

EFEK PANDEMI COVID-19 TERHADAP KESEHATAN MENTAL PADA POPULASI UMUM

Naisya Midary Mutia Pratiwi

¹Universitas Lampung, Indonesia

Email Korespondensi: naisyamidary98@gmail.com

Disubmit: 25 Agustus 2022

Diterima: 26 Agustus 2022

Diterbitkan: 27 Agustus 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v2i4.7606>

ABSTRACT

The 2019 Coronavirus disease (COVID-19) pandemic is the largest viral outbreak of this century. The COVID-19 pandemic had an unprecedented impact on mental health. Prevention of infection to control the spread of this epidemic requires restrictions on physical activity that took place in Indonesia within the last 2 years. Analyze the impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population and health workers and the associated risk factors. The method used is literature review where data is obtained from several electronic databases such as google scholar, PubMed, NCBI between 2019-2022. 20 of 41 articles are selected based on predetermined eligibility criteria. Mental health problems in the general public during COVID-19 were reported to have quite high numbers, namely anxiety (6.33% - 50.9%), depression (14.6%-48.3%), PTSD (7%-53, 8%), stress (8.1%-81.9%). The associated risk factors are female gender, young age (<40 years), chronic/psychiatric disease, unemployment, students, and frequent exposure to COVID-19 news. COVID-19 pandemic had a very significant effect on the level of psychological distress. Therefore, special attention is needed on the prevention and treatment of mental health disorders to help the community through this pandemic.

Keywords : COVID-19, Pandemic, Mental Health, Risk Factors

ABSTRAK

Pandemi Coronavirus disease 2019 (COVID-19) merupakan wabah virus terbesar pada abad ini. Pandemi COVID-19 telah menghasilkan dampak yang tidak pernah diperkirakan sebelumnya terhadap kesehatan mental. Pencegahan infeksi untuk mengendalikan penyebaran wabah ini mengharuskan adanya pembatasan aktivitas fisik yang berlangsung di Indonesia dalam kurun waktu 2 tahun terakhir. Menganalisis dampak pandemi COVID-19 terhadap kesehatan mental pada populasi umum dan petugas kesehatan serta faktor risiko yang berhubungan. Metode yang digunakan adalah studi literatur dimana data diperoleh dari beberapa database elektronik seperti google scholar, PubMed, NCBI antara tahun 2019-2022. 20 dari 41 artikel dipilih berdasarkan kriteria kelayakan yang telah ditentukan. Masalah kesehatan mental pada populasi umum selama COVID-19 dilaporkan memiliki angka yang cukup tinggi yakni kecemasan (6,33% - 50,9%), depresi (14,6%-48,3%), PTSD (7%-53,8%), stress (8,1%-81,9%). Faktor risiko yang berhubungan yakni jenis kelamin perempuan, usia yang muda (<40 tahun), adanya penyakit kronis/psikiatri, pengangguran, pelajar, dan sering terpapar berita COVID-19. Pandemi COVID-19 memiliki efek yang sangat signifikan pada tingkat tekanan psikologis. Oleh karena itu, diperlukan perhatian khusus

terhadap pencegahan dan penanganan gangguan kesehatan mental untuk membantu populasi melalui pandemi ini.

Kata Kunci: COVID-19, Pandemi, Kesehatan Mental, Faktor Risiko

PENDAHULUAN

Pada bulan Desember 2019, sekelompok kasus pneumonia atipikal dilaporkan di Wuhan, Cina, yang kemudian ditetapkan sebagai Coronavirus disease 2019 (COVID-19) oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada 11 Februari 2020. Virus penyebab yakni SARS-CoV-2 diidentifikasi sebagai jenis virus corona baru yang memiliki 79% kesamaan genetik dengan SARS-CoV dari wabah SARS 2003. Pada 11 Maret 2020, WHO menyatakan wabah itu sebagai pandemi global (Anand et al., 2020).

Di antara prosedur untuk mencegah penyebaran virus, pembatasan sosial dan karantina telah disarankan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2020). Pembatasan sosial dan isolasi mandiri akan berpengaruh terhadap ekonomi, terutama bagi pekerja wiraswasta. Selain itu, ketakutan akan terkontaminasi juga akan berefek negatif pada kesehatan mental, seperti peningkatan gejala depresi dan kecemasan, memburuknya kinerja kognitif, dan menyebabkan insomnia (Brooks et al., 2020; Ornell et al., 2020).

