

## SURAT TUGAS

Nomor: 877-D/1310/FPsi-UNTAR/V/2021

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada :

Nama : Pamela Hendra Heng, SPd., M.P.H., M.A., Ph.D  
NIK/NIDN : 10710008/ 2325116201

Nama : Jessica Chandhika, M.Psi., Psikolog  
NIK/NIDN : 10718004 / 03050388002

Nama : Nurhayati Silalahi  
NIM : 705180014

Untuk melakukan Tugas Pengabdian kepada Masyarakat yang diselenggarakan pada :

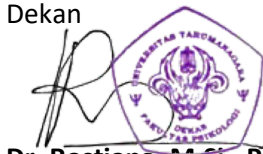
Hari / Tanggal : Selasa, 4 Mei 2021  
Tempat : Virtual Zoom Meeting  
Tema : Manajemen Stres pada Guru yang Mengajar Anak Berkebutuhan di masa Pandemi COVID-19  
Tingkat Penyelenggaraan : Nasional  
Status : **Narasumber**  
Penyelenggara : Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) Baru Merah, SLBN Batu Bara, SLB Kartini Batam, SLBN1 Kulon Progo Yogyakarta, SLBN Pembina Prov Kalimantan Timur

Melaporkan hasil penugasan kepada Pimpinan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, sesuai format laporan kegiatan perjalanan dinas, paling lambat 1 (satu) minggu setelah kegiatan selesai (Pasal 13 PUT No. 057 tentang Perjalanan Dinas).

Surat Tugas ini dibuat untuk dilaksanakan dengan sebaik-baik dan penuh rasa tanggung jawab.

4 Mei 2021

Dekan



**Dr. Rostiana, M.Si., Psikolog**

Tembusan:

1. Ketua Lembaga Sistem Informasi & Database
2. Ka. Unit PKM & Kejasama (Ibu Meiske Yunitthree, M.Psi., Psikolog)
3. Patrick N. Nicktow, S.Psi.

----



**PEMERINTAH PROVINSI MALUKU  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
SLB NEGERI BATU MERAH AMBON**

Alamat : Jl. Raya Kebun Cengkeh RT 003/08 Tanah Rata Ambon



**SURAT PERNYATAAN MITRA**

No. 08/SLBN-BM/III/2021

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Padil Sarip Mako, S. Si., M. Pd  
Jabatan : Plt. Kepala SLB N Batu Merah Ambon  
Alamat : Jl. Raya Kebun Cengkeh RT 003/08  
Tanah Rata Ambon

Menyatakan bersedia menjadi mitra dalam pelaksanaan kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) berupa seminar yang berjudul “Manajemen Stres pada Guru yang Mengajar Anak Berkebutuhan Khusus di Masa Pandemi COVID-19” di SLB Negeri Batu Merah Ambon. Seminar akan dilaksanakan secara online pada, Selasa, 13 April 2021, pukul. 14.00 Wib – selesai.

Tim yang akan melaksanakan kegiatan seminar adalah:

Nama Ketua Tim PKM : Pamela Hendra Heng, S.Pd., M.PH., M.A., Ph.D  
NIK. 10710008  
Anggota Tim : 1. Jessica Chandhika, M.Psi., Psi.  
NIDK. 0305038802  
2. Nurhayati Silalahi  
NIM. 705180014  
Perguruan Tinggi : Universitas Tarumanagara

Dengan ini, kami menyatakan dengan sebenarnya bahwa diantara SLB Negeri Batu Merah Ambon dan pelaksana kegiatan program tidak terdapat ikatan kekeluargaan dan usaha dalam wujud apa pun juga.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab tanpa ada unsur pemaksaan dalam pembuatannya dan untuk selanjutnya agar dapat digunakan sebagaimana mestinya

Ambon, 26 Maret 2021  
Plt. Kepala SLB N Batu Merah Ambon,



**Padil Sarip Mako, S. Si., M. Pd.**  
NIP. 198006202010011016

# Manajemen Stres pada Guru yang Mengajar Anak Berkebutuhan Khusus di Masa Pandemi COVID-19

Pembicara



Jessica Chandhika, M.Psi., Psikolog



Pamela Hendra Heng, S.Pd., M.P.H., M.A., Ph.D

Moderator

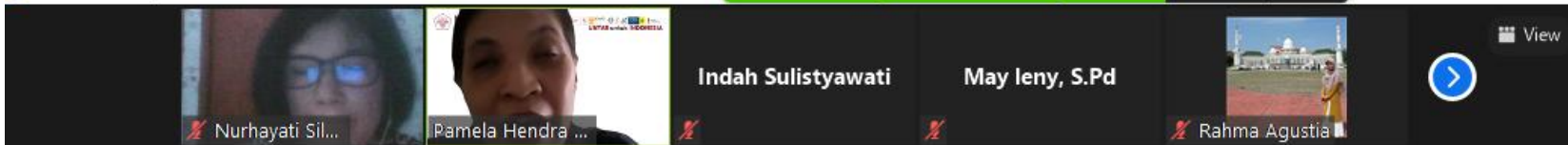
**Benefit: E-Sertifikat**



Nurhayati Silalahi

**Selasa, 4 Mei 2021. Pukul. 13.00 WIB**

**Link Pendaftaran: [bit.ly/PendaftaranGuruABK](https://bit.ly/PendaftaranGuruABK)**



### 3. TAHAP KELELAHAN

Tahap Kelelahan adalah tahap terakhir dari stres. Tahap ini ditandai dengan kelelahan, kecemasan, dan depresi. Ketiga hal ini dapat terjadi secara berurutan atau bersamaan.

- **Kelelahan ini umumnya disertai dengan kecemasan, mudah tersinggung, tegang dan amarah**
- **Kecemasan bukan hanya menghadapi faktor stres tetapi cemas yang tidak situasi normal.**
- **Depresi membuat orang itu tidak bermotivasi dan tidak menikmati kegiatan. Susah tidur,**

#### Participants (28)

Pamela Hendra Heng (Host)

Invite

Unmute Me

#### Chat

from me to everyone:

Mungkin masalah jaringan Pak di sana, karna di sini suara narasumber bias kita dengar dengan jelas. Semoga jaringannya bagus ya Pak.

bisa

To: Everyone

File

Type message here...

