

## SEMINAR PENGABDIAN PADA MASYARAKAT MENINGKATKAN KETAHANAN PSIKOLOGIS DI MASA PANDEMI COVID-19

Muhamad Uyun

Dosen Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia  
[muhamaduyun\\_uin@radenfatah.ac.id](mailto:muhamaduyun_uin@radenfatah.ac.id)

---

### ABSTRAK

**Abstrak:** Virus Corona adalah wabah penyakit sistem pernafasan yang berpotensi merenggut nyawa seseorang, keberadaan virus corona berdampak dalam segala aspek kehidupan termasuk aspek psikologis maupun aspek ekonomi. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan ketahanan psikologis di masa Covid-19. Metode yang digunakan berupa seminar daring strategi meningkatkan ketahanan psikologis dimasa pandemi covid 19. Berdasarkan hasil evaluasi dari gform menunjukkan bahwa dari 183 peserta merasa sangat terbantu dengan adanya seminar, sedangkan untuk tingkat keberhasilan seminar 85%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa program pengabdian pada masyarakat yang telah dilaksanakan memberikan sumbangan yang efektif dan dikatakan berhasil dalam mencapai tujuan.

**Kata Kunci:** covid-19; Meningkatkan; Ketahanan psikologis.

***Abstract:** Corona virus is a respiratory system disease outbreak that has the potential to claim a person's life, the existence of the corona virus has an impact in all aspects of life including psychological and economic aspects. The purpose of this community service is to increase psychological resilience during the Covid-19 period. The method used is an online seminar on strategies to increase psychological resilience during the covid 19 pandemic. Based on the evaluation results from gform, it shows that 183 participants felt very helped by the seminar, while the success rate of the seminar was 85%. So it can be concluded that the community service program that has been carried out makes an effective contribution and is said to be successful in achieving its goals.*

***Keywords:** Covid-19; Increase; Psychological resilience.*



---

#### Article History:

Received: 21-02-2023  
Revised : 01-04-2023  
Accepted: 02-04-2023  
Online : 08-04-2023



*This is an open access article under the  
CC-BY-SA license*

## A. LATAR BELAKANG

Virus corona adalah virus yang menyebabkan penyakit dengan gejala ringan hingga berat (Listina, 2020). Penyakit ini mengganggu sistem pernafasan, pneumonia akut, hingga kematian (Budiarti dkk., 2021). Covid-19 telah mempengaruhi segala aspek kehidupan masyarakat di Indonesia (Maliwemu dkk., 2021). Keberadaan virus corona tidak hanya menyerang kesehatan fisik, melainkan secara psikologis juga (Ramadia dk., 2023). Hal ini karena ketidakpastian kapan pandemi berakhir, dan meningkatnya angka sebaran virus corona, sehingga menyebabkan masyarakat panik, gelisah, cemas, stres, merasa tertekan, dan bersikap maladaptif dalam menghadapi situasi pandemi saat ini, adapun akibat dari penularan virus corona yang sangat cepat, di beberapa negara harus menerapkan aturan untuk mengunci akses masuk maupun keluar dari daerah maupun negara (Nursiswati dkk., 2022).

Wabah virus corona dikonfirmasi sebagai *Public Health Emergency of International Concern oleh World Health Organization* pada 30 Januari 2020 (WHO, 2020). Dalam waktu yang singkat Kasus Covid-19 sudah menyebar diberbagai negara tidak terkecuali di Indonesia (Siska & Noviyah, 2021). Pandemi Covid-19 di Indonesia diberlakukan pada bulan Maret 2020, dimulai dengan adanya konfirmasi korban positif virus corona di kota Depok, dan menyebar diseluruh wilayah Indonesia (Nugroho, 2021). Salah satu strategi pemerintah Indonesia dalam menekan angka penyebaran virus corona adalah dengan memberlakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) pada kegiatan masyarakat Bachtiar dkk. (2022), dengan pembatasan kegiatan keagamaan, menerapkan sistem kerja dari rumah, pembatasan moda transportasi, dan adanya kegiatan belajar dari rumah (Asyraini dkk., 2022).

