

Literature Review: Dampak Social Distancing terhadap Kesehatan Mental Kelompok Rentan Selama Pandemi Covid-19

Literature Review: The Impact of Social Distancing on the Mental Health of Vulnerable Groups During the Covid-19 Pandemic

Dian Fajarwati¹, Eka Nur Cahyaningrum², Meli Alviana Kurniasari³, Saryono^{4*}

^{1,2,3}Jurusan Kesehatan Masyarakat, Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto, Indonesia

⁴Jurusan Keperawatan, Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto, Indonesia

ARTICLE INFO

ABSTRACT/ ABSTRAK

Article history

Received date
04 Jul 2022

Revised date
25 Jul 2022

Accepted date
02 Aug 2022

Keywords:

Covid-19;
Mental health;
Social distancing;
Vulnerable groups.

In an effort to overcome the Covid-19 pandemic, the government has implemented various policies including social restrictions which resulted in the limitation of various community activities. This research purposes to determine the impact of social distancing application on the mental health of vulnerable groups including children, pregnant women, and the elderly. This research used a systematic review using databases from PubMed and Science Direct. The search was carried out using the keywords Covid-19, social distancing, mental health and vulnerable groups. From the search results, it was found that 1087 articles were then filtered using the PRISMA method until 6 articles were found in accordance with the discussion. The results showed that social distancing has a significant impact on the mental health of vulnerable groups including children, pregnant women, and the elderly. Therefore, the efforts to adjust, to modify of health services and to increase of social support for vulnerable groups are needed to support social distancing in controlling Covid-19.

Kata kunci:

Covid-19;
Kesehatan mental;
Pembatasan sosial;
Kelompok berisiko.

Dalam upaya mengatasi pandemi Covid-19, pemerintah menerapkan berbagai kebijakan termasuk pembatasan sosial yang mengakibatkan terbatasnya berbagai kegiatan masyarakat. Tujuan dari penulisan ini yaitu untuk mengetahui dampak adanya penerapan *social distancing* terhadap kesehatan mental kelompok rentan meliputi anak-anak, ibu hamil, dan lansia. Metode yang digunakan adalah sistematik review dengan menggunakan database dari *PubMed* dan *Science Direct*. Pencarian dilakukan dengan menggunakan kata kunci Covid-19, pembatasan sosial, kesehatan mental dan kelompok rentan. Dari hasil penelusuran ditemukan 10 artikel kemudian disaring menggunakan metode PRISMA hingga didapatkan 6 artikel yang sesuai dengan rumusan masalah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *social distancing* berdampak signifikan terhadap kesehatan mental kelompok rentan meliputi anak-anak, ibu hamil, dan lansia. Oleh karena itu, diperlukan upaya penyesuaian dan modifikasi dalam pelayanan kesehatan serta peningkatan dukungan sosial kepada kelompok rentan untuk mendukung berjalannya *social distancing* dalam pengendalian Covid-19.

Corresponding Author:

Saryono

Jurusan Keperawatan, Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto, Indonesia
Email: sarbiokim@gmail.com

PENDAHULUAN

Covid-19 merupakan penyakit pernapasan yang disebabkan oleh virus *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2) (Kementerian Kesehatan RI, 2020a).

Data WHO menyebutkan bahwa hingga 6 April 2021 terdapat sekitar 131.487.572 kasus Covid-19 yang dikonfirmasi dan ada 2.857.702 kematian di seluruh dunia (WHO, 2021). Kejadian Covid-19 di Indonesia juga masih tinggi. Berdasarkan laporan kasus hingga tanggal

