

Gambaran Kesehatan Mental Pada Lansia Selama Pandemi COVID-19

Amanda G. M Kiroh,¹ Bernabas H. R. Kairupan,² Herdy Munayang²

¹Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado, Indonesia

²Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado, Indonesia

E-mail: kirohamanda19@gmail.com

Abstract: Coronavirus disease (COVID-19) pandemic was first found in Wuhan, China on December 2019. The government did restricts people's activities to prevent the spread of the virus, especially in elderly people due to higher risk and vulnerability, but mental health issues and bad influence can arise with such social restriction and social distancing. This study aims to provide an overview of the mental health condition especially in the elderly communities during the COVID-19 pandemic. This study was made in the form of a literature review using three databases, namely Google Scholar and Clinical Key. The research design used is literature review, using three databases, namely Google Scholar and Clinical Key. The literature that used is in English and Indonesian, within the last one year (year 2020) and fully-accessible. Based on the literature reviewed, it is found that there are activity restrictions have a negative impact on the mental health of the elderly, and not only affect the mental health, but also has an unfavorable influence on other aspects.

Keywords: elderly mental health, COVID-19 Pandemic

Abstrak: Pandemi Covid-19 *Coronavirus Disease 2019* (Covid-19) pertama kali didiagnosis pada Desember 2019 di Wuhan Cina. Pemerintah melakukan pembatasan aktivitas kepada masyarakat guna untuk mencegah terjadinya penyebaran virus terutama pada orang yang sudah lanjut usia karena mereka memiliki risiko yang lebih tinggi dan rentan untuk terkena Covid-19, tapi dengan adanya pembatasan jarak sosial ini dapat memberikan pengaruh yang kurang baik bagi lansia terutama pada kesehatan mental mereka. Tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kesehatan mental pada lansia selama pandemi Covid-19. Penelitian ini dibuat dalam bentuk *literature review* dengan menggunakan tiga *database*, yaitu *Google Scholar* dan *Clinical Key*. Literatur yang akan digunakan dapat berbentuk Bahasa Inggris dan atau Bahasa Indonesia, dalam jangka waktu satu tahun terakhir (2020) dan dapat diakses secara penuh. Berdasarkan *literature-literature* yang di *review* didapatkan pembatasan aktivitas memberikan dampak yang negatif bagi kesehatan mental lansia, dan bukan hanya berpengaruh pada kesehatan mental saja tapi juga memberikan pengaruh yang kurang baik pada aspek-aspek lainnya.

Kata Kunci: Kesehatan mental lansia, pandemi Covid-19

PENDAHULUAN

Corona Virus atau Covid-19 pertama kali didiagnosis pada Desember 2019 di Wuhan Cina sampai akhirnya mendunia. Pada tanggal 11 Maret 2020 World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa Covid-19 sebagai suatu pandemi.^{1,2} Di

Indonesia dilaporkan adanya kasus positif Covid-19 pada Maret 2020 dan pada 15 April 2020 bertambah hingga mencapai 4.839 orang yang terinfeksi kasus Covid-19. Angka kematian 459 orang, Pasien Dalam Pengawasan (PDP) sebanyak 3.954, dan pasien yang sembuh sebanyak 426

orang. Ada sebanyak 34 Provinsi yang sudah dinyatakan terinfeksi Covid-19.³ Pada tanggal 9 Maret 2020 pemerintah melakukan penguncian di seluruh wilayah nasional berupa penutupan wajib sekolah, kegiatan industrial dan komersial yang tidak penting serta pembatasan perjalanan. Orang-orang diminta untuk tinggal di rumah untuk mencegah kontak sosial dengan masyarakat lainnya guna untuk memperlambat penyebaran virus dan melakukan kebersihan sederhana seperti mencuci tangan untuk mengurangi risiko terinfeksi.^{4,5} Adanya perintah untuk tinggal di rumah dimaksudkan untuk mengurangi penyebaran dan melindungi system perawatan kesehatan yang rapuh. *Centers for Disease Control and Prevention (CDC)* telah menunjukkan bahwa orang yang lebih tua harus lebih banyak tinggal di rumah, meskipun perubahan ini dapat mengurangi penularan dapat juga melindungi nyawa banyak orang yang termasuk juga di dalamnya yaitu kelompok berisiko tinggi seperti contohnya lansia.⁶ Orang tua umumnya hanya memiliki lingkaran teman dan keluarga dekat yang secara rutin membangun interaksi dengan mereka. Namun, sosial interaksi membentuk sebagian besar kehidupan mereka pada saat mereka pensiun dan ini dapat menjadi gangguan yang drastis dengan adanya jarak sosial.⁷