Selain dari kebijakan yang dilakukan pemerintah dalam mengatasi permasalahan virus corona. Ada beberapa lembaga yang terpaksa harus menunda memberikan gaji, melakukan pengurangan gaji, hingga pengurangan jumlah karyawan (Dewi dkk., 2021). Selain itu ada beberapa persoalan lain yang muncul yaitu adanya himbuan untuk bekerja dari rumah dan belajar dari rumah (Ota dkk., 2021). Oleh karena itu, rumah yang awalnya sebagai tempat untuk beristirahat harus diubah menjadi tempat bekerja dan belajar. Masa pandemi memaksa semua orang untuk beradaptasi dengan kebiasaan baru (Nazlah & Sulisty, 2021). Belum lagi masalah ekonomi yang menjadi sumber kepanikan khususnya bagi ibu-ibu sebagai pemegang otoritas keuangan (Rohaniah & Rahmaini, 2021).

Menelaah dampak Covid-19 terhadap psikologis berdasarkan hasil survei Putri & Septiawan (2020), melibatkan responden sebanyak 8.031 dari 34 provinsi yang terdapat di Indonesia, menunjukkan 50% responden mengalami cemas, dengan kategori cemas, dan sangat cemas. Selain itu selama pandemi kasus perceraian juga meningkat, adapun salah satu penyebabnya dikarenakan adanya PHK sehingga berpengaruh terhadap

ekonomi yang kemudian memicu stress dan emosi (Ramadhani & Nurwati, 2021).

Ketahanan keluarga sangat penting dimiliki untuk menghadapi situasi pandemi, hal ini karena bencana Covid-19 telah menimbulkan banyak kerugian sehingga mengakibatkan psikologis masyarakat terganggu meskipun tidak menjadi korban positif Virus Corona Maryanti dkk. (2021), maka dari itu, perlu dilakukan suatu metode untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental baik di masa pandemi, maupun masa yang akan datang (Rozali dkk., 2021). Ketahanan keluarga adalah kemampuan dalam menghadapi serta melindungi diri dari berbagai macam masalah, atau ancaman yang datang dari dalam keluarga, maupun dari luar keluarga seperti komunitas, masyarakat, lingkungan, maupun negara (Prayitno dkk., 2021). Sedangkan menurut Yanti & Aridhona (2022) ketahanan keluarga ialah kemampuan mengelola sumber daya, dan kemampuan mencapai kesejahteraan untuk bertahan maupun beradaptasi dari berbagai kondisi yang selalu berubah, serta mempunyai sikap positif terhadap segala tantangan hidup.

Menurut Dewi & Tohari (2021) ketahanan keluarga ialah kemampuan dalam mengatur sumber daya dan kemampuan dalam mengatasi masalah yang dihadapi untuk memenuhi kebutuhan fisik serta psikososial. Berdasarkan definisi di atas mengenai maksud ketahanan keluarga maka dipahami bahwa ketahanan keluarga adalah tentang seberapa mampu keluarga dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi, serta seberapa kuat keluarga dalam mengatasi tekanan atau sumber stres serta ancaman yang diterima dari luar maupun dalam.

Ketahanan keluarga dikatakan baik bila sudah memenuhi aspek ketahanan keluarga yang meliputi beberapa hal, *pertama*, ketahanan fisik terkait kebutuhan sandang, pangan, papan, pendidikan, dan layanan kesehatan, *kedua*, ketahanan sosial yang meliputi mampu memahami agama, memiliki komunikasi yang sehat bersama pasangan, memberi suport satu sama lain, memiliki komitmen berkeluarga, adanya pembagian kerja, memiliki waktu bersama keluarga, berinteraksi dengan lingkungan, *ketiga*, ketahanan psikologis terkait kemampuan dalam menahan emosi, mampu mengatasi konflik, adanya rasa peduli antara suami dan istri (Mufarihah dkk., 2022). Ekonomi menjadi salah satu faktor utama yang berpengaruh terhadap ketahanan keluarga Rohaniah & Rahmaini (2021), sedangkan menurut Utari dkk. (2022) faktor yang mempengaruhi ketahanan meliputi perkembangan keluarga, dukungan internal dan eksternal, keanekaragaman budaya, dan ketimpangan ekonomi, serta berapa lama berada dalam situasi yang sulit. Semakin lama keluarga menghadapi situasi yang sulit maka semakin susah bagi keluarga untuk menjaga ketahanan keluarga.