31 Maret 2021 terdapat 1.511.712 kasus terkonfirmasi dan 40858 kematian (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Tingginya angka morbiditas dan mortalitas akibat *Covid-19* membutuhkan upaya pencegahan dan pengendalian. Adapun bentuk kebijakan yang dapat dilakukan untuk mengendalikan wabah penyakit *Covid-19* diantaranya yaitu isolasi, pembatasan jarak sosial, karantina dan *lockdown* (Shen, *et al.*, 2020). Kebijakan *lockdown* yang diterapkan di Wuhan terbukti berdampak positif pada upaya penghentian penyebaran *Covid-19* (Lau, *et al.*, 2021). Pembatasan perjalanan yang dilakukan juga dinilai menguntungkan (Chinazzi, *et al.*, 2020). Sementara itu, Pemerintah Indonesia mengambil kebijakan berupa Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) di tingkat kota dan provinsi serta memberlakukan karantina regional di lingkungan Rukun Tetangga (RT) atau desa (Kementerian Kesehatan RI, 2020b). Adanya berbagai kebijakan ini menyebabkan kegiatan sosial dan akses pelayanan kesehatan menjadi terbatas. Hal tersebut dinilai akan berdampak terhadap kesehatan mental masyarakat terutama kelompok rentan (Holmes, *et al.*, 2020).

Kelompok rentan termasuk anak-anak, lansia, dan wanita hamil lebih berisiko mengalami peningkatan tekanan psikologis akibat *Covid-19* dan penanganannya. Hal ini karena pengendalian *Covid-19* seperti pembatasan jarak sosial yang dilakukan selama pandemi telah mengubah perilaku setiap orang untuk tidak keluar rumah dan mengubah rutinitas orang-orang sebelumnya seperti berkumpul di tempat umum. Pembatasan sosial juga berdampak pada akses ke fasilitas kesehatan yang terbatas dan ditutupnya tempat rekreasi sehingga dapat menimbulkan kecemasan dan depresi (Presti *et al.*, 2020).

Populasi lansia dinilai sebagai kelompok paling terpengaruh dari adanya pandemi *Covid-19* (Jordan, Adab and Cheng, 2020). Kelompok lansia yang telah memiliki tingkat kesepian dan depresi yang tinggi sebelum adanya pandemi akan mengalami risiko penurunan kesehatan mental yang lebih besar (Cheung, *et al.*, 2019). Tidak hanya itu, wanita hamil juga memiliki risiko gangguan psikologis yang lebih tinggi selama pandemi *Covid-19*. Hal ini karena peningkatan risiko tekanan psikologis yang telah ada akibat perubahan imunologis dan fisiologis selama hamil akan diperparah efeknya dengan adanya pemberlakuan *lockdown*, gangguan layanan perawatan kehamilan, kurangnya dukungan sosial dan keluarga secara langsung serta ketakutan menghadiri fasilitas kesehatan

selama pandemi (Bender, *et al.*, 2020; Robertson, *et al.*, 2020). Kondisi tersebut berbeda dengan anak-anak yang dinilai kurang rentan terhadap *Covid-19*. Meskipun demikian, pandemi dan pengendaliannya telah memberikan dampak negatif pada anak (Tezer and Bedir Demirdağ, 2020). Berdasarkan permasalahan di atas, maka perlu dilakukan penelitian terkait dampak penerapan *social distancing* yang dilakukan selama pandemi *Covid-19* terhadap kesehatan mental kelompok rentan meliputi anak-anak, ibu hamil, dan lansia.