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kesehatan mental pada lansia selama pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan rancangan metode *literature review* dengan identifikasi, evaluasi, serta interpretasi terhadap semua hasil penelitian terkait topik tertentu. Metode *literature review*, merangkum hasil-hasil penelitian primer dalam penyajian fakta yang lebih komperhensif serta berimbang. Dilakukan pencarian data berupa jurnal penelitian dengan menggunakan dua *database* yaitu *Google Scholar*, dan *ClinicalKey*. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian yaitu kesehatan mental lansia, Covid-19. Literatur yang direview dalam Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil pencarian literatur melalui publikasi tiga *database* didapatkan artikel sebanyak 3.610 kemudian dilakukan skrining didapatkan 286 artikel.

Selanjutnya 26 artikel diskriming abstrak dan *fulltex*, berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan 10 artikel.

Sepuluh literatur yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi (Tabel 1).⁷⁻¹⁶ Literatur-literatur yang digunakan melibatkan penelitian dari berbagai negara.

Tabel 1. Nama penulis dan tahun, intisari dari jurnal, dan hasil penelitian

Nama Penulis / Tahun/ Judul	Intisari dari Jurnal	Hasil Penelitian
1. S. Padilla dkk (2020). ⁸ Jurnal artikel <i>Mental Health in Elderly Spanish People in Times of COVID-19</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia kurang rentan untk menderita depresi, stress akut dan juga tidak menunjukkan adanya perbedaan tingkat kecemasan dengan mereka yang berusia dibawah 60 tahun.	Hasil penelitian tersebut didapatkan dari 150 responden berusia (>60) tahun dan 1489 (<60) tahun. 1. Secara keseluruhan hasil menunjukkan bahwa mereka yang berusia di atas 60 tahun kurang rentan dibandingkan dengan peserta yang lebih muda untuk menderita depresi dan stres akut. 2. Hipotesis yang mungkin adalah bahwa lansia di Spanyol memiliki ketahanan