Sehubungan dengan latar belakang yang telah diuraikan maka perlu adanya solusi konkrit untuk mengatasi permasalahan Covid-19. Salah satu

cara dengan melaksanakan seminar daring pengabdian pada masyarakat dengan tema: Meningkatkan Ketahanan Psikologis di Masa Pandemi Covid-19.

## **B. METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan dilakukan dengan metode seminar daring yang diikuti peserta mahasiswa sebanyak 183, dengan sebaran peserta daring berasal dari kota Palembang, Bandung, Solo, Malang, Lampung, Jambi, Yogyakarta dan Pontianak. Tahap pelaksanaan dibagi menjadi 3 (tiga), yaitu:

### **1. Tahap Persiapan**

Tahap ini meliputi beberapa hal antara lain, perencanaan, pengumpulan data atau informasi, pengolahan data, dan hasil. Perencanaan dilakukan dengan mulai berpikir terkait apa yang harus diberikan mengenai berbagai permasalahan yang ditemukan selama terjadinya Covid-19. Dalam hal ini penulis ingin membahas tentang ketahanan psikologis yang harus ditingkatkan selama pandemi. Kemudian mengumpulkan data dengan melakukan mencari materi terkait permasalahan yang ditimbulkan oleh Covid-19. Selanjutnya pengolahan informasi, dalam hal ini penulis mulai menyesuaikan antara informasi yang didapat dengan apa yang akan diberikan. Kemudian tahap hasil, penulis mengolah hasil jawaban dari gform pada peserta seminar mengenai kesulitan yang dihadapi serta cara meningkatkan kemampuan dalam menghadapi masalah tersebut.

### **2. Tahap Pelaksanaan**

Pelaksanaan dilakukan pada tanggal 26 Juli 2020, dengan materi meningkatkan ketahanan psikologis dimasa pandemi Covid-19 Pengabdian dilakukan dengan pendekatan seminar daring ceramah interaktif. Ceramah digunakan untuk memaparkan materi kegiatan, lalu dilanjutkan dengan simulasi serta diskusi (Firman dkk., 2023). Dengan demikian kemampuan dalam menghadapi persoalan yang muncul selama Covid-19 akan meningkat.

### **3. Monitoring dan Evaluasi**

Pada akhir kegiatan ialah monitoring dan evaluasi, tahap ini dilakukan dengan dua cara, pertama meminta *feedback* peserta dalam bentuk menjawab gform, dan kedua memberikan kesempatan bertanya. Adapun hasil dari monitoring dan evaluasi menunjukkan bahwa benar banyak ditemukan peserta mengalami berbagai macam kesulitan selama pandemi berlangsung.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Datangannya virus corona secara tiba-tiba memberikan berdampak besar di bidang kesehatan maupun bidang perekonomian Ramadhani & Nurwati (2021), khususnya ketika pemerintah memberi intruksi untuk bekerja dari rumah (Sawitri, 2020). *Work From Home* berlaku sejak Senin, 16 Maret 2020 setelah dikeluarkannya surat edaran dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud RI, 2020). Bekerja dari rumah menjadi hal yang tidak terbayangkan Kusuma (2021) dan juga suatu yang baru bagi masyarakat Indonesia. Hal ini menyebabkan munculnya beragam permasalahan, salah satunya banyak orang mengalami stres karena terus-menerus melakukan kegiatan dari rumah Kartini (2021) Berdasarkan penjelasan tersebut memberikan seminar daring mengenai ketahanan psikologis dianggap penting untuk dilaksanakan agar membantu masyarakat mengatasi permasalahan psikologis yang sedang dihadapi selama masa pandemi.