Leave

Unmute

Stop Video

Participants 28

Chat

Share Screen

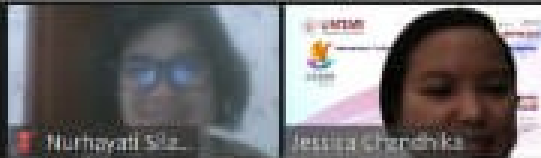
Record

Reactions



ENG

1:42 PM  
5/4/2021

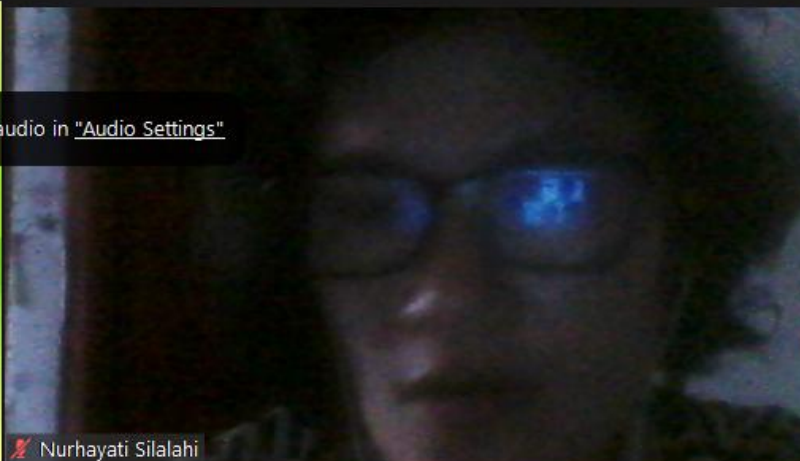


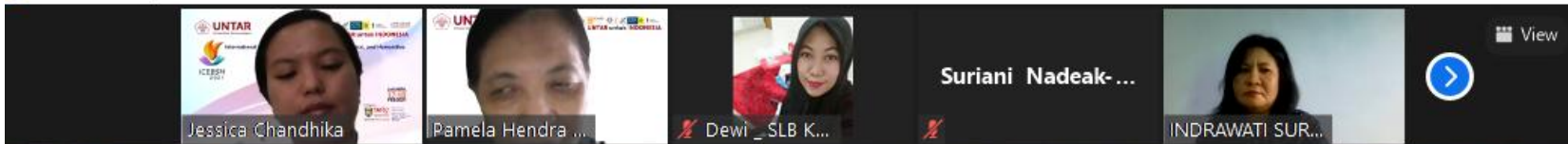
The main presentation slide features the UNTAR logo on the left, which includes a red pentagon with a white emblem and the text "UNTAR Universitas Tarumanagara". On the right, there is a row of accreditation logos including STARS, CPA, and others, followed by the text "UNTAR untuk INDONESIA". The background of the slide is white, and a large video of a woman is overlaid in the center.

Tamara Hendra Pang



Setup professional audio in "Audio Settings"

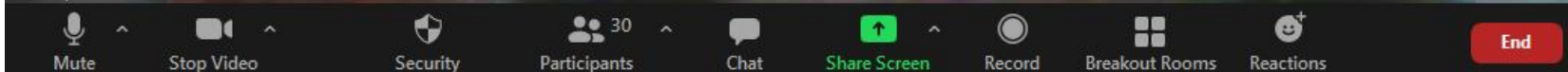




Remove Pin



Nurhayati Silalahi



### Participants (29)

Find a participant

- ML May leny, S.Pd
- MS Mira saimima.SLBN Batu Merah...
- NS Novi Soumokil Slb Batu Merah ...
- Padil S Mako
- PK Pattima kaplale

Invite

Mute All

...

### Chat

Baik Ibu...Terima kasih

From SLB-Lita Susanti,S.Pd, to Everyone:

link tidak bisa di buka

From ELPA LISKAR\_SLB KARTINI to Everyone:

bapak ibu buka kameranya

To: Everyone

File

...

Type message here...



ENG

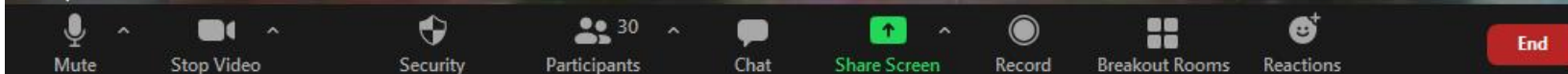
3:08 PM  
5/4/2021



Remove Pin



Nurhayati Silalahi



## Participants (29)

Find a participant

- ML** May leny, S.Pd
- MS** Mira saimima.SLBN Batu Merah...
- NS** Novi Soumokil SLB Batu Merah ...
- Padil S Mako
- PK** Pattima kaplale

Invite

Mute All

...

## Chat

Baik Ibu...Terima kasih

From SLB-Lita Susanti,S.Pd, to Everyone:

link tidak bisa di buka

From ELPA LISKAR\_SLB KARTINI to Everyone:

bapak ibu buka kameranya

To: Everyone

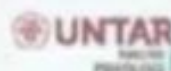
File

...

Type message here...

ENG

3:08 PM  
5/4/2021



# SERTIFIKAT

DIBERIKAN KEPADA

**Pamela Hendra Heng, S.Pd., M.P.H., M.A., Ph.D**

Atas partisipasinya sebagai:

**Narasumber**

**Seminar Virtual : Manajemen Stres pada Guru yang Mengajar Anak Berkebutuhan Khusus  
di Masa Pandemi COVID-19**

Yang dilaksanakan pada tanggal : 4 Mei 2021

Kepala SLB Negeri Batu Bara

Siti Maryam, S.Pd., M.Pd



**UNTAR**  
Universitas Tarumanagara



**UNTAR untuk INDONESIA**

E-ISSN: 2808-3199



Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat 2021

**PROSIDING**



**Seminar Nasional Hasil Penelitian dan  
Pengabdian kepada Masyarakat**

**"PENGEMBANGAN EKONOMI BANGSA  
MELALUI INOVASI DIGITAL HASIL PENELITIAN  
DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT"**

**21 Oktober 2021**

**SEKRETARIAT**

Lembaga Penelitian dan  
Pengabdian kepada Masyarakat  
Universitas Tarumanagara  
Jl. Letjend. S. Parman No.1  
Jakarta 11440

<http://senapenmas.untar.ac.id>



**Didukung Oleh:**



**DEWAN REDAKSI**

**PROSIDING  
SEMINAR NASIONAL HASIL PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
(SENAPENMAS) 2021  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

**ISSN:**

**Editor:**

Carla Olivia Doaly, S.T.M.T.

Dr. Eng Titin Fatimah, S.T., M.Eng.

Dr. Keni, S.E., M.M.

Ade Adhari, S. H., M.H.

**Editor Pelaksana:**

Wulan Purnama Sari, S.IKom., M.Si.

Nafiah Solikhah, S.T., M.T.

**Desain Sampul:**

Anny Valentina, S.Sn., M.Ds.

**Penerbit:**

Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM)

Universitas Tarumanagara

**Alamat Redaksi:**

Jln. Letjen. S. Parman No. 1 Kampus I UNTAR, Gedung M, Lantai 5 Jakarta Barat

Telp: 021-5671747, ext.215

Email: [dppm@untar.ac.id](mailto:dppm@untar.ac.id)