-
2. S. Authority dkk (2020).⁹ *Jurnal artikel COVID-19 and mental health of older adults in the Philippines : a perspective from a developing country.* Studi ini menunjukkan dampak negatif dari Covid-19 yang bukan hanya secara fisik tapi emosional, spiritual dan sosial. Dimana Covid-19 merupakan salah satu faktor penyebab kematian.
3. C. Robb dkk (2020).¹⁰ *Jurnal artikel Associations of Social Isolation with Anxiety and Depression During the Early COVID-19 Pandemic: A Survey of Older Adults in London, UK* Artikel ini menggambarkan dampak dari pembatasan jarak sosial akibat adanya Covid-19 pada kesejahteraan mental khususnya diantara populasi yang lebih tua, terjadi 20% peningkatan kesepian dan kecemasan yang memburuk pada pria dan depresi pada wanita.
4. T. Van Tilburg dkk (2020).¹¹ *Jurnal Artikel Loneliness and Mental Health During the COVID-19 Pandemic: A Study Among Dutch Older Adults.* Di artikel ini komunitas Belanda menunjukkan bahwa selama pandemi Covid-19 kesepian sosial dan kesepian emosional meningkat. Kesehatan mental kurang stabil karena kurangnya kontak sosial. Banyaknya penerapan koping aktif dan regulatif yang lebih besar daripada yang lebih muda.
3. Sampel lansia menunjukkan lebih sedikit tekanan emosional, tanpa perbedaan antara pria dan wanita. Selain itu, kesepian sebagai bagian dari isolasi yang diberlakukan oleh karantina belum dikaitkan dengan konsekuensi psikologis negatif yang biasanya menemani pemutusan hubungan sosial dalam keadaan selain pandemi saat ini.
1. Jumlah lansia yang kurang dari 8% dari total populasi dan merupakan sepertiga dari setengah semua kematian yang terkait dengan Covid-19.
2. Orang Filipina yang lebih tua tidak hanya menderita secara fisik tetapi secara spiritual, emosional dan juga sosial dan Negara berkembang seperti Filipina belum cukup siap untuk menghadapi situasi ini.
1. Tidur yang buruk >3x perminggu dilaporkan oleh 12,3% pria dan 20,9% wanita.
2. Pria merasa lebih sering kesepian dan melakukan kontak dengan teman/keluarga >3x perminggu. Tingkat kecemasan diperburuk oleh pria dan depresi diantara populasi wanita.
3. Hasil penelitian menemukan bahwa mereka yang lajang/janda/cerai atau yang ditinggal sendiri berisiko lebih tinggi melaporkan depresi dan kecemasan yang memburuk terutama pada pria.
1. Dalam situasi pandemi kesendirian orang tua meningkat, tetapi kesehatan mental tetap stabil.
2. Kesepian sosial berkorelasi 0,23 dengan kesepian emosional dan 0,30 dengan kesehatan mental.
3. Rata-rata frekuensi kontak sedikit menurun. Banyak yang melaporkan bahwa mereka secara pribadi terpengaruhi oleh hilangnya kontak sosial
4. Kesehatan Mental memburuk ketika melaporkan konsekuensi pribadi dari Pandemi. Ketika terpengaruh secara

- tapi tidak menunjukkan adanya kesejahteraan yang lebih baik.
5. Y. Bergman dkk (2020).¹² *Jurnal Artikel COVID-19 health worries and anxiety symptoms among older adults: The moderating role of ageism.* Kekhawatiran dapat diperburuk karena pandemi Covid-19 dan juga karena peningkatan pandangan usia yang ditunjukkan oleh kebijakan jarak sosial yang ditunjukkan untuk orang dewasa yang lebih tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kekhawatiran kesehatan dan usia berhubungan positif dengan gejala kecemasan dan hal ini secara signifikan lebih kuat diantara individu dengan usia yang lebih tinggi atau tua.
- 6.A.Krendl dkk (2021).¹³ *Jurnal Artikel Older adults experience of the Covid-19 Pandemic; A Mixed Methods Analysis Of Stresses and Joys.* Kesehatan mental lansia yang dipengaruhi pandemi Covid-19, dimana mereka mengalami depresi dan kesepian yang lebih besar dari pada sebelum pandemi dan memperburuk jaringan sosial. Hasil penelitian mengatakan kehidupan sosial mereka menurun, 2/3 lebih sedikit waktu untuk menghabiskan waktu dengan orang yang mereka sayang, 60,9% yang lebih banyak waktu untuk berhubungan kembali atau bertemu dengan orang yang mereka sayangi, 78,2% menggunakan beberapa bentuk teknologi internet untuk tetap berkomunikasi
7. D. Callow dkk (2020).⁷ *The Mental Health Benefits Of Physical Activity In Older Adults Survive The Covid-19 Pandemic.* 97% peserta mematuhi SDG "Most of the time" atau "Strictly" saat ini. Jumlah aktivitas intensitas ringan dan kuat memberikan kontribusi yang signifikan dan unik terhadap skor depresi sehingga dapat membantu untuk mengurangi beberapa gejala kesehatan mental. 97,7% peserta menunjukkan kepatuhan pada SDG saat ini "sebagian besar waktu" atau "ketat". 37,6% menunjukkan "jauh lebih sedikit" melakukan aktivitas fisik sejak pandemi Covid-19, dan 35,7% menunjukkan "hampir sama" dibandingkan sebelum Pandemi.
8. W. Sepulveda dkk (2020).¹⁴ *Jurnal Artikel Impact of Social* Ulasan ini menunjukkan efek negatif pada kesehatan mental selama isolasi sosial pandemi. Dari peserta dengan total skor GDS yang dilaporkan 25,5% mengalami depresi ringan, 63,1% mengalami depresi sedang, dan 11,4% dikategorikan sebagai depresi berat.
- Dari peserta dengan skor GAS yang ketat dilaporkan 28,1% mengalami gejala kecemasan ringan, 6,9% memiliki kecemasan sedang, dan 0,8% memiliki kecemasan yang parah. Dari 10 artikel yang digunakan didapatkan prevalensi kecemasan, depresi, dan gangguan tidur yang diamati diantara peserta. 6 dari mereka