#### 1. Tahap Persiapan

Berikut hasil *Gform* kondisi peserta selama pandemi COVID-19, seperti terlihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Hasil *Gform* kondisi peserta selama pandemi COVID-19

No.	Pernyataan	Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Saya bekerja atau belajar dari rumah	100%	0%
2.	Kesulitan beradaptasi dengan situasi yang mengharuskan bekerja atau belajar dari rumah	85%	15%
3.	Merasa jenuh karena terus-menerus berada di dalam rumah	83%	17%
4.	Situasi rumah yang tidak kondusif membuat saya kesulitan untuk menyelesaikan pekerjaan	86%	14%
5.	Merasa tidak memiliki tujuan hidup dan bingung harus melakukan apa selama berada di rumah	87%	13%
6.	Hubungan dengan keluarga di rumah menjadi kurang baik semenjak adanya COVID-19	81%	19%
7.	Membutuhkan solusi mengenai cara mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi selama pandemi	100%	0%

Pada Tabel 1, sebanyak 85% menyatakan bahwa kesulitan beradaptasi dengan situasi yang mengharuskan bekerja atau belajar dari rumah. 83% menyatakan merasa jenuh karena terus-menerus berada di dalam rumah. 86% menyatakan situasi rumah yang tidak kondusif membuat saya kesulitan untuk menyelesaikan pekerjaan dan diperkuat dengan pernyataan nomor 6, 81% menyatakan bahwa hubungan dengan keluarga di rumah menjadi kurang baik semenjak adanya COVID-19. Sebanyak 87% menyatakan merasa tidak memiliki tujuan hidup dan bingung harus melakukan apa selama berada di rumah. 100% menyatakan sangat membutuhkan solusi

mengenai cara mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi selama pandemic.

## 2. Tahap Pelaksanaan

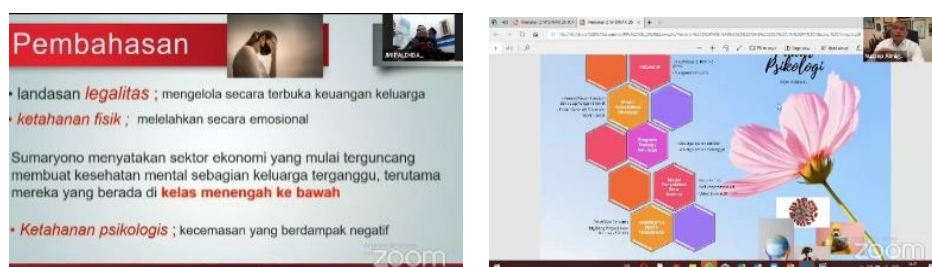
Tahap pelaksanaan dari seminar daring dilaksanakan pada hari Jum'at 26 Juni 2020 pukul, 13.00-16.00 WIB. Semua partisipan ikut bergabung ke dalam *zoom meeting* melalui link yang telah diberikan. Kegiatan ini diikuti peserta 183. Tahapan ini dibagi menjadi beberapa yakni: (1) sesi pembukaan dan kata sambutan; (2) acara inti; (3) sesi tanya jawab; (4) sesi dokumentasi; dan (5) penutupan.

Pada tahap pembukaan dalam kegiatan ini memberikan kata sambutan sekaligus menyapa semua peserta, dan ucapan terima kasih atas partisipasi dalam acara seminar daring. Hal ini dilakukan untuk menjalin keakraban dengan peserta sekaligus memberikan motivasi agar kegiatan dapat dilaksanakan dengan sebaik-baiknya, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Pembukaan dan kata sambutan

Setelah pembukaan dan kata sambutan, masuk ke tahap acara inti yakni seminar daring. Saat sesi seminar berlangsung, diperbolehkan bagi peserta untuk mengajukan pertanyaan melalui kolom komentar, seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Contoh materi PkM

Setelah penyampaian materi, masuk ke sesi tanya-jawab, pertanyaan yang telah ditampung selama seminar dijawab satu persatu oleh narasumber. Setelah sesi tanya jawab, selanjutnya masuk sesi dokumentasi yang bertujuan untuk dijadikan sebagai bukti sah dan aktual, bahwa seminar PkM yang direncanakan telah dilaksanakan, pada sesi ini semua peserta termasuk narasumber diminta untuk membuka kamera, seperti terlihat pada Gambar 3.