**HAK CIPTA**

©2021 Universitas Tarumanagara

## KOMITE ILMIAH

|                                        |                                      |
|----------------------------------------|--------------------------------------|
| Prof. Dr. Eko Sedyono                  | Universitas Kristen Satya Wacana     |
| Dr. Erwin Halim                        | Universitas Bina Nusantara           |
| Henry Candra, Ph.D.                    | Universitas Trisakti                 |
| Ignatius Agung Satyawan, Ph.D.         | Universitas Sebelas Maret            |
| Dr. James Julian, ST, M.T.             | UPN Veteran Jakarta                  |
| Dr. Julisar                            | Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Trisakti |
| Dr. L. V. Ratna Devi S.                | Universitas Sebelas Maret            |
| Dr. Lita Tyesta A.L.W., S.H. M.Hum     | Universitas Diponegoro               |
| Dr. Puji Lestari Suharso               | Universitas Indonesia                |
| Dr. Ir. Reda Rizal                     | UPN Veteran Jakarta                  |
| Dr. Retno Dyah Kusumastuti             | UPN Veteran Jakarta                  |
| Sri Lestari Wahyuningroem, MA, Ph.D    | UPN Veteran Jakarta                  |
| Dr. Weny Savitry Pandia Sembiring      | Universitas Katolik Atma Jaya        |
| Dr. Ir. Wibawa Prasetya, M.M.          | Universitas Katolik Atma Jaya        |
| Prof. Dr. Agustinus Purna Irawan       | Universitas Tarumanagara             |
| Prof. Dr. Carunia Mulya Firdausy       | Universitas Tarumanagara             |
| Prof. Leksmono Suryo Putranto, Ph.D.   | Universitas Tarumanagara             |
| Prof. Mella Ismelina F Rahayu          | Universitas Tarumanagara             |
| Dr. Ahmad Redi                         | Universitas Tarumanagara             |
| Dr. dr. Arlends Chris, S.Ked, MSi.     | Universitas Tarumanagara             |
| Dr. Eddy Supriyatna Mz                 | Universitas Tarumanagara             |
| Dr. Ir. Endah Setyaningsih             | Universitas Tarumanagara             |
| Dr. Ir. Fermanto Lianto, M.T.          | Universitas Tarumanagara             |
| Dr. Fransisca Iriani R Dewi            | Universitas Tarumanagara             |
| Harto Tanujaya, Ph.D.                  | Universitas Tarumanagara             |
| Dr. Hetty Karunia Tunjungsari          | Universitas Tarumanagara             |
| Jap Tji Beng, Ph.D.                    | Universitas Tarumanagara             |
| Dr. Keni                               | Universitas Tarumanagara             |
| Lina, Ph.D.                            | Universitas Tarumanagara             |
| Dr. dr. Meilani Kumala                 | Universitas Tarumanagara             |
| Dr. Rasji                              | Universitas Tarumanagara             |
| Dr. Riris Loisa                        | Universitas Tarumanagara             |
| Sri Tiatri, Ph.D.                      | Universitas Tarumanagara             |
| Dr. Eng. Titin Fatimah                 | Universitas Tarumanagara             |
| dr. Velma Herwanto, SpPD, PhD, FINASIM | Universitas Tarumanagara             |

## **STEERING COMMITTEE DAN PANITIA PELAKSANA SENAPENMAS 2021**

### **Pelindung**

Prof. Dr. Agustinus Purna Irawan, S.T., M.T., I.P.M., ASEAN Eng. (Rektor Universitas Tarumanagara)  
Dr. Rasji, S.H., M.H. (Wakil Rektor I Universitas Tarumanagara)

### **Penanggung Jawab**

Jap Tji Beng, Ph.D. (Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat)

### **Pengarah**

Sri Tiatri, Ph.D., Psi. (Fakultas Psikologi)  
Dr. Fransisca Iriani R. Dewi, M.Si. (Fakultas Psikologi)  
Dr. Ir. Endah Setyaningsih, M.T. (Fakultas Teknik)  
Dr. Hetty Karunia Tunjungsari, S.E., M.Si. (Fakultas Ekonomi dan Bisnis)

### **Ketua**

Nafiah Solikhah, S.T., M.T. (Fakultas Teknik)

### **Sekretaris**

Wulan Purnama Sari, S.IKom., M.Si. (Fakultas Ilmu Komunikasi)

### **Bendahara**

Mei Ie, S.E., M.M. (Fakultas Ekonomi dan Bisnis)

### **Sie Makalah**

Carla Olivia Doaly, S.T., M.T. (Fakultas Teknik)  
Dr. Eng Titin Fatimah, S.T., M.Eng. (Fakultas Teknik)  
Dr. Keni, S.E., M.M. (Fakultas Ekonomi dan Bisnis)  
dr. Velma Herwanto, SpPD, PhD, FINASIM (Fakultas Kedokteran)  
Ade Adhari, S. H., M.H. (Fakultas Hukum)  
Ir. Budhi Martana, M.M. (Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta)  
M. Ikhsan Amar, S.Gz. M.Kes (Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta)  
Sri Hapsari Wijayanti., S.S., M.Hum. (Unika Atma Jaya Jakarta)

### **Sie Acara**

Nadia Rahma Lestari, S.T., M.Sc. (Fakultas Teknik)  
Henny, S.E., M.Si., Ak., BKP., CA. (Fakultas Ekonomi dan Bisnis)  
Dra. Rodhiah, M.M. (Fakultas Ekonomi dan Bisnis)

### **Sie Publikasi & Website**

A.R. Johnsen F. (Fakultas Teknologi Informatika)

### **Sie Disain**

Anny Valentina, S.Sn., M.Ds. (Fakultas Seni Rupa dan Desain)

### **Sie Sponsorship & Co-Host**

Herlina Budiono, S.E., M.M. (Fakultas Ekonomi dan Bisnis)

### **Sie Dokumentasi**

Agustinus Yulianto (PSB)

## DAFTAR ISI

|                                                                |      |
|----------------------------------------------------------------|------|
| SAMPUL DEPAN .....                                             | i    |
| HALAMAN JUDUL .....                                            | ii   |
| DEWAN REDAKSI .....                                            | iii  |
| KOMITE ILMIAH .....                                            | iv   |
| STEERING COMMITTEE DAN PANITIA PELAKSANA SENAPENMAS 2021 ..... | v    |
| KATA PENGANTAR .....                                           | vi   |
| DAFTAR ISI .....                                               | viii |

### **ABDIMAS**

#### PELATIHAN PEMBUATAN *HAND SANITIZER* OTOMATIS DENGAN *TRANSISTOR SWITCHING*

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| Meirista Wulandari dan Suraidi ..... | 1-8 |
|--------------------------------------|-----|

#### PELATIHAN KONSEP PEMASARAN DALAM RANGKA OPTIMALISASI PEMASARAN PRODUK KHAS TAMIYANG

|                                                                                                         |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Henky Lisan Suwarno, Yolla Margaretha, Chandra Kuswoyo,<br>Rully Arlan Tjahjadi, Allen Kristiawan ..... | 9-16 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|

#### STRATEGI *COPING* DALAM MENGELOLA DAMPAK PSIKOLOGIS PANDEMI PADA MASYARAKAT PERKOTAAN

|                      |       |
|----------------------|-------|
| Rahmah Hastuti ..... | 17-24 |
|----------------------|-------|

#### PENTINGNYA MENGETAHUI PERBEDAAN HARGA POKOK PENJUALAN PERUSAHAAN DAGANG DAN MANUFAKTUR

|                                            |       |
|--------------------------------------------|-------|
| Sofia Prima Dewi dan Jocevina Angela ..... | 25-34 |
|--------------------------------------------|-------|

#### PELATIHAN STRATEGI PEMASARAN *ONLINE* DALAM RANGKA OPTIMALISASI PEMASARAN PRODUK KHAS TEMIYANG

|                                                                         |       |
|-------------------------------------------------------------------------|-------|
| Yolla Margaretha, Asni Harianti, Nur, Maya Malinda, Andre Sunjaya ..... | 35-42 |
|-------------------------------------------------------------------------|-------|

#### EDUKASI GAYA KEPEMIMPINAN TRANSFORMASIONAL TERHADAP BUDAYA KERJA BAGI OSIS SMK MUTIARA BANGSA TIGA

|                                                                             |       |
|-----------------------------------------------------------------------------|-------|
| Herlina Budiono, Steven, Vanessa Angelica Budiono dan Yosafat Raymond ..... | 43-50 |
|-----------------------------------------------------------------------------|-------|

#### PEMBERDAYAAN KELUARGA DALAM PENGONTROLAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI PADA MASA PANDEMIK COVID-19 DI PUSKESMAS LIMO DEPOK

|                                                                           |       |
|---------------------------------------------------------------------------|-------|
| Mila Citrawati, Citra Ayu Aprilia, Yanti Harjono dan Diana Agustini ..... | 51-56 |
|---------------------------------------------------------------------------|-------|