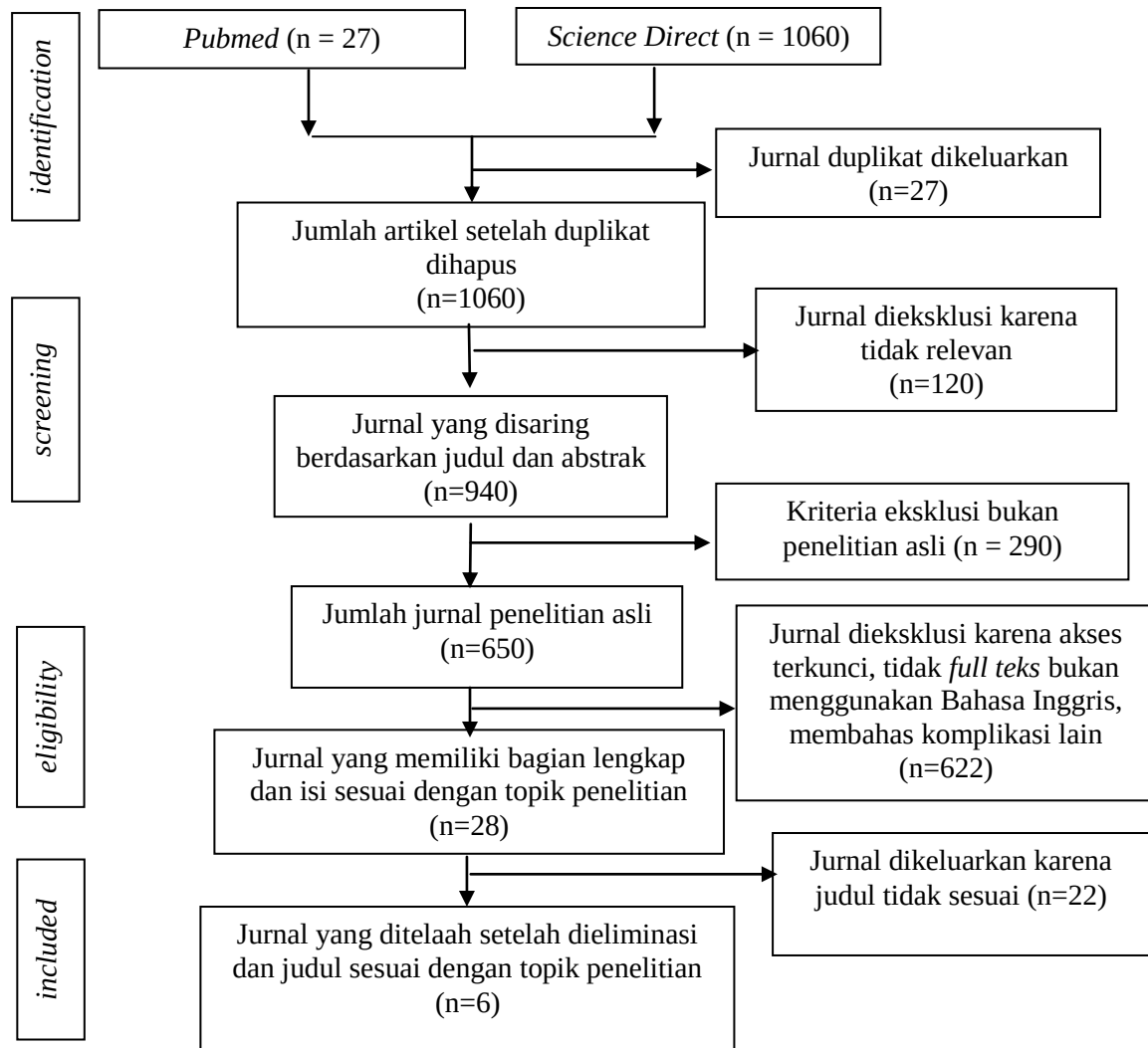
METODE

Pencarian Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah sistematik *review* dengan menggunakan database dari *PubMed* dan *Science Direct*. Pencarian menggunakan kata kunci "*Covid-19*" and "*mental health*" and "*social distancing*" and "*vulnerable group (children or pregnant women or elderly)*" dengan kriteria inklusi yaitu artikel yang diterbitkan pada tahun 2019-2021, menggunakan Bahasa Inggris, hanya menggunakan original penelitian, memiliki akses terbuka dan *full text* serta artikel memuat tentang dampak *social distancing* pada kesehatan mental kelompok rentan (anak-anak, ibu hamil, dan lansia). Sementara itu, kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu artikel yang membahas komplikasi lain. Proses *screening* dilakukan menggunakan metode PRISMA, seperti pada Gambar 1.