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa prevalensi keseluruhan gejala depresi dan kecemasan sejak awal COVID-19 adalah 31,5 dan 31,9%, masing-masing (Wu et al., 2021). Untuk pasien COVID-19, prevalensi depresi adalah 41,7% dan kecemasan 42,3% (Woo et al., 2020). Menurut WHO pada tahun 2017, tingkat depresipada populasi umum adalah 4,4% dan 3,6% untuk gangguan kecemasan (WHO, 2017). Hasil ini menunjukkan dampak besar pandemi COVID-19 kesehatan mental populasi umum dan petugas

kesehatan (Liu et al., 2019; Luo et al., 2020; Woo et al., 2020)

Faktanya, data dalam penelitian terbaru menunjukkan prevalensi kecemasan pada petugas kesehatan adalah sebesar 25%, sementara pada petugas kesehatan garda terdepan sebesar 43% (Santabárbara et al., 2021).

McIntyre dan Lee (2020) telah melaporkan peningkatan bunuh diri yang dari 418 menjadi 2114 dalam kasus bunuh diri Kanada yang terkait dengan pengangguran (McIntyre & Lee, 2020). Hal yang sama juga dilaporkan di Amerika Serikat, Pakistan, India, Prancis, Jerman, dan Italia (Mamun & Ullah, 2020; Thakur & Jain, 2020).

Oleh karena itu, diperlukan perhatian khusus terhadap pencegahan dan penanganan gangguan kesehatan mental untuk membantu populasi melalui pandemi ini.

Tujuan dari studi literatur ini adalah untuk menganalisis dampak pandemi COVID-19 terhadap kesehatan mental pada populasi umum dan petugas kesehatan serta faktor risiko yang berhubungan.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah studi literatur yakni mengidentifikasi, mengkaji, mengevaluasi dan menafsir semua penelitian yang relevan. Sumber pustaka penulisan artikel ini berjumlah 20 pustaka yang diperoleh dari beberapa database elektronik seperti google scholar, PubMed, NCBI, Elsevier. antara tahun 2018-2021. Pencarian pustaka menggunakan kata kunci COVID-19,

Kesehatan Mental, Pandemi, Faktor risiko.

Judul dan abstrak dari setiap publikasi diseleksi yang sesuai dengan tujuan penelitian ini. Artikel teks lengkap diakses setelah penyeleksian awal. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah: 1) merupakan studi meta-analisis yang menilai gejala depresi, kecemasan, dan stres, atau gangguan tidur, dinilai dengan instrumen skrining yang divalidasi; 2) menilai status kesehatan mental populasi umum/populasi dan tenaga kesehatan selama pandemi COVID-19 beserta faktor risiko yang berhubungan; 3) artikel peer-review yang diterbitkan dalam bahasa Inggris; 4) peserta dewasa (≥ 18 tahun).

Kriteria Eksklusi pada penelitian ini adalah: 1) tidak ditulis dalam bahasa Inggris; 2) tidak ditinjau oleh rekan sejawat; 3) tidak tersedia teks lengkap.

HASIL PENELITIAN

Total 648 publikasi teridentifikasi melalui pencarian kata kunci. Dari jumlah tersebut, 264 dikeluarkan karena duplikasi. 343 artikel dikeluarkan melalui seleksi judul dan abstrak. 41 artikel teks lengkap dinilai kelayakannya. Ada 21 artikel yang dieksklusikan. Setelah penyaringan teks lengkap, 20 studi memenuhi kriteria inklusi.

Ukuran sampel dari 20 studi berkisar antara 263 hingga 52,730 peserta, dengan total 93.569 peserta. Sebagian besar sampel berusia di atas 18 tahun. Peserta perempuan ($n = 60.006$) sebanyak 64,1% dari total sampel. 20 studi dilakukan di delapan berbeda negara, termasuk Cina, Spanyol, Italia, Iran, AS, Turki, Nepal, dan Denmark.