#### PELATIHAN MENDENGAR AKTIF UNTUK GURU DI SEKOLAH NON-FORMAL X

|                                          |       |
|------------------------------------------|-------|
| Serly Oktavia, Margaretha Purwanti ..... | 57-66 |
|------------------------------------------|-------|

#### IMPLEMENTASI SISTEM INFORMASI PENGGAJIAN KEPEGAWAIAN

**BERBASIS WEBSITE PADA KANTOR DESA SUKAMEKAR BEKASI JAWA  
BARAT**

Zyad Rusdi, Wasino, Chairisni Lubis, Jeanny Praganta ..... 67-74

**PENINGKATAN PERAN REMAJA DI SMAN 1 BEKASI  
DALAM OPTIMALISASI *NEW NORMAL* MELALUI DESAIN INFOGRAFIS  
PROGRAM VAKSINASI**

Sri Wahyuningsih, Agneta Irmarahayu, Mila Citrawati ..... 75-80

**SAUNG BAMBU KOMPOSIT DENGAN SAMBUNGAN PELAT BUHUL**

Widodo Kushartomo, Henny Wiyanto, Dewi Linggasari, Arianti Sutandi ..... 81-88

**ASSESSMENT PENELUSURAN KARIR AKADEMIK BERDASARKAN  
KESESUAIAN PERSEPSI BAKAT DAN MINAT DI SEKOLAH MENENGAH  
ATAS KANAAN JAKARTA**

Debora Basaria dan P.Tommy.Y.S.Suyasa ..... 89-98

**PEMBINAAN USAHA MANDIRI BAGI ANGGOTA KOPERASI BINA CIPTA  
USAHA DI DESA LEMBANG, KECAMATAN LEMBANG, KABUPATEN  
BANDUNG BARAT**

I Gede Adiputra ..... 99-106

**PENINGKATAN PENGETAHUAN MENGENAI PEMANFAATAN PLATFORM  
DIGITAL DALAM MENJALANKAN USAHA UMKM JAMBI**

Viny Christanti M. .... 107-118

**PENGUNAAN SOSIAL MEDIA DALAM MENINGKATKAN USAHA UMKM  
JAMBI DI TENGAH PANDEMI**

Viny Christanti M. .... 119-128

**IMPLEMENTASI SISTEM INFORMASI PENGGAJIAN KEPEGAWAIAN  
BERBASIS WEBSITE PADA KANTOR DESA SUKAMEKAR BEKASI JAWA  
BARAT**

Zyad Rusdi, Wasino, Chairisni Lubis, Jeanny Praganta ..... 129-136

**PENCEGAHAN DAN PENANGGULANGAN PERKAWINAN ANAK BAGI  
REMAJA DAN KARANG TARUNA KELURAHAN LIMO  
KOTA DEPOK**

Kayus Kayowuan Lewoleba, Mulyadi, Satino, Liva Wadillah ..... 137-144

**PENINGKATAN PENGETAHUAN PETERNAK TERHADAP PENYAKIT DAN  
KEBUNTINGAN KELINCI DI KELOMPOK TERNAK SUMBER REJEKI KOTA  
KEDIRI**

Mubarak Akbar, Efi Rokhana, Diah Arie ..... 145-154

**PENDAMPINGAN PENYUSUNAN LAPORAN KEUANGAN PADA UMKM  
BERDASARKAN SAK EMKM PADA UD. BUDI SUKSES MANDIRI**

|                                                                                                                    |         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Herni Kurniawati, Fanny Andriani Setiawan, Vidyarto Nugroho, Aurelia Winetha Halim .....                           | 155-162 |
| <b>PENINGKATAN PEMAHAMAN KEPADA CALON JAKSA TERHADAP KEBIJAKAN HUKUM PIDANA DI BIDANG LINGKUNGAN HIDUP</b>         |         |
| Ade Adhari, Neysa Tania, Hans Poliman .....                                                                        | 163-170 |
| <b>PELATIHAN ADMINISTRASI DAN KEUANGAN BUMDES MAKMUR ANUGERAH LESTARI KOTA CIOMAS BOGOR – JAWA BARAT</b>           |         |
| Irmawaty, Mailani Hamdani, Deni Surpto, Kurnia Endah Riana, Faridah Iriani .....                                   | 171-178 |
| <b>PELATIHAN ACCOUNTING SOFTWARE BAGI KARYAWAN WIRA MANDIRI MAKMUR</b>                                             |         |
| Michelle Kristian dan Antonius S .....                                                                             | 179-182 |
| <b>MEMBINA HUBUNGAN YANG POSITIF ANTARA GURU DAN SISWA DI MASA PANDEMI DI PKBM X, BOGOR</b>                        |         |
| Hana Talita Margijanto dan Margaretha Purwanti .....                                                               | 183-190 |
| <b>PENGENALAN DASAR KEWIRAUSAHAAN BERBASIS PASAR SASARAN BAGI SISWA KELAS X SMA TARSISIUS I JAKARTA</b>            |         |
| Louis Utama, Calista Devana Suandi , Chandra Purnama dan Dimas Pratama .....                                       | 191-196 |
| <b>PELATIHAN SENSOR PASSIVE INFRA RED PADA APLIKASI LAMPU PENERANGAN UNTUK SISWA SMA CANDLE TREE</b>               |         |
| Suraidi .....                                                                                                      | 197-202 |
| <b>PEMAHAMAN HIBAH DAN WASIAT SEBAGAI ALTERNATIF PENGELOLAAN HARTA PERKAWINAN KEPADA PELAYANAN KELUARGA EMAUS</b>  |         |
| Benny Djaja dan Crusita Laurensia .....                                                                            | 203-210 |
| <b>EDUKASI PEMAHAMAN HUKUM KESEHATAN DAN PENCEGAHAN PENULARAN COVID-19 DI KLINIK CAHAYA KEMANG KABUPATEN BOGOR</b> |         |
| Isniani Ramadhani,Putra Sang Fajar,Erna Harfiani,Ratna Puspita .....                                               | 211-220 |
| <b>PENYUSUNAN LAPORAN KEUANGAN</b>                                                                                 |         |
| Merry Susanti dan Benita Anastasia .....                                                                           | 221-226 |
| <b>PERMASALAHAN PINJAMAN ONLINE PADA MASA PANDEMI COVID-19</b>                                                     |         |
| Ida Kurnia, Alexander Sutomo, Cliff Geraldio .....                                                                 | 227-234 |
| <b>PELATIHAN PHOTOSHOP UNTUK PEMBUATAN LAPORAN PADA WORD DAN POWER POINT DI SMA TARSISIUS II JAKARTA</b>           |         |
| Meirista Wulandari dan Suraidi .....                                                                               | 235-240 |
| <b>PENYUSUNAN LAPORAN ARUS KAS DENGAN METODE LANGSUNG</b>                                                          |         |
| Liana Susanto dan Kent Jonathan .....                                                                              | 241-246 |