Ekstraksi Data dan Pelaporan Temuan

Jumlah artikel yang ditemukan melalui database *PubMed* sebanyak 27 artikel dan ditemukan 1060 artikel dari *Science Direct* sehingga totalnya menjadi 1087 artikel. Setelah disaring dengan mengeluarkan publikasi artikel duplikat dan artikel yang tidak relevan ditemukan 940 artikel yang sesuai dengan kriteria. Kemudian, setelah dilakukan penyaringan kembali diperoleh 650 artikel yang merupakan penelitian asli dan 28 diantaranya memenuhi kriteria inklusi. Selanjutnya dari 28 artikel tersebut dilakukan pengkajian kualitas studi lalu didapatkan 6 artikel yang dapat dikategorikan baik dan dapat dilakukan ekstraksi data. Ekstraksi data ini dilakukan dengan menganalisis data berdasarkan nama penulis, judul, tujuan, jenis studi penelitian, populasi, waktu dan lokasi studi serta hasil penelitian (Tabel 1).



Gambar 1. Diagram PRISMA: Tahapan sistematik review

HASIL

Berdasarkan analisis dari 6 artikel yang telah ditetapkan menunjukkan bahwa keenam artikel tersebut menggunakan metode penelitian

cross-sectional study. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat dampak yang signifikan dari penetapan pembatasan sosial terhadap kesehatan mental pada kelompok rentan khususnya anak-anak, ibu hamil, dan lansia.

Tabel 1. Hasil Ekstraksi Artikel

Judul	Penulis	Jenis studi	Populasi, waktu dan lokasi studi	Hasil
<i>Lockdown, quarantine measures, and social distancing: Associations with depression, anxiety and distress at the beginning of the Covid-19 pandemic among adults from Germany</i>	(Benke, et al., 2020)	Cross-sectional study	Penelitian melibatkan 4335 orang dewasa (75,8% perempuan dan 24,2% laki-laki) dilakukan pada 17 April-15 Mei 2020 di seluruh negara Jerman.	Persepsi subjektif masyarakat tentang tindakan kesehatan masyarakat (yaitu, penilaian perubahan yang dirasakan dalam hidup yang dihasilkan dari tindakan penguncian area dan pengurangan kontak sosial berefek negatif atau stres), tampaknya terkait dengan peningkatan gejala psikopatologis.
<i>The impact of COVID-19 on pregnant womens' experiences and perceptions of antenatal maternity care, social support, and stress-reduction strategies</i>	(Meaney, et al., 2021)	Cross-sectional study	Populasi yang diteliti yaitu perempuan usia 18 tahun ke atas. Dilakukan pada tanggal 16-17 Juli 2020. Dilakukan tanpa lokasi spesifik	Kesulitan yang dilaporkan oleh perempuan tidak terbatas pada pembatasan yang ditempatkan pada hubungan sosialnya, tetapi termasuk kurangnya akses ke dukungan formal dalam layanan persalinan untuk menghilangkan ketakutan akan potensi dampak COVID-19 pada ibu dan bayi.
<i>Loneliness, Wellbeing, and Social Activity in Scottish Older Adults Resulting from Social Distancing during the Covid-19 Pandemic</i>	(Tomaz, et al., 2021)	Corss-sectional study	Populasi berupa warga lansia di Scotlandia. Penelitian dilakukan pada Mei-Agustus 2021 di Scotlandia.	Tingkat kesepian lansia pada masa penerapan <i>social distancing</i> mengalami peningkatan yang signifikan. Hal ini berpengaruh pada tingkat kesejahteraannya. Strategi yang telah diterapkan berupa penggunaan media <i>online</i> sebagai alat bantu lansia dalam menjalankan aktifitas sosial dan fisiknya.
<i>Impacts of the Covid-19 lockdown and relevant vulnerabilities on capability wellbeing, mental health and social support: an Austrian survey study</i>	(Simon, et al., 2020)	Cross-sectional study	Populasi ditentukan menggunakan <i>convenience sampling</i> . Penelitian dilakukan pada Mei-Juni 2020 di Austria.	Tingkat penggunaan layanan kesehatan mental yang kurang selama <i>lockdown</i> , terkait dengan kenaikan masalah kesehatan mental. Oleh karena itu diperlukan upaya pemeliharaan layanan kesehatan mental.
<i>Vulnerability and resilience in children during the Covid-19 pandemic</i>	(Tso, et al., 2020)	Cross sectional population based	Populasi studi adalah orang tua dari anak yang berusia 2-12 tahun. Dilakukan di sekolah taman kanak-kanak dan sekolah menengah pertama yang ada di Hongkong.	Kondisi kesehatan fisik dan mental pada anak-anak selama penutupan sekolah berdampak lebih besar pada stres orang tua.
<i>Coping with being cooped up: Social distancing during Covid-19 among 60+ in the United States</i>	(Emerson, et al., 2020)	Cross-sectional study	Populasi yang digunakan adalah masyarakat dengan rentang usia 60-85 tahun ke atas. Penelitian dilakukan pada tahun 2020 di Amerika Serikat.	Sebanyak 30,9% responden menyatakan merasa lebih kesepian dibandingkan sebelum diterapkannya <i>social distancing</i> . Selain itu lebih dari sepertiga responden menyatakan stres akibat kesepian. Hasil juga menyebutkan bahwa kebiasaan minum alkohol pada lansia berkurang selama masa <i>social distancing</i> .