Berbagai skala digunakan pada total dua puluh studi untuk menilai

Efek COVID-19 terhadap kesehatan mental. Skala yang digunakan untuk mengukur gejala depresi antara lain Beck Depression Inventory-II (BDI-II), Self-rating Depression Scales (SDS), Patient Health Questionnaire-9/2 (PHQ-9/2), Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D) dan The World Health Organization Five Well-Being Index (WHO-5). Generalized Anxiety Disorder 7/2-item (GAD-7/2), The Beck Anxiety Inventory (BAI), dan Self-rating Anxiety Scale (SAS) digunakan untuk mengevaluasi gejala kecemasan. The Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) digunakan untuk menilai gejala kecemasan dan depresi. The Depression, Anxiety, and stress symptoms (DASS-21) digunakan untuk evaluasi depresi, kecemasan, dan gejala stres. Tekanan psikologis diukur dengan The Peritraumatic Distress Inventory (CPDI) dan Skala Distress Psikologis Kessler (K6/10).

Gejala PTSD diukur dengan The Effect of Event Scale (IES(-R)), PTSD Checklist (PCL-(C)-2/5).

Prevalensi gejala depresi berkisar antara 14,6% hingga 48,3%. Meskipun tingkat yang dilaporkan lebih tinggi dari perkiraan prevalensi depresi pada populasi umum satu tahun sebelumnya (3,6% dan 7,2%) (Yueqin Huang et al., 2019; Wall, 1998), penting untuk dicatat bahwa adanya gejala depresi tidak mencerminkan diagnosis klinis depresi.

Banyak faktor risiko yang berhubungan dengan gejala depresi yang timbul saat pandemi COVID-19. Perempuan dilaporkan lebih mungkin untuk mengalami gejala depresi jika dibandingkan dengan laki-laki (Yueqin Huang et al., 2019; Lei et al., 2020; Mazza et al., 2020; Sønderskov et al., 2020). sampel dari kelompok usia muda (≤ 40 tahun) cenderung lebih memiliki gejala depresi (Ahmed et al., 2020; Gao et

al., 2020; Yeen Huang & Zhao, 2020; Lei et al., 2020; Olagoke et al., 2020; Ozamiz-Etxebarria et al., 2020). Status pelajar juga ditemukan menjadi faktor risiko yang signifikan terkait timbulnya gangguan kesehatan mental selama pandemi COVID-19 (dibandingkan pekerjaan atau pensiun) (González-sanguino et al., 2020; Lei et al., 2020; Olagoke et al., 2020). Empat studi juga mengidentifikasi bahwa tingkat pendidikan yang lebih rendah menjadi faktor berkembangnya gejala depresi (Gao et al., 2020; Mazza et al., 2020; Olagoke et al., 2020; Wang C et al., 2020). Faktor risiko lain yang berhubungan yakni hidup di perkotaan, penilaian kesehatan diri yang buruk, rasa kesepian yang tinggi, perceraian, lajang, pendapatan rumah tangga rendah, status karantina, rasa khawatir terinfeksi, pengangguran, riwayat stres mental atau masalah medis di masa lalu, memiliki kenalan yang terinfeksi COVID-19, paparan berita terkait COVID-19, adanya penyakit kronis, dan adanya gejala fisik tertentu (Gao et al., 2020; González-sanguino et al., 2020; Lei et al., 2020; Luo et al., 2020; Mazza et al., 2020; Ozamiz-Etxebarria et al., 2020)

Prevalensi gejala kecemasan bervariasi dari 6,33% hingga 50,9% (Ahmed et al., 2020; Gao et al., 2020; González-sanguino et al., 2020; Yeen Huang & Zhao, 2020; Lei et al., 2020; Mazza et al., 2020; Moghanibashi, 2020; Ozamiz-Etxebarria et al., 2020; Wang et al., 2020). Beberapa faktor risiko depresi juga berlaku untuk gejala kecemasan, termasuk kelompok usia yang muda (≤ 40 tahun), pendidikan yang lebih rendah tingkat kesehatan diri yang buruk, rasa kesepian yang tinggi, jenis kelamin perempuan, bercerai, status karantina, rasa khawatir terinfeksi, riwayat masalah kesehatan mental/masalah medis,

adanya penyakit kronis, dan tinggal di daerah perkotaan (Ahmed et al., 2020; Gao et al., 2020; González-sanguino et al., 2020; Yeen Huang & Zhao, 2020; Lei et al., 2020; Mazza et al., 2020; Moghanibashi, 2020; Ozamiz-Etxebarria et al., 2020; Wang C et al., 2020). Selain itu, sering terpapar berita/informasi tentang COVID-19 secara positif berhubungan dengan timbulnya gejala kecemasan (Gao et al., 2020; Moghanibashi, 2020)