|                                                                                                                                                                                                                       |         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| <b>TESTIMONIE VERSUS DEFAMATION : EDUKASI BATASAN PENCEMARAN<br/>NAMA BAIK DAN PENDAPAT KONSUMEN DALAM MARKETPLACE</b><br>Putri Purbasari Raharningtyas Marditia dan Yasyfa Silmianra Hafizha .....                   | 247-254 |
| <b>ANGGARAN SEBAGAI ALAT PERENCANAAN DAN PENGENDALIAN PADA<br/>PT FELIXINDO RUBBER BERKARYA</b><br>Susanto Salim dan Raisa Frederika .....                                                                            | 255-262 |
| <b>PENERAPAN MESIN PENIRIS MINYAK (SPINNER) UNTUK<br/>MENINGKATKAN PRODUKSI ABON LELE DI DESA SAMPORA</b><br>Linda Wijayanti, Budi Kartadinata, Anthon de Fretes, Kumala Indriati, Brilliant<br>Nicolas Budiman ..... | 263-270 |
| <b>TETAP BERUSAHA YANG TERBAIK DI MASA PANDEMI MELALUI<br/>PENERAPAN STRATEGI KOPING</b><br>P. Tommy Y. S. Suyasa, Yenike Margaret Isak, Pramdigdy Sasliandri Priantama .....                                         | 271-278 |
| <b>EDUKASI MENGENAI ANEMIA DEFISIENSI BESI BAGI REMAJA PUTRI<br/>DENGAN MEDIA LEAFLET</b><br>Angelita Afina Arif Putri, Amirah Salwa, Utami Wahyuningsih .....                                                        | 279-288 |
| <b>PELATIHAN GURU SEKOLAH DASAR UNTUK MEMBANGUN<br/>KOMUNIKASI EFEKTIF DENGAN ORANG TUA SELAMA PEMBELAJARAN<br/>JARAK JAUH</b><br>Carolina Dindy Dwi Miranti dan Agustina Hendriati .....                             | 289-298 |
| <b>PELATIHAN KADER DALAM MELAKUKAN KONSELING SEDERHANA<br/>SEBAGAI DUKUNGAN SOSIAL UNTUK MENGELOLA POJOK CURHAT</b><br>Evin Novianti <sup>1</sup> , Diah Ratnawati <sup>2</sup> , Duma Lumban Tobing .....            | 299-306 |
| <b>KESADARAN KUALITAS PEDAGANG KAKI LIMA DI MASA PANDEMIK</b><br>Kartika Nuringsih dan Edalmen .....                                                                                                                  | 307-314 |
| <b>PEMAPARAN MANFAAT E-COMMERCE UNTUK MEMBANTU KEGIATAN<br/>USAHA PARA PELAKU UMKM DI KOTA JAMBI</b><br>Novario Jaya Perdana, Desella Chandra, Alivia Fitriani Amanto .....                                           | 315-320 |
| <b>EDUKASI ASPEK KEAMANAN DAN PENGENDALIAN DATA GUNA<br/>MEMBANGUN LITERASI DIGITAL BAGI PELAKU UMKM</b><br>F.X. Kurniawan Tjakrawala dan Jamaludin Iskak .....                                                       | 321-330 |
| <b>EDUKASI HIPERTENSI PADA LANSIA DI KELURAHAN PASIR PUTIH,<br/>DEPOK, JAWA BARAT</b><br>Hesti Pembayun, Sintha Fransiske S., Siti Badriah .....                                                                      | 331-340 |
| <b>PELATIHAN PEMBUKUAN UMKM DI DESA SAMPORA</b><br>Melisa Mulyadi, Kumala Indriati, Wibawa Prasetya, Sandra Octaviani, Fransiska                                                                                      |         |

|                                                                                                                        |         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Anna .....                                                                                                             | 341-346 |
| PENYULUHAN PENCEGAHAN <i>STUNTING</i> PADA IBU BADUTA DI<br>WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS PASIR PUTIH                   |         |
| Hana Nabila N. , Sintha Fransiske S., dan Siti Badriah .....                                                           | 347-352 |
| ALTERNATIF <i>VARIABLE COSTING</i> SEBAGAI PENENTUAN HARGA PRODUK<br>PADA IWAI CAKE & BAKERY                           |         |
| Linda Santioso .....                                                                                                   | 353-362 |
| CEGAH <i>STUNTING</i> PADA ANAK MELALUI GERAKAN IBU SADAR 1000<br>HPK                                                  |         |
| Rokhaidah, Chandra Tri Wahyudi, Lima Florensia .....                                                                   | 363-370 |
| PENGOLAHAN BUDI DAYA RUMPUT LAUT MENJADI AGAR-AGAR<br>KERTAS UNTUK MITRA TANI DESA LONTAR                              |         |
| P.J.Suranto, W.Sulistiyawati, S.Ginting .....                                                                          | 371-380 |
| EDUKASI KADER KESEHATAN DALAM PENGELOLAAN PASIEN<br>DIABETES MELITUS PADA MASA PANDEMIC COVID-19                       |         |
| Santi Herlina, Duma Lumban Tobing, Evin Novianti .....                                                                 | 381-386 |
| PENGEMBANGAN DESA WISATA DI DESA MOJOREJO, KECAMATAN<br>KARANGMALANG, KABUPATEN SRAGEN                                 |         |
| Agung Satyawan, Addin Kurnia Putri, Andriko Sandria, Bintang Indra Wibisono,<br>Lukman Fahmi, Rezza Dian Akbar .....   | 387-392 |
| <b>MANAJEMEN STRES PADA GURU YANG MENGAJAR ANAK<br/>BERKEBUTUHAN KHUSUS DI MASA PANDEMI COVID-19</b>                   |         |
| Pamela Hendra Heng <sup>1</sup> , Jessica Chandhika <sup>2</sup> , Nurhayati Silalahi .....                            | 393-400 |
| JAJAN CENIL (JAGA JANIN DENGAN CEGA ANEMIA IBU HAMIL) PADA<br>MASA PANDEMI COVID-19 DI KELURAHAN PASIR PUTIH DEPOK     |         |
| Sintha F Simanungkalit, Ikha Deviyanti Puspita, A'immatul Fauziah .....                                                | 401-406 |
| PENDAMPINGAN BIOKONVERSI SAMPAH ORGANIK MELALUI<br>BUDIDAYA MAGGOT DAN LELE di KAMPUNG BARU, DESA SAMPORA<br>TANGERANG |         |
| Wibawa Prasetya, Yanto, Christine Natalia, Agustinus Silalahi .....                                                    | 407-416 |
| EDUKASI DAN MITIGASI GEMPA PADA BANGUNAN                                                                               |         |
| Daniel Christiano, Sunarjo Leman, Alvira Nathania Tanika, Maria Kevinia Sutanto,<br>Vryscilia Marcella .....           | 417-422 |
| PENDAMPINGAN PEMANFAATAN GEOGEBRA DALAM<br>MENGEKSPLORASI KARAKTERISTIK GRAFIK FUNGSI KUADRAT                          |         |

## SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR

Mochamad Abdul Basir, Mohamad Aminudin, Nila Ubaidah, Imam Kusmaryono ..... 423-428

## PELATIHAN KEMAMPUAN *PUBLIC SPEAKING* DI SMAN 100 JAKARTA

Septia Winduwati dan Lusya Savitri Setyo Utami ..... 429-436

## MEMILIH PROGRAM STUDI DI PERGURUAN TINGGI BERBASIS POTENSI SISWA

Sarwo Edy Handoyo dan Herlin Tundjung Setijaningsih ..... 437-446

## PENERAPAN PEMBELAJARAN *ONLINE* INTERAKTIF MENGENAI TEKNIK INFORMATIKA DAN MULTIMEDIA KEPADA SISWA SMA KALAM KUDUS JAKARTA

