana, mengalami gangguan mental ringan atau sedang yang mengarah pada keadaan PTSD dan sekitar 3-4% akan mengalami gejala berat seperti psikosis, ansietas dan depresi berat. Penelitian ini sesuai dengan Syifa (2022) diperoleh sebanyak 18 orang (31.6%) lansia terindikasi PTSD dengan gejala mimpi buruk, memiliki perasaan tertekan ketika mengingat kejadian traumatis tersebut, sulit untuk fokus, insomnia, lebih gampang tersinggung dan kegelisahan.

Seseorang yang dinyatakan sembuh dari penyakit COVID-19 atau disebut penyintas COVID-19 lebih mudah mengalami kondisi menurunnya kesehatan fisik dan mental. Seseorang yang mengalami atau menyaksikan penderitaan yang terkait dengan COVID-19 dapat mengakibatkan tingginya prevalensi gangguan pasca trauma (PTSD), gangguan mental yang menyebabkan kesusahan dan kecacatan serius pada penyintas (Xiao et al., 2020). PTSD merupakan gejala yang terjadi pada individu yang mengalami peristiwa traumatis dimana individu tidak mampu menghapus ingatan dari pikirannya terhadap kejadian traumatis tersebut (Nuffida, 2017). Penelitian Janiri, MD and Sani (2021) didapatkan sebesar 30,2% penyintas COVID-19 mengalami *Post Traumatic Stress Disorder*. Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran



Jiwa Indonesia, menyatakan sejumlah 80% dari 182 hasil swaperiksa mengalami gejala post trauma psikologis dikarenakan menyaksikan dan turut merasakan kejadian yang tidak menyenangkan berhubungan dengan COVID-19 dengan gejala berat 46%, 33% sedang, 2% ringan, dan selebihnya tidak memiliki gejala.

Berdasarkan asumsi peneliti responden penyintas Covid 19, mengalami gejala PTSD. Hal ini dikarenakan Covid 19 merupakan penyakit jenis baru yang dampaknya dirasakan secara global karena penularannya virus yang sangat cepat dari orang yang sakit ke orang yang sehat yang berdampak negatif pada fisik dan mental. Responden mengalami gejala seperti kadang masih mengingat pada awal mula pandemic, kadang masih memikirkan atau teringat pandemic Covid 19, kadang masih merasa waspada dan berjaga-jaga terhadap pandemic Covid 19. Kadang Ketika responden mengingat kejadian traumatis tersebut responden merasa mudah tersinggung dan marah.

### **PTSD Pada penyintas Covid 19 setelah Diberikan Cognitive Behavior Therapy**

Nilai rata-rata PTSD penyintas Covid 19 setelah dilakukan CBT adalah 15,47 pada kelompok intervensi dan 25,40 pada kelompok control. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat penurunan PTSD setelah diberikan terapi CBT.

Pandemic Covid 19 memiliki dampak fisik dan psikologis pada orang sehat, terkonfirmasi dan penyintas Covid 19 (Einvik et al., 2021). Penyintas Covid 19 merupakan seseorang yang berhasil bertahan hidup melawan Covid-19 (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2020). Penyintas Covid-19 beresiko terhadap menurunnya kesehatan fisik dan mental. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di China

(9-17)

menyebutkan bahwa penyintas Covid 19 berpotensi mengalami dampak psikologis jangka panjang berupa respon psikologis seperti merasa sedih, stress, ketidak pastian, ansietas yang merupakan dampak psikologis jangka Panjang (Mazzaa et al., 2020). Hasil penelitian (Mazzaa et al., 2020) diperoleh hasil penyintas Covid 19 sebesar 28% mengalami PTSD, 31% mengalami depresi, 42% mengalami kecemasan, 20% mengalami gejala OC, dan 40% mengalami insomnia. Hasil penelitian Munir (2020) diperoleh hasil Tingkat Post Trauma Stress Disorder Responden Sebelum dilakukan Cognitive Behavioral Play Therapy mayoritas berada pada kategori sedang sebanyak 53,6% dan sesudah dilakukan Cognitive Behavioral Play Therapy mayoritas berada pada kategori ringan sebanyak 64,3%.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat terdapat penurunan PTSD pada penyintas Covid 19 pada kelompok intervensi setelah diberikan terapi Cognitive Behavior Terapi. Hal ini menunjukkan bahwa terapi CBT dapat menurunkan PTSD pada penyintas Covid 19. Gejala PTSD dapat dikurangi dengan intervensi psikoterapi yaitu CBT (Cognitive Behavior Therapy). CBT berpengaruh signifikan terhadap penderita PTSD post terjadinya bencana untuk mengurangi stress, perasaan tidak nyaman, ansietas, perasaan tidak berdaya, masalah perilaku dan tekanan psikologis (Wati & Wulan, 2018).