Penelitian oleh Gao (2020) melaporkan bahwa sampel yang sudah menikah memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi bila dibandingkan dengan sampel yang belum menikah (Gao et al., 2020). Sementara itu, Lei dkk. (2020) melaporkan bahwa sampel yang statusnya bercerai memiliki gejala kecemasan lebih dari individu lajang atau menikah (Lei et al., 2020).

Masa karantina yang berkepanjangan juga berkorelasi dengan gejala kecemasan yang lebih tinggi. Riwayat kontak dengan pasien positif COVID dapat menyebabkan gejala kecemasan yang lebih tinggi (Moghanibashi, 2020)

Prevalensi PTSD saat Pandemi COVID-19 dilaporkan oleh Zhang dan Ma (2020) dan N. Liu et al. (2020) sebesar 7,6% dan 7%, masing-masing. Gonzalez et al (2020) mencatat 15,8% sampel dengan gejala PTSD di masa Pandemi COVID-19. Tiga dari empat studi yang menilai efek traumatis COVID-19 melaporkan bahwa jenis kelamin perempuan lebih rentan mengalami gejala PTSD. Faktor risiko lain yang berhubungan yakni rasa kesepian, individu dengan kerentanan lebih tinggi terhadap virus, kualitas tidur yang buruk, status pelajar, dan penilaian kesehatan diri yang buruk (González-sanguino et al., 2020).

Prevalensi stres dilaporkan bervariasi antara 8,1% hingga 81,9%.

Wanita dan kelompok usia muda dikaitkan dengan tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan pria dan orang tua. Faktor prediktif lain dari tingkat stres yang lebih tinggi termasuk status pelajar, jumlah hari karantina yang lebih lama, pengangguran, status di PHK, memiliki kenalan yang terinfeksi virus, adanya penyakit kronis, dan adanya gejala fisik tertentu (Mazza et al., 2020; Samadarshi et al., 2020; Wang C et al., 2020).

Penyebaran informasi kesehatan terkait COVID-19 yang terbaru dan akurat dari pihak berwenang secara tepat waktu dikaitkan dengan tingkat kecemasan, stres, dan depresi yang lebih rendah gejala di populasi umum (Wang et al., 2020). Selain itu, melakukan tindakan pencegahan yang menurunkan risiko infeksi, seperti sering mencuci tangan, memakai masker, dan menjaga jarak berkaitan dengan tekanan psikologis yang lebih rendah selama pandemi (Wang et al., 2020). Zhang et al. (2020) menemukan bahwa sampel yang memiliki lebih banyak dukungan sosial selama pandemi memiliki tingkat stres yang lebih rendah (Zhang Y & Ma Z, 2020).

PEMBAHASAN

Secara umum, prevalensi gangguan kesehatan mental pada populasi umum lebih tinggi saat Pandemi COVID-19 bila dibandingkan dengan prevalensi sebelum pandemi (Yeen Huang & Zhao, 2020; Lim et al., 2018). Variasi prevalensi pada studi yang didapat terjadi karena penggunaan berbagai skala pengukuran, pola pelaporan yang berbeda, dan mungkin perbedaan internasional/budaya (Wang et al., 2020).

Perbedaan ini juga diakibatkan oleh berbagai tingkat keparahan wabah, kondisi ekonomi nasional,

kesiapsiagaan pemerintah, ketersediaan pasokan/fasilitas medis, dan penyebaran informasi terkait COVID dengan benar. Gejala gangguan kesehatan mental lebih terlihat pada fase awal wabah ketika individu diharuskan melakukan karantina, timbulnya pengangguran, dan ketidakpastian yang terkait dengan wabah (Ho et al., 2020). Cemas dan stres diakibatkan pandemi COVID-19 akhirnya memaksa orang-orang untuk menerapkan langkah-langkah pencegahan untuk melindungi diri. Studi lanjutan setelah pandemi mungkin diperlukan untuk menilai dampak psikologis jangka panjang dari pandemi COVID-19.