Darius Andana Haris, Carlene Lim, Natalicia Margatan ..... 447-454

## PELATIHAN MESIN PENIRIS BAGI PENGRAJIN JAMU TRADISIONAL DI TANJUNG DUREN GROGOL JAKARTA BARAT

Sobron Lubis, Silvester Lam, Alifya Putri Askolani, Silvi Ariyanti ..... 455-464

## PENERAPAN HIDUP SEHAT MELALUI PENYULUHAN OLAHRAGA DALAM KEHIDUPAN SEHARI HARI

Susy Olivia Lontoh dan Yemima Graciela ..... 465-470

## JURNAL AKUNTANSI PADA PERUSAHAAN DAGANG

Sufiyati dan Carol Gandawidjaja ..... 471-476

## PENGATURAN MENGENAI SATWA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN POTENSI PANDEMI DI MASA DEPAN

Suwinto Johan ..... 477-486

## Pengenalan Akuntansi Berdasarkan SAK EMKM kepada Siswa-Siswi SMA Kristen Almasih

Widyasari dan Vanessa Jonathan ..... 487-494

## PENGETAHUAN PAJAK KEPADA SISWA-SISWI SMA KRISTEN ALMASIH

Nataherwin dan Elyn Mareni ..... 495-502

## ASUPAN GIZI SEIMBANG TINGKATKAN IMUNITAS TUBUH SAAT PANDEMI COVID-19

Alexander Halim Santoso dan Sung Chian ..... 503-508

## PELATIHAN PENERAPAN METODE FIFO DALAM MENILAI PERSEDIAAN KEPADA SISWA-SISWI SMA HARAPAN JAYA

Yanti dan Timothy Brian Kurniawan ..... 509-514

## MENCEGAH PENULARAN TB PARU DI MASA PANDEMI COVID-19 BAGI PENGUNJUNG PUSKESMAS LEGOK, TANGERANG, BANTEN

|                                                                                                                                    |         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Ernawati, Andreas Adiwinata Then, Irwan Surya Angkasa, Kevina Liora, Yuli Nursela .....                                            | 515-522 |
| <b>PELATIHAN PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN BERBASIS <i>LEARNING MANAGEMENT SYSTEM</i> BAGI GURU DI ERA PENDIDIKAN JARAK JAUH</b> |         |
| Muhammad Rif'an, Ermi Media's, Aulia Sabrina, Siska Lestari .....                                                                  | 523-528 |
| <b>PELATIHAN AKUNTANSI PERPAJAKAN PADA CV AMADEUS JAYA MAKMUR</b>                                                                  |         |
| Viriany, Monica Agatha, Kinaya Arung Laby .....                                                                                    | 529-536 |
| <b>SOSIALISASI PPH UMKM BAGI ANAK REMAJA DI JAKARTA BARAT</b>                                                                      |         |
| Yuniarwati dan Andrian .....                                                                                                       | 537-544 |
| <b>PENGELoAAN DIRI DI MASA PANDEMI PADA USAHA MIKRO, KECIL, DAN MENENGAH (UMKM)</b>                                                |         |
| Roswiyani Roswiyani dan Jennifer Amanda .....                                                                                      | 545-552 |
| <b>KEGIATAN MENGASAH KEMAMPUAN <i>PUBLIC SPEAKING</i> DAN PRESENTASI <i>ONLINE</i> PADA MAHASISWA UNIVERSITAS TARUMANAGARA</b>     |         |
| Roswita Oktavianti .....                                                                                                           | 553-558 |
| <b>MENINGKATKAN PENDAPATAN MASYARAKAT SAAT PANDEMI MELALUI PENATAAN PASAR TRADISIONAL (PASAR BSI, BOGOR TIMUR)</b>                 |         |
| JM. Joko Priyono Santoso, Yuwono .....                                                                                             | 559-568 |
| <b>ANALISIS BIAYA PT. ARTHA TRIMITRA EXPOTAMA</b>                                                                                  |         |
| Henryanto Wijaya, Ivana Michellin, Christopher Elihu Billy Morgan, Kelly Rich .....                                                | 569-574 |
| <b>PELATIHAN PENYUSUNAN LAPORAN KEUANGAN PERUSAHAAN DAGANG SISWA SMA KATOLIK St. KRISTOFORUS</b>                                   |         |
| Agustin Ekadjaja, Natasha Claudia Darmawan, Amelya .....                                                                           | 575-582 |
| <b><i>SEARCH ENGINE OPTIMIZATION – SUB-MODUL KEYWORD PLANNER: DIGITAL MARKETING</i> UNTUK ORGANISASI NIR-LABA</b>                  |         |
| Julisar, Dicky Supriatna, Ian Nurpatra Suryawan .....                                                                              | 583-592 |
| <b>PELATIHAN PENYUSUNAN JURNAL PENYESUAIAN PERUSAHAAN DAGANG</b>                                                                   |         |
| Rosmita Rasyid, Cyndy Sutanto, Shannen Evelyn Yacub .....                                                                          | 593-598 |
| <b>PELATIHAN PENDIDIKAN KARAKTER BAGI GURU-GURU MELALUI METODE <i>CODING</i> BERBASIS <i>STEAM</i></b>                             |         |
| Meiske Yunitree Suparman, Ninawati, dan Kurnia Setiawan .....                                                                      |         |

|                                                                                                                                                                                                                                                               |         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
|                                                                                                                                                                                                                                                               | 599-604 |
| PENINGKATAN KESADARAN “SINDROM SARANG KOSONG”:<br>MENJEMBATANI KESENJANGAN ORANG TUA DENGAN REMAJA<br>Anastasia Dina Renata, Clarissa Febiola Pangestu, Etheldreda Videntes Stellam<br>Hermawan, Kelsent Jusan, Vanissa Thalia, Yohana Ratrin Hestyanti ..... | 605-612 |
| KANKER PARU, FAKTOR RISIKO DAN PENCEGAHANNYA<br>Sony Sugiharto, Rahel Abigael Putri Sabatini Simanjuntak, Olivia Larissa .....                                                                                                                                | 613-620 |
| PENINGKATAN PENGETAHUAN KESEHATAN MELALUI EDUKASI<br>PENATALAKSANAAN KEGAWATDARURATAN<br>Alya Dwiana, Decven Angela, Agnes Marcella .....                                                                                                                     | 621-626 |
| PENINGKATAN PENGETAHUAN KESEHATAN MELALUI EDUKASI<br>RESUSITASI JANTUNG PARU<br>David Limanan, Elizabeth Katherine Tanzil, Erick Giofransisco Tenis .....                                                                                                     | 627-632 |
| PELATIHAN DAN PEDAMPINGAN PELAKSANAAN <i>BASIC LIFE SUPPORT</i><br>DI KALANGAN REMAJA<br>Triyana Sari, Raynold Kaisar Gusti, Jihan Putri Allyssa .....                                                                                                        | 633-638 |
| PEMBERDAYAAN CIVITAS AKADEMIKA PERGURUAN TINGGI UNTUK<br>MEMBERIKAN SANTUNAN KE PANTI ASUHAN DI JAKARTA<br>Richard Andrew dan Michelle Claudia .....                                                                                                          | 639-646 |
| PENYULUHAN KESEHATAN REHABILITASI MEDIK PASCA COVID 19<br>Tjie Haming Setiadi dan Tania Yumna Dzahabiyyah .....                                                                                                                                               | 647-654 |
| EDUKASI PENINGKATAN INFORMASI MENGENAI PENYAKIT HIPERTENSI<br>PADA MASA PANDEMI COVID-19<br>Novendy, Shynta Amelia, Wilson Kristianus, Susy Olivia Lontoh .....                                                                                               | 655-660 |
| PENINGKATAN PROMOSI KESEHATAN MELALUI EDUKASI<br>PENCEGAHAN PENYAKIT DEMAM BERDARAH<br>Enny Irawaty, Winnie Arnissa Chen, Gabriela Miracle .....                                                                                                              | 661-668 |
| PROGRAM EDUKASI KESEHATAN UNTUK PENINGKATAN<br>PENGETAHUAN TERKAIT PENYAKIT DEMAM BERDARAH<br>Ria Buana, Cindy Damara, Celine Cornelia .....                                                                                                                  | 669-676 |
| PENYULUHAN OLAHRAGA DAN AKTIVITAS FISIK DALAM PENGATURAN<br>TEKANAN DARAH PADA PANDEMI COVID-19<br>Susy Olivia Lontoh, Alvin Nur Zahra, Gracelya Esther Liwanto .....                                                                                         | 677-682 |
| PENINGKATAN PENGETAHUAN PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA MASA<br>PANDEMI COVID-19<br>Yoanita Widjaja, Winny Tjongarta, Windy Hazmi Fadhillah .....                                                                                                                  | 683-690 |