<i>Isolation due to Covid-19 on Health in Older People.</i>	Covid-19. Adanya tingkat kecemasan dan depresi yang lebih buruk dan dibutuhkan program multikomponen, latihan dan strategi psikologis.	menunjukkan peningkatan tingkat stress psikologis seperti kecemasan yang lebih tinggi, depresi, kesepian, dan kualitas tidur yang lebih buruk. Strategi kognitif dan juga peningkatan aktivitas fisik yang menggunakan aplikasi, video online, dan juga telehealth yang merupakan rekomendasi internasional utama.
9. J. Gustavsson dkk (2020). ¹⁵ Jurnal Artikel <i>Compliance to recommendations and mental health consequences among elderly in sweden during the initial phase of the covid-19 pandemic — a cross sectional online survey.</i>	Masyarakat Swedia mengerti dan mematuhi aturan yang ada dan memiliki rasa solidaritas yang tinggi. 75% mereka mengkhawatirkan orang yang mereka cintai, dan mungkin minta kepatuhan dan teman sebaya untuk turut ikut serta berperan.	1. Mereka merasa informasi tentang Pandemi Covid-19 yang ada sudah jelas dan dapat dipercaya. 2. Mayoritas responden menganggap serius rekomendasi tentang cara bertindak tapi wanita mengambil lebih serius dibanding dengan pria. Hampir semua responden mengatakan mereka menghindari pertemuan publik. 3. (60,8%) mengatakan mereka khawatir tentang kesehatan mental. Sekitar 80% mengkhawatirkan orang yang mereka cintai. Sekitar setenga dari mereka merasa tidak enak, kesulitan untuk tidur, perasaan tertekan, kesulitan berkonsentrasi.
10. I. Levkovich (2021). ¹⁶ Jurnal Artikel, <i>Depression and Health-Related Quality of Life Among Elderly Patients during the COVID-19 Pandemic in Israel: A Cross-sectional Study.</i>	Optimisme dan dukungan sosial mungkin efektif dalam mengatasi tantangan dan menahan depresi serta perlunya mengobati depresi di antara orang dewasa yang lebih tua selama periode ini. Oleh karena itu, penyedia layanan kesehatan juga harus mendukung	37,5% peserta yang diklasifikasikan menderita depresi. Depresi lebih tinggi pada wanita dibandingkan dengan pria dan kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan lebih tinggi diantara laki-laki dibandingkan dengan perempuan.

BAHASAN Kesehatan Mental Lansia

Penelitian S. Authority dkk tahun 2020 ditemukan dari jumlah lansia yang kurang 8% dari total populasi dan merupakan sepertiga dari setengah semua kematian yang terjadi akibat dari pandemi Covid-19. Itu menunjukkan bahwa lansia merupakan

salah satu populasi yang paling rentan terhadap adanya pandemi Covid-19 ini. Karena dalam krisis ini di seluruh dunia atau Negara-negara yang lain sedang diberlakukannya “lockdown” yang mengharuskan untuk tinggal dirumah dan menjaga jarak sosial yang bertujuan untuk mengurangi penyebaran Covid-19.