Beberapa faktor risiko yang berhubungan diidentifikasi dari penelitian-penelitian sebelumnya yakni: 1) perempuan cenderung lebih rentan mengalami berbagai bentuk gangguan mental selama pandemi, termasuk depresi, kecemasan, PTSD, dan stres, seperti yang dilaporkan dalam penelitian kami yang disertakan (Ahmed et al., 2020; Gao et al., 2020; Lei et al., 2020). Tekanan psikologis yang muncul pada wanita lebih besar karena mereka mewakili persentase yang lebih tinggi dari tenaga kerja yang mungkin terpengaruh secara signifikan oleh COVID-19, seperti ritel, industri jasa, dan kesehatan. beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa wanita menunjukkan respons neurobiologis yang berbeda ketika terpapar stresor (Eid et al., 2019); 2) Usia kurang dari 40 tahun juga menunjukkan gejala psikologis yang lebih buruk selama pandemi (Ahmed et al., 2020; Gao et al., 2020; Yeen Huang & Zhao, 2020). Temuan ini mungkin dikarenakan peran orang tua mereka dalam keluarga yang memberikan dukungan finansial dan emosional kepada anak-anak. Kerugian dalam pekerjaan dan ketidakpastian yang

disebabkan oleh pandemi COVID-19 juga dapat menjadi penyebabnya. Sebagian besar dari individu di bawah 40 tahun terdiri dari siswa yang mungkin juga mengalami lebih banyak tekanan emosional karena penutupan sekolah, pembatalan acara sosial, efisiensi belajar yang lebih rendah dengan kursus online jarak jauh, dan penundaan ujian (Wenjun et al., 2020). Hal ini sesuai dengan temuan peneliti bahwa status pelajar dikaitkan dengan tingkat gejala depresi dan gejala PTSD yang lebih tinggi selama Pandemi COVID-19 (Lei et al., 2020; Olagoke et al., 2020; Samadarshi et al., 2020; Wang et al., 2020); 3) Sampel yang memiliki penyakit kronis dan riwayat penyakit medis atau psikiatri lebih banyak menunjukkan gejala kecemasan dan stres (Mazza et al., 2020; Ozamiz-Etxebarria et al., 2020). Kekebalan mereka terganggu oleh kondisi yang sudah ada sebelumnya, yang membuat mereka rentan terhadap infeksi dan risiko kematian yang lebih tinggi, seperti mereka yang memiliki penyakit sistemik lupus eritematosus (Sawalha et al., 2020). Beberapa penelitian juga melaporkan bahwa tingkat kematian yang jauh lebih tinggi tercatat pada pasien dengan diabetes, hipertensi dan penyakit jantung koroner (Amir et al., 2020). Hal ini menyebabkan orang yang memiliki penyakit kronis dalam kekhawatiran. Selain itu, pasien dengan riwayat penyakit yang sudah ada sebelumnya menunda atau tidak dapat mengakses pelayanan medis sebagai akibat dari pandemi COVID-19. Misalnya, karena jumlah pasien COVID-19 yang meningkat pesat akhirnya rumah sakit dan sumber daya medis lebih fokus menangani pasien COVID-19, pencegahan primer, sekunder, dan tersier penyakit lain mungkin jadi terpengaruh. Individu dengan riwayat gangguan mental atau

diagnosis penyakit kejiwaan juga umumnya lebih sensitif terhadap stresor eksternal, seperti isolasi saat pandemi (Ho et al., 2020).

Beberapa penelitian melaporkan bahwa sering terpapar media sosial atau berita berkaitan dengan COVID-19 sebagai penyebab gejala kecemasan dan stres (Gao et al., 2020; Moghanibashi, 2020). Perasaan sedih dan cemas juga bisa muncul ketika terus-menerus melihat populasi yang menderita pandemi melalui platform sosial media atau laporan berita (Li et al., 2020).

Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa status ekonomi yang buruk, tingkat pendidikan yang rendah, dan pengangguran merupakan faktor risiko yang signifikan berkaitan dengan munculnya gangguan kesehatan mental terutama gejala depresi selama periode pandemi COVID-19 (Gao et al., 2020; Lei et al., 2020; Mazza et al., 2020; Olagoke et al., 2020).