Berdasarkan asumsi peneliti responden penyintas Covid 19, mengalami gejala PTSD setelah diberikan CBT mengalami penurunan gejala PTSD. Hal ini dapat terjadi karena CBT merupakan intervensi psikoterapi yang dapat menurunkan gejala PTSD pada penyintas Covid 19. Pada sesi CBT responden



mengungkapkan pikiran negative dan tindakan yang dilakukan dan mengganti pikiran tersebut menjadi pikiran positif sehingga terbentuk tindakan yang positif.

### **Pengaruh CBT terhadap PTSD Penyintas Covid 19**

Hasil penelitian ini dapat dilihat terdapat perbedaan rata – rata antara kelompok intervensi yang telah diberikan terapi CBT dengan kelompok control yang tidak diberikan Cognitive Behaviour Therapy dan dari hasil statistic diperoleh hasil nilai p value  $0,035 < 0,05$  yang menunjukkan terdapat pengaruh CBT terhadap PTSD Penyintas Covid 19.

Penelitian ini sesuai dengan (Munir, 2020), terdapat pengaruh Cognitive Behavior Play Therapy terhadap PTSD pada anak dengan nilai  $\rho = 0,004$  ( $\alpha < 0,05$ ). Gejala PTSD dapat dikurangi dengan intervensi psikoterapi yaitu CBT (Cognitif Behavior Therapy). CBT dapat mengurangi stress, rasa tidak nyaman, ansietas, masalah perilaku, tekanan psikologis dan memberikan dampak positif pada penderita PTSD pasca terjadinya bencana (Wati & Wulan, 2018). CBT adalah bentuk terapi psikososial yang dapat mengubah pikiran negatif menjadi positif, dimana munculnya perilaku maladaptif yang disebabkan pola pikir yang negatif akan berganti menjadi perilaku yang positif. Dengan demikian, individu akan memiliki kecakapan untuk bertindak secara adaptif untuk melawan keadaan atau situasi yang susah dalam siklus kehidupannya (Lopes et al., 2014).

Pada pelaksanaan Cognitive behaviour therapy, dilaksanakan dalam 5 sesi. Sesi 1 merupakan tahap pengkajian. Klien akan mengungkapkan pikiran otomatis negative tentang diri sendiri, perasaan dan perilaku negative yang dialami yang berkaitan dengan stressor pengalaman

(9-17)

Covid 19 dan mengidentifikasi hal positif yang dimiliki, serta latihan mengatasi satu pikiran negatif pada diri sendiri. Sesi 2 membicarakan tentang terapi kognitif untuk menyelesaikan hal hal yang berhubungan dengan pikiran negatif yang dimiliki individu. Sesi 3 merupakan terapi perilaku yang memiliki tujuan untuk merubah perilaku negative menjadi perilaku positif. Sesi 4 terapis melakukan penilaian terapi kognitif dan terapi perilaku, sedangkan pada sesi 5 melakukan pencegahan kekambuhan dan mempertahankan serta membiasakan pikiran yang positif dan perilaku positif dalam mengatasi pandemic Covid 19. Pertemuan antara terapis dengan klien tergantung dari hal apa yang akan dilakukan kepada klien, isi topik dan tujuan dari terapi, juga kemampuan klien untuk melaksanakan apa yang telah diajarkan pada pertemuan / sesi (Sari, 2021). Hasil penelitian ini juga sesuai dengan (Sarimin & Tololiu, 2017) diperoleh hasil penelitian menunjukkan adanya skor PTSD menurun pada anak pada kelompok CBT dan CBT- plus.

### **SIMPULAN**

Terapi CBT dapat menurunkan PTSD pada penyintas Covid 19. Gejala PTSD dapat dikurangi dengan intervensi psikoterapi yaitu CBT (Cognitif Behavior Therapy). CBT memberikan pengaruh positif pada penderita PTSD pasca bencana sehingga efektif untuk menurunkan tingkat stress, ketidaknyamanan, kecemasan, ketidakberdayaan, masalah perilaku dan tekanan psikologis.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Terimakasih kepada direktur Poltekkes Kemenkes Medan memberikan dana dalam penelitian ini serta semua pihak yang turut berpartisipasi dalam penelitian ini