**UPAYA MENCIPTAKAN LINGKUNGAN TEMPAT KERJA SEHAT DAN  
BERSIH SELAMA MASA PANDEMI**

Susy Olivia Lontoh dan Yemima Graciela ..... 691-698

**EVALUASI TERHADAP FASILITAS PARKIR MOBIL DI BANDARA HALIM  
PERDANAKUSUMA UNTUK MENINGKATKAN KEPUASAN PENGGUNA**

Ni Luh Putu Shinta Eka Setyarini, Dewi Linggasari, Aniek Prihatiningsih, dan  
Rakhmat Thabroni ..... 699-710

**SOSIALISASI SKALA PSIKOLOGI “STRATEGI REGULASI EMOSI SIMTON  
DEPRESI-7 FAKTOR (SRED-7F)”**

Rita Markus Idulfilastri dan Siti Bahiyah ..... 711-718

**ALAT BANTU EDUKASI DAN INTERVENSI SEBAGAI UPAYA  
PERWUJUDAN INKLUSIVITAS BAGI ANAK DENGAN HIV DAMPINGAN  
DARI ORGANISASI SOSIAL KOMUNITAS X**

Ardelia Widyasti Putri Maharsi, Josephine Hendrianti, Monalysa Ginting, Vionny  
Damayanti Sirait dan Wenly Savitri Sembiring ..... 719-734

**PERHITUNGAN HARGA POKOK PENJUALAN DAN HARGA JUAL PRODUK  
UNTUK KEBERLANGSUNGAN UMKM DAPUR PIPIT, JAMBI**

Joyce A. Turangan ..... 735-742

**UPAYA PENGEMBANGAN KURIKULUM KEWIRAUSAHAAN DARI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA KEPADA PESERTA DIDIK  
SMA DON BOSCO PADANG, SUMATERA BARAT**

Lina Gozali, Felita Yulianti, Melynita Novita Pratama, Natalia Velony Putri  
Poppy Fransiska, Martinus Kiwan ..... 743-752

**MEMAHAMI PELANGGARAN HUKUM DAN KONSEKUENSINYA TERKAIT  
DENGAN PENYALAHGUNAAN NARKOTIKA BAGI SISWA SMAS KATOLIK  
YOS SUDARSO**

Ade Adhari, Glen Clifford Mambo Jr, Grace Bernadette Michelle ..... 753-758

**KONSEP PEMAKAIAN DAUR ULANG *GREY WATER* UNTUK KEPERLUAN  
MCK SEKOLAH**

Aniek Prihatiningsih, Inda Sumarli, Gregorius S. Sentosa. dan Alfred J. Susilo ..... 759-768

**SOSIALISASI MEDIASI SEBAGAI ALTERNATIF PENYELESAIAN  
SENGKETA MASYARAKAT DI KECAMATAN ANDIR, BANDUNG**

Mia Hadiati, Indah Siti Aprilia, dan Gracia Kamarov ..... 769-776

**PENGEMBALIAN PENDAHULUAN KELEBIHAN PAJAK SEBAGAI  
ALTERNATIF MEMBANTU *CASHFLOW* PT CONTINENTAL PANJIPRATAMA  
PADA MASA PANDEMI COVID-19**

Andreas Bambang Daryatno ..... 777-786

**MENGENALKAN RAGAM BENTUK KEKERASAN, SANKSI PIDANA DAN  
PENCEGAHANNYA MELALUI KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA  
MASYARAKAT**

Imelda Martinelli ..... 787-792

**PENYULUHAN DARING UNTUK PELAPORAN E-SPT WAJIB PAJAK ORANG  
PRIBADI DI KANTOR PELAYANAN PAJAK JAKARTA BARAT**

Hendro Lukman, Djeni Indrajati W, P.Helen Widjaja, Estralita T ..... 793-802

**PELAYANAN DAN ASISTENSI PENGISIAN SPT WAJIB PAJAK ORANG  
PRIBADI DI SEKITAR KAMPUS UNTAR**

Djeni Indrajati W, Estralita T ..... 803-810

**EDUKASI PERILAKU HIDUP SEHAT PADA LINGKUNGAN SEKOLAH**

Wati Asriningsih Pranoto, Gregorius Sandjaja S, Inda Sumarli, dan Alfred J. Susilo ... 811-822

**PENINGKATAN TATA KELOLA MAJALAH SEKOLAH SMAK IPEKA  
TOMANG**

Anny Valentina, Ruby Chrissandy ..... 823-830

**PEMBUATAN APLIKASI *ECOMMERCE* USAHA MIKRO KECIL DAN  
MENENGAH (UMKM) WAROENG BU DHEVI**

Dedi Trisnawarman, Muhammad Choirul Imam, Jaceline Chan dan Afina Putri  
Dayanti, Amalia Nurain ..... 831-836

**PETA WISATA DIGITAL MENUJU DESA CIMENYAN DESA WISATA AMAN  
PASCA PANDEMI**

Tika Novis Putri, Yolanda Azhar, Madani Geusanrumaksa ..... 837-848

**PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL DAN *MARKETPLACE* UNTUK PENJUALAN  
PRODUK UMKM**

Wasino ..... 849-854

**PELATIHAN PEMBELAJARAN MATEMATIKA BERBASIS IT DI SD  
XAVERIUS METRO LAMPUNG**

Clara Ika Sari Budhayanti dan Pricilla Anindyta ..... 855-868

**PENGENALAN DASAR-DASAR AKUNTANSI BAGI SISWA RUMAH  
BELAJAR MAHKOTA KASIH INSANI**

Henny Henny, Olivia Dorothea Husin ..... 869-874

**PERPUSTAKAAN NUSANTARA BANJAR WIJAYA**

Ida Puspitowati ..... 875-882

**BUDIDAYA SAYURAN DENGAN TEKNIK PERTANIAN VERTIKULTUR  
DEMI TERCIPTANYA KETAHANAN PANGAN RUMAH TANGGA DI LAHAN  
SEMPIT**