PEMBAHASAN

Pandemi *Covid-19* jelas memberikan dampak yang kurang baik terhadap kesehatan mental terutama pada kelompok rentan. Perspektif masyarakat terkait hal tersebut merujuk pada penerapan kebijakan *social distancing* dan *lockdown* yang menjadi penyebab timbulnya berbagai permasalahan kesehatan mental (Benke, *et al.*, 2020). Penerapan *social distancing* dan kebijakan *lockdown* akibat pandemi *Covid-19* di berbagai wilayah negara membuat tekanan psikososial dan kesepian yang berlebih pada sebagian kalangan masyarakat (Benke, *et al.*, 2020). Kesepian dianggap menjadi salah satu penyebab menurunnya kesehatan mental selama penerapan *social distancing* selama pandemi. Meski demikian, adanya *lockdown* pada area tertentu, menyebabkan menurunnya penggunaan layanan kesehatan mental selama pandemi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan kunjungan layanan kesehatan mental. Hanya 30% dari responden yang mengakses pelayanan kesehatan mental, sedangkan rata-rata responden memberikan keterangan memiliki tingkat kecemasan yang tinggi (Simon, *et al.*, 2020).

Perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi pada saat diterapkannya kebijakan *social distancing* dan *lockdown*. Berdasarkan salah satu artikel yang direview, banyak wanita merasa terisolasi akibat diterapkannya kedua kebijakan tersebut, sehingga menyebabkan tingkat stress semakin naik (Benke, *et al.*, 2020). Padahal pada wanita hamil, dukungan sosial merupakan salah satu kebutuhan yang sangat penting. Hal ini dikarenakan wanita hamil akan merasa kesepian dan tingkat kecemasan mengenai kehamilannya akan meningkat apabila dukungan sosial yang didapatkan berkurang (Meaney, *et al.*, 2021). Banyak kecemasan dan kekhawatiran yang timbul pada ibu hamil, seperti potensi keguguran, hasil kehamilan yang merugikan, dan bahkan kekhawatiran tertular *Covid-19* (Meaney *et al.*, 2021). Selain itu, simpang-siur informasi terkait penerapan kebijakan *lockdown* di berbagai wilayah membuat tingkat kecemasan semakin meningkat (Benke, *et al.*, 2020). Tingginya tingkat kecemasan ini dipengaruhi berbagai faktor seperti riwayat masalah kesehatan mental, keadaan ekonomi, tingkat pendidikan rendah, usia, dan jenis kelamin (Benke, *et al.*, 2020).

Diketahui bahwa dukungan sosial menjadi faktor ketahanan kapabilitas utama untuk mengurangi permasalahan kesehatan mental di

masa pandemi (Simon, *et al.*, 2020). Lansia menjadi salah satu kelompok rentan yang memerlukan banyak dukungan sosial terutama pada masa pandemi *Covid-19* ini. Hasil penelitian Tomaz, *et al.*, (2021) dan Emerson (2020) menjelaskan bahwa tingkat kesepian pada kelompok lansia meningkat sejak diterapkannya kebijakan *social distancing*. Hal ini dikarenakan menurunnya jumlah dukungan sosial yang mereka dapatkan. Melalui kegiatan arisan, pengajian, bersilaturahmi, ibadah berjama'ah, pertemuan keluarga dan olahraga berkelompok, para lansia mempertahankan kemampuan bersosialisasinya. Interaksi sosial ini dapat memberikan peningkatan dukungan sosial satu sama lain, sehingga lansia tidak menyendiri dan tidak merasa kesepian.