Terjadinya perubahan selama pandemi tidak sepenuhnya memberikan dampak yang positif bagi masyarakat, lebih khususnya pada lansia dan memberikan pergumulan baru bagi lansia.⁹

Penelitian C. Robb tahun 2020 melaporkan tidur yang buruk bisa terjadi >3x perminggunya, itu dilaporkan oleh 12,3% pria dan 20,9% wanita. Adanya pembatasan jarak sosial dan fisik yang diharuskan pada saat pandemi menyebabkan peningkatan kesepian menjadi 20%, dibandingkan dengan sebelumnya hanya 2%. Lansia mudah saja merasakan kesepian seperti pada penelitian C. Robb (2020) pada mereka yang janda, cerai atau yang ditinggal sendiri bahkan yang janda juga memiliki risiko yang lebih tinggi untuk melaporkan efek negatif dari Covid-19 pada kesehatan mental mereka seperti depresi dan kecemasan terutama pada pria.¹¹

Seperti hanya pada penelitian A. Krendi tahun 2021 macam perubahan yang dirasakan selama pandemi dapat menyebabkan berkurangnya kontak sosial, dan berkurangnya dukungan pada lansia dengan orang yang mereka kasihi. Seperti pada penelitian dari T. Vann Tilburg tahun 2020 dalam situasi pandemi kesendirian orang tua meningkat. Dibandingkan dengan tujuh bulan sebelumnya responden lebih bersosialisasi atau kecil menunjukkan tentang efek dari pandemi. Tapi menurut penelitian dari A. Krendi 60,9% yang menghabiskan lebih banyak waktu mereka untuk berhubungan kembali dengan orang yang mereka sayang, dan 78,2% yang menggunakan beberapa bentuk teknologi internet untuk tetap dapat berkomunikasi selama pandemi dan pembatasan jarak sosial berlangsung.^{14,15}

Penelitian T. Van Tilburg dkk pada tahun 2020 di Belanda, Frekuensi untuk kontak dengan kerabat, non kerabat biasanya lebih dari setidaknya setiap minggu dilakukan. Kontak dengan anak-anak dan keluarga juga biasanya terjadi setiap minggu tapi setelah adanya pandemi rata-rata frekuensinya sedikit menurun. Banyak dari mereka yang melaporkan

bahwa mereka terpengaruh oleh hilangnya kontak sosial, kehilangan pekerjaan, berkurangnya aktivitas atau lebih jarang berada di luar ruangan, maka dari itu kesehatan mental kurang stabil, karena penurunan frekuensi kontak sosial.¹⁶

Kecemasan dan Depresi pada Lansia

Penelitian D. Callow tahun 2020 Sekitar 37% peserta menunjukkan bahwa mereka melakukan aktivitas fisik yang “jauh lebih sedikit” atau “agak kurang” sejak ada pandemi Covid-19 dan 35% peserta menunjukkan melakukan aktivitas yang “hampir sama” dibandingkan sebelum pandemi Covid-19. 25% dikategorikan mengalami depresi ringan, 63,1% depresi sedang dan 11,4% yang dikategorikan mengalami depresi berat. Dan yang mengalami kecemasan minimal sebanyak 28%, 64% kecemasan ringan 6,9% yang mengalami kecemasan sedang, dan 0,8% yang dikategorikan mengalami kecemasan yang parah.⁶

Penelitian Y. Bergman tahun 2020 menunjukkan bahwa kekhawatiran akan kesehatan berhubungan positif dengan gejala kecemasan dan secara signifikan untuk individu dengan usia rendah dan tinggi dan hubungan ini juga lebih kuat diantara individu dengan usia yang lebih tua. Lebih diperburuk diantara usia yang lebih tua karena adanya penyakit penyerta yang sudah ada. Penurunan kesehatan karena usia yang sudah lanjut dan juga berbagai informasi-informasi mengenai pandemi yang bisa memperburuk kesejahteraan dan juga meningkatkan kekhawatiran pada lansia hingga menyebabkan kecemasan bahkan depresi selama pandemi.¹³