**Gambar 3.** Dokumentasi peserta seminar ketahanan psikologis

### 3. Tahap Monitoring dan Evaluasi

Tahap akhir ialah hasil asesmen dari seminar daring menunjukkan bahwa benar adanya banyak peserta yang mengalami berbagai permasalahan dan kesulitan selama pandemik COVID-19. Setelah acara berakhir peserta diberikan gform. gform digunakan untuk mengukur tingkat keberhasilan acara seminar daring yang telah dilaksanakan. Berdasarkan hasil data gform yang di sebar menunjukkan bahwa peserta merasa sangat terbantu dengan adanya seminar daring mengenai ketahanan psikologis. Selanjutnya 85% peserta menyatakan bahwa pemahaman mereka secara umum tentang ketahanan psikologis pada masa pandemi meningkat, sebagaimana hasil angket gform menunjukkan bahwa pelaksanaan seminar daring ketahanan psikologis memberikan dampak yang signifikan terhadap peserta selama acara berlangsung. Dalam hal ini seluruh peserta memahami cara meningkatkan ketahanan psikologis.

Berdasarkan hasil respon peserta terhadap pelaksanaan seminar daring menggambarkan bahwa pelaksanaan seminar untuk meningkatkan ketahanan psikologis menjadi solusi yang tepat terhadap segala permasalahan yang tengah dihadapi peserta selama proses belajar dari rumah. Adapun dampak dilaksanakannya seminar ketahanan psikologis ini adalah (1) peserta memahami cara meningkatkan ketahanan psikologis selama Covid-19; (2) peserta mengetahui cara mengontrol kecemasan; (3) peserta memahami bagaimana cara memberikan peran kepada lingkungan; (4) peserta memahami cara agar tetap nyaman belajar dari rumah; (5) peserta menyadari pentingnya membuat target harian; dan (6) peserta menyadari pentingnya beradaptasi dengan mengikuti semua protokol kesehatan.

Berdasarkan hasil pelaksanaan seminar daring ketahanan psikologis, menggunakan metode seminar secara daring di masa pandemi COVID-19 adalah salah satu bentuk pengabdian yang dapat membantu masyarakat menghadapi segala permasalahan khususnya untuk mengatasi kejenuhan, dan stres selama belajar dari rumah. Kegiatan pengabdian dilakukan sebagai bentuk implementasi ilmu pada masyarakat dan sebagai aktualisasi agar bermanfaat bagi lingkungan dalam melaksanakan pengabdian kepada masyarakat.

#### D. SIMPULAN DAN SARAN

Program pengabdian pada masyarakat melalui seminar daring dengan tema meningkatkan ketahanan psikologis yang dilaksanakan saat pandemi COVID-19 ini merupakan solusi yang memberikan sumbangan efektif dan dikatakan berhasil dengan 85% membantu peserta menemukan solusi mengatasi permasalahan yang dihadapi selama COVID-19 berlangsung. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa peserta memahami materi dengan baik. Materi yang disampaikan sesuai dengan kebutuhan peserta. Persentase peserta dalam memahami materi sangat tinggi sehingga tujuan program dianggap telah tercapai. Dari kegiatan PkM diharapkan dimasa yang akan datang meskipun Covid-19 sudah redah masyarakat tetap mematuhi protokol kesehatan seperti mencuci tangan, menggunakan masker, dan menjaga kebersihan diri. Adapun saran untuk kegiatan selanjutnya pada saat new normal tetap memberikan seminar tentang ketahanan psikologis tetapi dengan cara luring