sehingga dapat melaksanakan dan menyelesaikan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Delfina Janiri, MD, Angelo Carfi, MD, [...], and Gabriele Sani, M. (2021). Posttraumatic Stress Disorder in Patients After Severe COVID-19 Infection. *Jama Psychiatry*, 5(17), 567–569. <https://doi.org/10.15585/mmwr.mm6817a3>
- Dwidiyanti, M., Hadi, I., Wiguna, R. I., & Ningsih, H. E. W. (2018). Gambaran Risiko Gangguan Jiwa pada Korban Bencana Alam Gempa di Lombok Nusa Tenggara Barat. *Holistic Nursing and Health Science*, 1(2), 82. <https://doi.org/10.14710/hnhs.1.2.2018.82-91>
- Einvik, G., Dammen, T., Ghanima, W., Heir, T., & Stavem, K. (2021). Prevalence and risk factors for post-traumatic stress in hospitalized and non-hospitalized COVID-19 patients. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph18042079>
- Kemkes. (2020). *KMK No. HK.01.07-MENKES-413-2020 ttg Pedoman Pencegahan dan Pengendalian COVID-19.pdf*.
- Lopes, A. P., Macedo, T. F., Coutinho, E. S. F., Figueira, I., & Ventura, P. R. (2014). Systematic review of the efficacy of cognitive-behavior therapy related treatments for victims of natural disasters: A worldwide problem. *PLoS ONE*, 9(10). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0109013>
- Ma, K., Wang, X., Feng, S., Xia, X., Zhang, H., Rahaman, A., Dong, Z., Lu, Y., Li, X., Zhou, X., Zhao, H., Wang, Y., Wang, S., & Baloch, Z. (2020). From the perspective of Traditional Chinese Medicine: Treatment of mental disorders in COVID-19 survivors. *Biomedicine and Pharmacotherapy*, 132(September). <https://doi.org/10.1016/j.biopha.2020.110810>
- Mazzaa, M. G., Lorenzob, R. De, Conteb, C., Polettia, S., Vaia, B., Bollettinia, I., Mellonia, E. M. T., Furlanb, R., Cicerib, F., Rovere-Querini, P., Group, and the C.-19 B. O. C. S., & Benedettia, F. (2020). Anxiety and depression in COVID-19 survivors: Role of inflammatory and clinical predictors. *Journal Homepage: Www.Elsevier.Com/Locate/Ybrb*, 89, 594–600.
- Munir, M. (2020). Pengaruh Cognitive Behavioral Play Therapy Terhadap Post Trauma Stress Disorder Pada Anak Korban Banjir Di Kabupaten Tuban. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 7(1), 6. <https://doi.org/10.29406/jkkm.v7i1.1973>
- Nawangsih, E. (2016). Play Therapy Untuk anak-anak Korban Bencana Alam Yang Mengalami Trauma (Post Traumatic Stress Disorder/PTSD). *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 164–178. <https://doi.org/10.15575/psy.v1i2.475>
- Nuffida, P. dan. (2017). Penanganan Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) pada Korban Bencana Lumpur Sidoarjo dengan Pendekatan Arsitektur Perilaku. *Jurnal Sains Dan Seni Pomits*, 6(2). , No. 2 (2017) 2337-3520 (2301-928X Print)%0A%0A
- Sari, S. N. J. S. R. D. H. E. N. (2021). *DOI: http://dx.doi.org/10.33846/sf12222 Efektifitas*. 12(April), 205–209.
- Sarimin, D. S., & Tololiu, T. A. (2017). Effectiveness of cognitive behavior therapy in comparison to CBT- plus play





- therapy among children with post-traumatic stress disorder in Manado, Indonesia. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 5(4), 1589. <https://doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20171270>
- Sitohang, T. R., Rosyad, Y. S., & Rias, Y. A. (2021). Analisa Faktor Kecemasan Pada Masyarakat Indonesia Bagian Barat Selama Pandemic Covid 19 Tahun 2020. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 6(2), 279–289.
- Syifa, A. (2022). *Gambaran Post Traumatic Stress Disorder ( Ptsd ) Pada Lansia Pasca Positif Covid-19*. 2(September), 34–40.
- Wang, C., Riyu, P., Xiaoyang, W., Yilin, T., Linkang, X., Cyrus, S. H., & C.H., R. (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*, 17(5), 1–25. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7084952/>
- Wati, D. F., & Wulan, W. R. (2018). Gambaran Efektivitas Penerapan Cognitive Behavior Therapy Pada Korban Bencana Dengan Ptsd (Post-Traumatic Stress Disorder). *Real in Nursing Journal*, 1(3), 95. <https://doi.org/10.32883/rnj.v1i3.473>
- WHO. (2020). Mental Health and Psychosocial Considerations During COVID-19 Outbreak. *World Health Organization*, January, 1–6. [file:///C:/Users/muled/Downloads/COVID referances/Mental health and psychosocial considerations during the.pdf](file:///C:/Users/muled/Downloads/COVID%20referances/Mental%20health%20and%20psychosocial%20considerations%20during%20the.pdf)
- Wulan, N., & Keliat, B. A. (2021). Kesehatan Mental Pada Penyintas Covid-19: a Literature Review. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 12(2), 215–225. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v12i2.327>
- Xiao, S., Luo, D., & Xiao, Y. (2020). Survivors of COVID-19 are at high risk of posttraumatic stress disorder. *Global Health Research and Policy*, 5(1), 4–6. <https://doi.org/10.1186/s41256-020-00155-2>
- Zakiah, E., Rosalinda, I., & Mauna. (2021). Gambaran Post-Traumatic Stress Disorder ( Ptsd ) Pada Penyintas Banjir. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 10(1), 42–50. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jpp/article/view/18236>