Dukungan sosial di kalangan lansia banyak berasal dari interaksi sosial dan interaksi fisik yang dilakukan. Namun ketika *social distancing* diterapkan, lansia tidak dapat melakukan berbagai aktifitas sehingga kontak sosial yang didapatkan hanya sedikit. Terlebih lagi pada lansia yang tinggal seorang diri tanpa sanak saudara, tingkat kesepiannya jauh lebih tinggi dan dapat mengakibatkan depresi. Hampir semua aktifitas fisik dan sosial beralih menjadi berbasis online, meskipun dapat mengurangi sedikit rasa kesepian, tingkat kesejahteraan lansia tetap mengalami penurunan.

Kelompok lain yang menjadi bagian dari kelompok rentan adalah anak-anak. Dari 5 artikel yang direview, terdapat 2 artikel yang membahas terkait kesehatan mental anak di masa pandemi *Covid-19*. Usia yang masih muda membuat anak-anak rentan mengalami permasalahan kesehatan mental. Masa anak merupakan masa bermain. Permainan pada anak umumnya membutuhkan *partner* untuk menstimulasi tumbuh kembangnya. Teman bermain anak dapat berupa pengasuh, orang tua, teman sebaya maupun alat bermain. Interaksi anak terhadap teman bermain sangat potensi dalam menularkan *Covid-19*.

Ketika anak tidak boleh bermain ke rumah teman sebaya karena adanya *lockdown* dan *social distancing*, maka anak merasa kesepian. Rasa kesepian yang tinggi, membuat anak lebih mudah mengalami kecemasan dan depresi (Benke, *et al.*, 2020). Anak-anak akan merasa kesepian akibat penutupan sekolah saat diterapkannya kebijakan *social distancing* dan *lockdown*. Selain itu, kondisi mental anak akan terganggu akibat penggunaan alat elektronik sebagai alat pembelajaran daring. Semakin lama anak memegang alat elektronik tujuan dari pemakaiannya pun beralih sebagai media bermain. Permainan *game online* membuat anak

mengalami penurunan jumlah waktu tidur, hal ini dapat membuat kesehatan mental dan fisik anak terganggu (Tso, *et al.*, 2020).

SIMPULAN

Pemberlakuan *social distancing* sebagai upaya pengendalian pandemi *Covid-19* berdampak signifikan terhadap gangguan psikologis dan penurunan kesehatan mental anak-anak, ibu hamil, dan lansia. Penerapan *social distancing* selama pandemi *Covid-19* menyebabkan kelompok rentan mengalami

peningkatan kecemasan, kesepian dan gejala depresi. Kelompok rentan membutuhkan perhatian khusus dari pemerintah dan tenaga kesehatan. Kesejahteraan kelompok rentan perlu tetap dipertimbangkan dalam penyusunan kebijakan penanggulangan wabah *Covid-19*. Untuk itu, diperlukan upaya penyesuaian dan modifikasi dalam pelayanan kesehatan, peningkatan promosi kesehatan serta peningkatan dukungan sosial kepada kelompok rentan untuk melindungi dan mempertahankan status kesehatan kelompok anak-anak, ibu hamil, dan lansia selama pandemi *Covid-19*.