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam pengabdian pada masyarakat yaitu dekan fakultas psikologi, Terima kasih juga kepada mahasiswa atas kerjasama yang sangat baik, dan kepada pihak-pihak yang telah membantu pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Asyraini, S., Fristy, P., Octiva, C. S., Nasution, M. H. A., & Nursidin, M. (2022). Peningkatan Kesadaran Protokol Kesehatan Di Masa Pandemi Bagi Warga Di Desa Selamat Kecamatan Biru-Biru. *Japsi Kontribusi*, 2(1), 13–16. <https://doi.org/https://doi.org/10.47709/dst.v1i1.xxx> Submitted
- Bachtiar, F., Irianto, I., Condrowati, C., Agustiyawan, A., Purnamadyawati, P., Ismiyasa, S. W., Wibisono, H., & Sirada, A. (2022). Mencegah dan Mengatasi Nyeri Punggung Bawah (NPB) Selama Belajar dan Bekerja dari Rumah. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 1(1), 81–88. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jkpm.v1i1.5326>
- Budiarti, A., Arini, D., Hastuti, P., Ernawati, D., Saidah, Q., Fatimati, I., Faridah, & Dewinta. (2021). Edukasi Kesehatan Pencegahan Covid-19 Dalam Perubahan Pengetahuan Masyarakat Kalipecabean Sidoarjo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 213–218.
- Dewi, H. M., & Tohari, M. A. (2021). Peran Ketahanan Keluarga Di Masa Pandemi Covid-19. *Khidmat Sosial*, 2(2), 113–121.
- Dewi, M. W., Kusuma, I. L., Kristiyanti, L., & Widyaningsih, A. I. (2021). Sosialisasi Pengelolaan Keuangan Rumah Tangga Di Masa Pandemi COVID 19. *Jurnal BUDIMAS*, 03(01), 1–23.
- Firman, A., Latief, F., Hidayat, A. M. R. F., & Baharuddin, I. (2023). Membangun literasi kewirausahaan bagi generasi muda. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(1), 1–2. <https://doi.org/https://doi.org/10.31764/jmm.v7i1.12386>
- Indra Lila Kusuma, Tira Nur Fitria, M. W. D. (2021). Pelatihan Kewirausahaan Sebagai Peluang Bisnis Untuk Generasi Milenial Di Soloraya Selama Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal BUDIMAS*, 03(02), 315–321.