Faktor protektif dapat dijadikan upaya untuk meringankan dampak psikologis dari Pandemi COVID-19 pada populasi umum. Pertama, perhatian dan bantuan harus diprioritaskan kepada kelompok rentan tersebut di atas seperti jenis kelamin perempuan, orang-orang berusia kurang dari 40 tahun, siswa atau pelajar, dan mereka yang menderita penyakit kronis atau memiliki riwayat penyakit psikiatri. Kedua, pemerintah harus memastikan penyebaran informasi terkait COVID-19 secara tepat waktu. Sebagai contoh, validasi berita/laporan tentang pandemi sangat penting untuk mencegah kepanikan dari rumor dan informasi palsu. Informasi tentang tindakan pencegahan juga harus terus diperbarui. Ketiga, layanan kesehatan mental yang mudah diakses sangat penting

selama periode karantina yang berkepanjangan, terutama untuk mereka yang sangat membutuhkan dukungan psikologis dan individu yang tinggal di daerah pedesaan (Tran et al., 2020). Sejak layanan kesehatan pribadi terbatas dan tertunda akibat pandemi COVID-19, layanan kesehatan mental jarak jauh dapat dilakukan dalam bentuk konsultasi online dan hotline (Liu et al., 2019; Pisciotta et al., 2019).

Setiap individu juga dapat mengambil inisiatif untuk meringankan tekanan psikologis mereka. Misalnya, berolahraga secara teratur dan mempertahankan pola makan yang sehat telah terbukti efektif meringankan dan mencegah gejala depresi atau stres (Lassale et al., 2019; Molendijk et al., 2018). Selain itu, sangat disarankan untuk mengalihkan perhatian dari berita terkait COVID-19 untuk menghindari kemungkinan informasi palsu negatif yang dapat memengaruhi kesehatan mental. Penting juga untuk mendapatkan informasi terkait COVID-19 dari kantor berita dan organisasi resmi dan hanya mencari nasihat medis hanya dari tenaga kesehatan profesional. Tetap menjalin komunikasi dengan teman dan keluarga melalui panggilan telepon atau panggilan video selama karantina dapat meringankan tekanan dari isolasi sosial (Yeen Huang & Zhao, 2020)

KESIMPULAN

Studi literatur ini menganalisis dampak pandemi COVID-19 terhadap kesehatan mental pada populasi umum dan petugas kesehatan serta faktor risiko yang berhubungan. Prevalensi gangguan kesehatan mental dilaporkan di sebagian besar penelitian. Pandemi COVID-19 merupakan stressor yang belum pernah terjadi sebelumnya terhadap kesehatan mental. Selain

melandaikan kurva penularan virus, perlu juga diprioritaskan mengenai pencegahan gangguan mental (misalnya gangguan depresi, PTSD, serta bunuh diri).

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, Z., Ahmed, O., Aibao, Z., Hanbin, S., Siyu, L., & Ahmad, A. (2020). Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID-19. The COVID-19 resource centre is hosted on Elsevier Connect, the company's public news and information. *Asian Journal of Psychiatry*, 51(January), 102092.
- Amir, E., Fatemeh, J., Neda, P., & Ali, A. (2020). Prevalence of Underlying Diseases in Hospitalized Patients with COVID-19: a Systematic Review and Meta-Analysis. *Archives of Academic Emergency Medicine*, 8(1), e35-e35. <http://europepmc.org/article/MED/32232218> <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32232218>
- Anand, K. B., Karade, S., Sen, S., & Gupta, R. M. (2020). SARS-CoV-2: Camazotz's Curse. *Medical Journal Armed Forces India*, 76(2), 136-141. <https://doi.org/10.1016/j.mjafi.2020.04.008>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)