DAFTAR PUSTAKA

- Bender, W. R. et al. (2020). The Psychological Experience of Obstetric Patients and Health Care Workers after Implementation of Universal SARS-CoV-2 Testing', *American Journal of Perinatology*, 37(12), pp. 1271–1279. <https://doi.org/10.1055/s-0040-1715505>.
- Benke, C., Autenrieth, L. K., Asselmann, E., & Pané-Farré, C. A. (2020). Lockdown, quarantine measures, and social distancing: Associations with depression, anxiety and distress at the beginning of the COVID-19 pandemic among adults from Germany. *Psychiatry research*, 293, 113462. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113462>
- Cheung, G. et al. (2019). Financial difficulty and biopsychosocial predictors of loneliness: A cross-sectional study of community dwelling older adults. *Archives of gerontology and geriatrics*, 85(103935). <https://doi.org/10.1016/j.archger.2019.103935>.
- Chinazzi, M. et al. (2020). The effect of travel restrictions on the spread of the 2019 novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak, *Science*, vol 368, issue 6489 (April), pp. 395-400. <https://doi.org/10.1126/science.1257571>.
- Emerson, K. G. (2020). Coping with being cooped up: Social distancing during COVID-19 among 60+ in the United States. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 44, e81. <https://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v44/1020-4989-rpsp-1680-5348-e81.pdf>
- Holmes, E. A. et al. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The lancet. Psychiatry*, 7(6), pp. 547-560. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30168-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30168-1)
- Jordan, R. E., Adab, P. and Cheng, K. K. (2020) Covid-19: Risk factors for severe disease and death. *BMJ*, 368(March), pp. 1-2. <https://doi.org/10.1136/bmj.m1198>
- Kementerian Kesehatan RI. (2020a). *Pedoman dan Pencegahan Coronavirus (COVID-19)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020b). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2020 Tentang Pedoman Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)*, Kemenkes RI. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Peta Sebaran Covid-19*. <https://covid19.go.id/peta-sebaran>
- Lau, H. et al. (2021). The positive impact of lockdown in Wuhan on containing the COVID-19 outbreak in China. *Journal of Travel Medicine*, 27(3), pp. 1-7. <https://doi.org/10.1093/JTM/TAAA037>
- Meaney, S. et al. (2021). The impact of COVID-19 on pregnant womens' experiences and perceptions of antenatal maternity care, social support, and stress-reduction strategies. *Women and Birth*, (xxxx). <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2021.04.013>
- Presti, G. et al. (2020). The Dynamics of Fear at the Time of COVID-19: A Contextual Behavioral Science Perspective Impact of COVID-19 pandemic. *Clinical Neuropsychiatry*, vol 17, No 2, pp 65-71 (January).

- <https://doi.org/10.36131/CN20200206>
- Roberton, T. et al. (2020). Early estimates of the indirect effects of the COVID-19 pandemic on maternal and child mortality in low-income and middle-income countries: a modelling study. *The Lancet Global Health*, 8(7), pp. e901–e908. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(20\)30229-1](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(20)30229-1)
- Shen, K. et al. (2020). Diagnosis, treatment, and prevention of 2019 novel coronavirus infection in children: experts' consensus statement. *World Journal of Pediatrics*, 16(3), pp. 223-231. <https://doi.org/10.1007/s12519-020-00343-7>
- Simon, J. et al. (2020). Capability impacts of the Covid-19 lockdown in association with mental well-being, social connections and existing vulnerabilities: An Austrian survey study. *medRxiv*, pp. 1–12. <https://doi.org/10.1101/2020.11.14.20231142>
- Tezer, H. and Bedir Demirdağ, T. (2020). Novel coronavirus disease (Covid-19) in children. *Turkish Journal of Medical Sciences*, 50(SI-1), pp. 592-603. <https://doi.org/10.3906/SAG-2004-174>
- Tomaz, S. A., Coffee, P., Ryde, G. C., Swales, B., Neely, K. C., Connelly, J., ... & Whittaker, A. C. (2021). Loneliness, wellbeing, and social activity in scottish older adults resulting from social distancing during the COVID-19 pandemic. *International journal of environmental research and public health*, 18(9), 4517. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094517>
- Tso, W. W. Y. et al. (2020). Vulnerability and resilience in children during the COVID-19 pandemic. *European child & adolescent psychiatry*, pp. 1–16. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01680-8>
- WHO. (2021). WHO Coronavirus (COVID-19). <https://covid19.who.int/>