Koping Strategi

Penelitian J. Gustavsson pada tahun 2020 mengatakan informasi tentang pandemi Covid-19 sudah cukup jelas dan dapat dipercaya sehingga hampir semua responden mengatakan mereka menghindari pergi ke pertemuan publik. Dengan demikian menunjukkan bahwa mereka mematuhi apa yang dianjurkan

pemerintah, tapi dari perubahan yang ada. bisa juga berdampak yang negatif bagi kesejahteraan lansia. Intervensi paling efektif yang diperlukan untuk menggabungkan jarak fisik dan kesejahteraan pada lansia terkait dengan kualitas kontak sosial adalah dengan cara memfasilitasi kontak sosial dengan lembaga sosial, karena lembaga kemasyarakatan dapat berfokus untuk membantu memfasilitasi kontak sosial antara anak-anak dan kerabat, untuk memastikan adanya dukungan bagi lansia selama pandemi, menurut penelitian dari T. Van Tilburg 2020.^{15,16}

Penelitian dari I. Levkovich pada tahun 2020 mendapatkan 37,5% mengalami depresi. Populasi depresi lebih tinggi pada wanita dibandingkan pada pria dan kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan lebih tinggi pada pria dibandingkan dengan wanita. Oleh karena itu, adanya penyediaan layanan kesehatan juga harus mendukung pasien lansia yang tinggal di rumah. Dalam memberikan bantuan ini, penyedia layanan kesehatan harus berusaha untuk meningkatkan dukungan sosial dan juga optimism diantara populasi orang dewasa yang lebih tua. Karena tidak semua Negara sudah cukup siap dalam menghadapi situasi pandemi ini.⁹

Penelitian S. Padilla dkk tahun 2020 menunjukkan bahwa yang berusia 60 tahun kurang rentan dibandingkan dengan yang berusia dibawah 60 tahun untuk menderita depresi dan stress selama pandemi di Spanyol. Hasil ini sangat mengejutkan karena dari hipotesis yang ada dalam penelitian S. Padilla ini menunjukkan bahwa lansia yang ada di Spanyol memiliki ketahanan yang lebih besar dari pada yang berusia muda. Selama pandemi ditemukan juga adanya peningkatan penggunaan zat anxiolytic alcohol atau obat lain pada mereka yang berusia di atas 60 tahun yang memiliki tingkat kecemasan, depresi, dan stress akut yang lebih tinggi yang mungkin saja bertujuan untuk relaksasi sebagai pengobatan sendiri. Maka dari itu diperlukan berbagai dukungan juga strategi yang aman dan sehat untuk diajarkan

kepada lansia, pengasuh untuk memberikan dukungan kepada lansia.¹⁰

Pada penelitian W. Sepulveda tahun 2020 menunjukkan adanya efek negatif pada kesehatan mental selama isolasi sosial. Enam dari literature yang di review menunjukkan adanya peningkatan stress psikologis yang didefinisikan sebagai tingkat kecemasan yang lebih tinggi, depresi, kesepian dan kualitas tidur yang lebih buruk selama pembatasan jarak sosial/fisik pandemi Covid-19. Oleh karena itu, program multi komponen dengan latihan dan strategi psikologis sangat dianjurkan untuk populasi ini selama pembatasan isolasi sosial. Strategi kognitif berupa aktivitas fisik yang menggunakan aplikasi atau video online juga menjadi rekomendasi sebagai strategi dalam menghadapi pandemi dan meminimalisir gangguan kesehatan mental pada lansia.¹⁶

SIMPULAN

Lansia masih belum bisa beradaptasi dengan baik karena adanya pandemi Covid-19, seperti harus mengurangi pertemuan sosial, mengurangi aktivitas di luar rumah. Dukungan sosial dan emosional yang kurang sehingga berpengaruh pada kesehatan mental lansia, mereka merasa stress, cemas, sulit untuk tidur, hingga merasa kesepian karena jauh dari anak-anak, keluarga dan orang yang mereka cintai. Tapi ada juga beberapa lansia mereka sudah bisa melakukan koping strategi, tapi lebih banyak yang menunjukkan adanya pengaruh negatif dari pembatasan yang diberlakukan akibat pandemic Covid-19 karena lansia merupakan salah satu yang paling rentan dengan adanya pandemi ini.

Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dalam studi ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Horizon D, Ike H, City NY, Yorkers N, Sars T, Uk MH. The Mental Health Consequences of COVID-19 and Physical Distancing The

- Need for Prevention and Early Intervention. 2020;180(6).
2. Balkhair AA. Covid-19 pandemic: A new chapter in the history of infectious diseases. *Oman Med J*. 2020;35(2):2–3.
 3. Kelompok C-T, Di R. Pengaruh kebijakan. 2020;09(02):61–7.
 4. Rossi R, Socci V, Talevi D, Mensi S, Niolu C, Pacitti F, et al. COVID-19 Pandemic and Lockdown Measures Impact on Mental Health Among the General Population in Italy. *Front Psychiatry*. 2020;11(August):7–12.
 5. Zhou X, Snoswell CL, Harding LE, Bambling M, Edirippulige S, Bai X, et al. The Role of Telehealth in Reducing the Mental Health Burden from COVID-19. *Telemed e-Health*. 2020;26(4):377–9.
 6. Callow DD, Arnold-nedimala NA, Jordan LS, Pena GS, Won J, Woodard JL, et al. The Mental Health Benefits of Physical Activity in Older Adults Survive the COVID-19 Pandemic. 2020;10(October):1046–57.
 7. Februari N. *INDONESIAN JOURNAL OF COMMUNITY (Jurnal Keperawatan Komunitas)* Editorial Lindungi Lansia dari Covid-19. 2020;5(1):2020.
 8. Padilla S, Ph D, L PD, Rodriguez-jimenez R, Ph D. Mental Health in Elderly Spanish People in Times of COVID-19. 2021;10(October 2020):1040–5.
 9. Authority S. COVID-19 and mental health of older adults in the Philippines : a perspective from a developing country. 2021;(2020):1129–33.
 10. Robb CE, de Jager CA, Ahmadi-Abhari S, Giannakopoulou P, Udeh-Momoh C, McKeand J, et al. Associations of Social Isolation with Anxiety and Depression During the Early COVID-19 Pandemic: A Survey of Older Adults in London, UK. *Front Psychiatry*. 2020;11(September):1–12.
 11. van Tilburg TG, Steinmetz S, Stolte E, van der Roest H, de Vries DH. Loneliness and Mental Health During the COVID-19 Pandemic: A Study Among Dutch Older Adults. *Journals Gerontol Ser B*. 2020;XX(Xx):1–7.
 12. Bergman YS, Cohen-Fridel S, Shrira A, Bodner E, Palgi Y. COVID-19 health worries and anxiety symptoms among older adults: The moderating role of ageism. *Int Psychogeriatrics*. 2020;32(11):1371–5.
 13. Krendl AC, Perry BL. Older Adults' Experience of the COVID-19 Pandemic: A Mixed-Methods Analysis of Stresses and Joys. 2021;76(2):53–8.
 14. Ganz F, Torralba R, Oliveira D V. IMPACT OF SOCIAL ISOLATION DUE TO COVID-19 ON HEALTH IN OLDER PEOPLE : MENTAL AND PHYSICAL EFFECTS AND RECOMMENDATIONS. 2020;(27).
 15. Gustavsson J, Beckman L. Compliance to recommendations and mental health consequences among elderly in sweden during the initial phase of the covid-19 pandemic—a cross sectional online survey. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(15):1–10.
 16. Levkovich I, Shinan-Altman S, Essar Schwartz N, Alperin M. Depression and Health-Related Quality of Life Among Elderly Patients during the COVID-19 Pandemic in Israel: A Cross-sectional Study. *J Prim Care Community Heal*. 2021;12.