- Eid, R. S., Gobinath, A. R., & Galea, L. A. M. (2019). Sex differences in depression: Insights from clinical and preclinical studies. *Progress in Neurobiology*, *176*, 86-102.
<https://doi.org/10.1016/j.pneurobio.2019.01.006>
- Gao, J., Zheng, P., Jia, Y., Chen, H., Mao, Y., Chen, S., Wang, Y., Fu, H., & Dai, J. (2020). Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak. *PLoS ONE*, *15*(4), 1-10.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231924>
- González-sanguino, C., Ausín, B., Ángel, M., & Saiz, J. (2020). *Mental health consequences during the initial stage of the 2020 Coronavirus pandemic (COVID-19) in Spain. January.*
- Huang, Yeen, & Zhao, N. (2020). Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID- 19 . The COVID-19 resource centre is hosted on Elsevier Connect , the company ' s public news and information. *Esilver Psychiatry Research*, *288*(January), 2-3.
- Huang, Yueqin, Wang, Y., Wang, H., Liu, Z., Yu, X., Yan, J., Yu, Y., Kou, C., Xu, X., Lu, J., Wang, Z., He, S., Xu, Y., He, Y., Li, T., Guo, W., Tian, H., Xu, G., Xu, X., ... Wu, Y. (2019). Prevalence of mental disorders in China: a cross-sectional epidemiological study. *The Lancet Psychiatry*, *6*(3), 211-224.
[https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(18\)30511-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(18)30511-X)
- Lassale, C., Batty, G. D., Baghdadli, A., Jacka, F., Sánchez-Villegas, A., Kivimäki, M., & Akbaraly, T. (2019). Healthy dietary indices and risk of depressive outcomes: a systematic review and meta-analysis of observational studies. *Molecular Psychiatry*, *24*(7), 965-986.
<https://doi.org/10.1038/s41380-018-0237-8>
- Lei, L., Huang, X., Zhang, S., Yang, J., Yang, L., & Xu, M. (2020). Comparison of Prevalence and Associated Factors of Anxiety and Depression among People Affected by versus People Unaffected by Quarantine during the COVID-19 Epidemic in Southwestern China. *Medical Science Monitor*, *26*, 1-12.
<https://doi.org/10.12659/MSM.924609>
- Li, Z., Ge, J., Yang, M., Feng, J., Qiao, M., & Jiang, R. (2020). *Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID- 19 . The COVID-19 resource centre is hosted on Elsevier Connect , the company ' s public news and information. January.*
- Lim, G. Y., Tam, W. W., Lu, Y., Ho, C. S., Zhang, M. W., & Ho, R. C. (2018). Prevalence of Depression in the Community from 30 Countries between 1994 and 2014 /692/699/476/1414 /692/499 article. *Scientific Reports*, *8*(1), 1-10.
<https://doi.org/10.1038/s41598-018-21243-x>
- Liu, H., Liu, J., Chen, M., Tan, X., Zheng, T., Kang, Z., Gao, L., Jiao, M., Ning, N., Liang, L., Wu, Q., & Hao, Y. (2019). Sleep problems of healthcare workers in tertiary hospital and influencing factors identified through a multilevel analysis: A cross-sectional study in China. *BMJ Open*, *9*(12), 1-11.
<https://doi.org/10.1136/bmjo>

- pen-2019-032239
- Luo, M., Guo, L., Yu, M., & Wang, H. (2020). The psychological and mental impact of coronavirus disease 2019 (COVID-19) on medical staff and general public - A systematic review and meta-analysis. *Psychiatry Research*, 291(June), 113190. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113190>
- Mamun, M. A., & Ullah, I. (2020). COVID-19 suicides in Pakistan, dying off not COVID-19 fear but poverty? - The forthcoming economic challenges for a developing country. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87(May), 163-166. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.028>
- Mazza, C., Ricci, E., Biondi, S., Colasanti, M., Ferracuti, S., Napoli, C., & Roma, P. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Italian people during the COVID-19 pandemic: Immediate psychological responses and associated factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9), 1-14. <https://doi.org/10.3390/ijerph17093165>
- McIntyre, R. S., & Lee, Y. (2020). Preventing suicide in the context of the COVID-19 pandemic. *World Psychiatry*, 19(2), 250-251. <https://doi.org/10.1002/wps.20767>
- Moghanibashi, A. (2020). Assessing the anxiety level of Iranian general population during COVID-19 outbreak. *Asian Journal of Psychiatry*, 51(January), 2020.
- Molendijk, M., Molero, P., Ortuño Sánchez-Pedreño, F., Van der Does, W., & Angel Martínez-González, M. (2018). Diet quality and depression risk: A systematic review and dose-response meta-analysis of prospective studies. *Journal of Affective Disorders*, 226, 346-354. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.09.022>
- Olagoke, A. A., Olagoke, O. O., & Hughes, A. M. (2020). Exposure to coronavirus news on mainstream media: The role of risk perceptions and depression. *British Journal of Health Psychology*, 25(4), 865-874. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12427>
- Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. P. (2020). "Pandemic fear" and COVID-19: Mental health burden and strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(3), 232-235. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008>
- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M., & Idoiaga-Mondragon, N. (2020). Stress, anxiety, and depression levels in the initial stage of the COVID-19 outbreak in a population sample in the northern Spain. *Cadernos de Saude Publica*, 36(4), 1-9. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020>
- Pisciotta, M., Denneson, L. M., Williams, H. B., Woods, S., Tuepker, A., & Dobscha, S. K. (2019). Providing mental health care in the context of online mental health notes: advice from patients and mental health clinicians. *Journal of Mental Health*, 28(1), 64-70. <https://doi.org/10.1080/09638237.2018.1521924>
- Samadarshi, S. C. A., Sharma, S., & Bhatta, J. (2020). An online survey of factors associated