- Kartini, A. (2021). Mengatasi Stress Saat Pandemi Dengan Membuat Buku Mewarnai (Di IEEEEL Institute, Tangerang). *Jurnal Pengabdian Dan Kewirausahaan*, 5(1). <https://doi.org/10.30813/jpk.v5i1.2726>
- Kemendikbud RI. (2020). *Dari Rapat Hingga Pelantikan Daring, Efek Kerja dari Rumah*.
- Listina, O. (2020). Edukasi Corona Virus Disease 19 (Covid-19) Melalui Penyebaran Poster Kepada Masyarakat Kecamatan Slawi Kabupaten Tegal. *JABI: Jurnal Abdimas Bhakti Indonesia*, 1(2), 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.36308/jabi.v1i2.210>
- Maliwemu, erich U. K., Adoe, D. G. H., Riwu, D. B. N., Tarigan, B. V., Gusnawati, Pah, J. C. A., M, M., & Dwinanto. (2021). Pengembangan Keterampilan Kewirausahaan di Masa Pandemi Covid-19 Melalui Pelatihan Pengecatan Kendaraan Bermotor. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(2), 686–695.
- Maryanti, M., Heridadi, H., & Sundari, S. (2021). Ketahanan Keluarga dalam Menghadapi Ancaman Bencana Non-Alam Covid-19: Sebuah Studi Kasus Di Kota Bogor. *Jurnal Manajemen Bencana*, 7(1), 19–26.
- Mufarihah, T. M., Ramdani, R., & Kurniansyah, D. (2022). Ketahanan Keluarga di Masa Pandemi Covid-19 dalam Upaya Mencegah Perceraian di Kabupaten Karawang. *REFORMASI*, 12(1), 1–9.
- Nazlah, N., & Sulisty, W. D. (2021). Pendampingan Sekolah Online Siswa SD Melalui Kegiatan SIPUNG ( Sekolah Ing Kampung ) Pada Masa Pandemi Covid 19 Sebagai Solusi Mengatasi Pendidikan Di Desa Nguling- Pasuruan. *ENGAGEMENT Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 05(01), 221–232.
- Nugroho, A. dkk. (2021). Pemberdayaan Karangtaruna Dalam Meningkatkan Kualitas Pendidikan Masyarakat Di Masa Pandemi Covid 19 Melalui Pelatihan Pembelajaran Daring Di Desa Mandi Angin Kecamatan Rawas Ilir Kabupaten Musi Rawas Utara. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 01(01), 8–15.
- Nursiswati, Santi Rukminita Anggraeni, Yanti Rubiyanti, Sari, D. S., & Fitri, S. U. R. (2022). Upaya Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Pada Anak Dan Remaja Di Masa Pandemi Covid-19 Melalui Virtual Konseling. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(8), 12–26. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i8.6493>
- Organization, W. H. (2020). *Covid-19 Public Health Emergency of International Concern (PHEIC) Global Research add Innovation Forum*.
- Ota, M. K., Djou, A. M. G., & Numba, F. F. (2021). Problematika Pembelajaran Daring Siswa Kelas Vii Smpn 1 Ende Selatan, Kabupaten Ende. *Mitra Mahajana: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 74–81. <https://doi.org/https://doi.org/10.37478/mahajana.v2i1.769>
- Prayitno, I. H., Sofwan, E., & Ibrohim. (2021). Konsep Ketahanan Keluarga yang Ideal Untuk Menciptakan Keluarga yang Tangguh dan Sejahtera di Kota Tangerang Selatan. *Garda*, 1(2), 71–85.
- Putri, A. P. K., & Septiawan, A. (2020). Manajemen Kecemasan Masyarakat Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Academica Journal of Multidisciplinary Studies*, 4(2), 199–216.
- Ramadhani, S. R., & Nurwati, N. (2021). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Angka Perceraian. *Jurnal Pengabdian Dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(1), 88–94.
- Ramadia, A., Ekaputri, M., & Meri, D. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Berbasis Keperawatan Kesehatan Jiwa Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Jiwa Melalui Adaptasi Perilaku Baru Pasca Pandemi Covid-19 Di Upt Puskesmas Tenayan Raya. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 415–423. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i1.8326>
- Rohaniah, Y., & Rahmaini, R. (2021). Sosialisasi Manajemen Keuangan Keluarga pada Masa Pandemi Covid-19. *ABDI MOESTOPO: Jurnal Pengabdian Pada*

- Masyarakat*, 4(01), 45–49. <https://doi.org/10.32509/am.v4i1.1371>
- Rozali, Y. A., Sitasari, N. W., & Lenggogeni, A. (2021). Meningkatkan Kesehatan Mental Di Masa Pandemic. *Jurnal Abdimas*, 7(2), 109–113.
- Sawitri, D. (2020). Penggunaan Google Meet Untuk Work From Home Di Era Pandemi Coronavirus Disease 2019 (Covid-19). *Prioritas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(01), 13–21.
- Siska, E., & Noviyah, N. M. R. (2021). Sosialisasi Pelaksanaan Protokol Kesehatan Pada Masa New Normal Dan Penggunaan Aplikasi Canva Untuk Digital Marketing Di Panti Sosial Asuhan Anak Muslimin Manggarai Selatan Tebet. *Jurnal Abdimas Perbanas (JAP)*, 2(1), 1–16.
- Tahun, O. D. (2021). Jurnal pengabdian masyarakat dalam kebidanan. *Antara Pengmas*, 4(1), 19–24.
- Utari, D., Syah, D. Z. R., & Rohmani, N. (2022). Peningkatan Ketahanan Keluarga (Family Resilience ) dengan Metode ABC di Masa Pandemi Covid-19. *To Maega*, 5(2), 281–291.
- Yanti, D., & Aridhona, J. (2022). Ketahanan Keluarga di Tengah Pandemi Covid-19. *Abdimas Nusantara*, 4(1), 59–71.