- with self-perceived stress during the initial stage of the COVID-19 outbreak in Nepal. *The Ethiopian Journal of Health Development*, 34(2), 84-89.
- Santabárbara, J., Bueno-Notivol, J., Lipnicki, D. M., Olaya, B., Pérez-Moreno, M., Gracia-García, P., Idoiaga-Mondragon, N., & Ozamiz-Etxebarria, N. (2021). Prevalence of anxiety in health care professionals during the COVID-19 pandemic: A rapid systematic review (on published articles in Medline) with meta-analysis. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 107(January).
<https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2021.110244>
- Sønderskov, K. M., Dinesen, P. T., Santini, Z. I., & Østergaard, S. D. (2020). The depressive state of Denmark during the COVID-19 pandemic. *Acta Neuropsychiatrica*, 19-21.
<https://doi.org/10.1017/neu.2020.15>
- Thakur, V., & Jain, A. (2020). COVID 2019-suicides: A global psychological pandemic. *Brain, Behavior, and Immunity*, 88(xxxx), 952-953.
<https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.062>
- Tran, B. X., Dang, A. K., Thai, P. K., Le, H. T., Le, X. T. T., Do, T. T. T., Nguyen, T. H., Pham, H. Q., Phan, H. T., Vu, G. T., Phung, D. T., Nghiem, S. H., Nguyen, T. H., Tran, T. D., Do, K. N., Van Truong, D., Van Vu, G., Latkin, C. A., Ho, R. C. M., & Ho, C. S. H. (2020). Coverage of health information by different sources in communities: Implication for COVID-19 epidemic response. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10).
<https://doi.org/10.3390/ijerph17103577>
- 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/>
- Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, & Mcintyre R. (2020). A longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China. *Brain, Behavior, and Immunity journal [revista en Internet]* 2020 [acceso 22 de febrero de 2022]; 87(2020): 40-48. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87(April), 40-48.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7153528/pdf/main.pdf>
- Wenjun, C., Ziwei, F., Guoqiang, H., Mei, H., Xinrong, X., Jiaxin, D., & Jianzhong, Z. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287(March 20, 2020), 1-5.
<http://www.embase.com/search/results?subaction=viewrecord&from=export&id=L2005406993%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- World Health Organization (2020). WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19. Available online at: <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who->

- [director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19-11-march-2020](#)
World Health Organization (2017). World Health Organization. Depression and other common mental disorders: global health estimates. [Internet]. 2017. Available online at: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/254610>
- Woo, T., Ho, R., Tang, A., & Tam, W. (2020). Global prevalence of burnout symptoms among nurses: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Psychiatric Research*, 123(December 2019), 9-20. <https://doi.org/10.1016/j.jpsy>
- chires.2019.12.015
- Zhang Y, & Ma Z. (2020). Impact of the COVID-19 pandemic on mental health and quality of life among local residents in Liaoning Province, China: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [revista en Internet] 2020 [acceso 8 de octu. *Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Quality of Life among Local Residents in Liaoning Province, China: A Cross-Sectional Study.*, 17(march), 2381. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32233719/>