|                                                                                                                                                                                        |         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Risma Rusniati, Firzatulloh Irhab Kautsar, Ramadhina Nurdianti, Kusumaningdyah<br>Nurul Handayani .....                                                                                | 883-894 |
| MENINGKATKAN KEWIRAUSAHAAN MASYARAKAT MELALUI<br>PELATIHAN KETERAMPILAN PEMBUATAN KONEKTOR MASKER<br>DENGAN TEKNIK MAKRAE SERTA PEWARNAAN TAS/TOTE BAG<br>DENGAN TEKNIK <i>TIE DYE</i> |         |
| Muhammad Alvian Hakim, Rika Kurnia Wati, Yazlinda Aulia Maharani,<br>Kusumanindyah Nurul Handayani .....                                                                               | 895-904 |
| STRATEGI PENETAPAN HARGA DALAM MENINGKATKAN<br>PROFITABILITAS USAHA KONVEKSI KEMBANG MAS                                                                                               |         |
| Rodhiah, Leo Colin, Fadillah Akbar, Raden Mas .....                                                                                                                                    | 905-910 |
| PKM SEBAGAI <i>BRAND RECALL</i> UNTAR (STUDI KASUS WEBINAR SMA<br>KRISTEN KETAPANG III BOGOR)                                                                                          |         |
| Muhammad Adi Pribadi, Kyla Malicckha Putri Gunarso, Rahmi Meilani 915190249..                                                                                                          | 911-918 |
| SISTIM PERTANIAN TERPADU PETERNAKAN KAMBING DENGAN<br>LIMBAH HASIL PRODUKSI KOPI DI DESA TRIBUDISYUKUR LAMPUNG<br>BARAT                                                                |         |
| A. Analianasari, Dayang Berliana, Meinilwita Yulia, Eko Win Kenali .....                                                                                                               | 919-926 |
| PENGENALAN DASAR AKUNTANSI SERTA PERANAN PROFESI BAGI<br>MASA DEPAN SISWA/I SMA KRISTEN ALMASIH                                                                                        |         |
| Syanti Dewi, dan Anastasya .....                                                                                                                                                       | 927-934 |
| PROGRAM BAKTI KESEHATAN UNTUK LANSIA DI PANTI WERDHA<br>KRISTEN HANA                                                                                                                   |         |
| Noer Saellan Tadjudin, Ruth Brigitta Salim .....                                                                                                                                       | 935-942 |
| INOVASI PEMBELAJARAN SEKOLAH SEBAGAI UPAYA MENGURANGI<br><i>LEARNING LOSS</i> SELAMA PANDEMI                                                                                           |         |
| Endra Yuafanedi Arifianto, Pusvita Yuana, Ria Dewi Andriani , dan Triya Indra<br>Rahmawan .....                                                                                        | 943-952 |
| BAKTI KESEHATAN PADA LANJUT USIA DI SASANA TRESNA WERDHA<br>RIA PEMBANGUNAN CIBUBUR                                                                                                    |         |
| Noer Saellan Tadjudin, Ananda Putra .....                                                                                                                                              | 953-958 |
| PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI DIVERSIFIKASI PRODUK<br>OLAHAN IKAN LELE DI DESA CURUG, GUNUNG SINDUR, KABUPATEN<br>BOGOR                                                              |         |
| Budhi Martana, Reda Rizal, dan Muhammad Ikhsan Amar .....                                                                                                                              | 959-964 |
| PELATIHAN MITIGASI GIZI BENCANA MELALUI PEMBERDAYAAN IBU-<br>IBU PKK DIKELURAHAN PASIR PUTIH, KECAMATAN SAWANGAN,                                                                      |         |

DEPOK, JAWA BARAT

Ikha Deviyanti Puspita, Utami Wahyuningsih, Widayani Wahyuningtyas ..... 965-972

PERAN PSIKOEDUKASI TENTANG MOTIVASI TERHADAP KESADARAN  
BERPRESTASI SISWA DI PESANTREN

Hartini Laswandi ..... 973-978

PENCEGAHAN *BURNOUT* PADA KEGIATAN PEMBELAJARAN DARING DI  
LINGKUNGAN PELAJAR

Anastasia Ratnawati Biromo, Vera Ariani, Muhammad Rizal Permana ..... 979-984

PENINGKATAN KUALITAS BELAJAR DALAM MENGHADAPI  
PEMBELAJARAN DARING

Enny Irawaty, Evelin Maharani Widjaja, Juliana Sanjaya ..... 985-990

PENINGKATAN PEMAHAMAN JAKSA TERHADAP KEBIJAKAN HUKUM  
PIDANA DALAM MENANGGULANGI TINDAK PIDANA DI BIDANG  
PERTAMBANGAN

Ade Adhari, Neysa Tania dan Hans Poliman ..... 991-998

PELATIHAN KEWIRAUSAHAAN DALAM ERA *NEW NORMAL* KEPADA  
KARYAWAN PT MANDIRI UTAMA RUSLIM DI TANGERANG

Andi Wijaya ..... 999-  
1004

PEMASARAN MELALUI MEDIA *ONLINE* DI MASA PANDEMI PADA USAHA  
DAGANG PELUMAS DI BEKASI

Herman Ruslim ..... 1005-  
1010

UPAYA PELAKSANAAN DAN PEMANTAUAN KEJADIAN KIPI PADA  
PELAKSANAAN VAKSINASI COVID-19

Rebekah Malik, Dewi Indah, Djung Lilya Wati, Sari Mariyati Dewi dan Linda  
Budiarso ..... 1011-  
1016

PEMETAAN POTENSI DAN PENYUSUNAN PAKET WISATA DI  
KABUPATEN BANGKA SELATAN

Titin Fatimah, Rode Ayu Wahyuningputri, dan Revalino Tigor Hasudungan ..... 1017-  
1030

MENGAJAR MATEMATIKA TRIGONOMETRI DAN PENERAPANNYA  
DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI DI SMA TARAKANITA CITRA RAYA

Tri Sutrisno, Muhammad Choirul Imam, Michael Nathan, Lutfi Arifandi ..... 1031-  
1038

**PENELITIAN**

DAMPAK *UNIVERSITY ENVIRONMENT AND SUPPORT* PADA  
*ENTREPRENEURIAL INTENTION (STUDY KASUS: MAHASISWA SEMESTER  
TIGA)*

|                                                                                                                                                                                         |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Evelyn Lawrencia Wibowo, Sri Nathasya Br Sitepu .....                                                                                                                                   | 1039-1048 |
| KOMPENSASI, LINGKUNGAN KERJA, DAN PROMOSI JABATAN SEBAGAI<br>PREDIKTOR TERHADAP KEPUASAN KERJA KARYAWAN<br>Hannes Widjaya, Herlina Budiono, Hendra Wiyanto, Frederica Dharmawan .....   | 1049-1058 |
| PROFIL IKLAN SUSU FORMULA SEBAGAI PRODUK PENGGANTI ASI<br>YANG DIMUAT PADA MAJALAH KEDOKTERAN<br>Michelle Ruth Natalie, Wiyarni Pambudi .....                                           | 1059-1068 |
| PENGARUH UU ITE TERHADAP KEBEBASAN BEREKSPRESI DI MEDIA<br>SOSIAL<br>Vonny Kristanti Kusumo, Ie Lien Risey Junia, Yuwono Prianto, Tatang Ruchimat .....                                 | 1069-1078 |
| FAKTOR YANG MEMPENGARUHI <i>RETURN</i> SAHAM DENGAN KEBIJAKAN<br>DIVIDEN SEBAGAI MODERASI PADA PERUSAHAAN MANUFAKTUR<br>Ardiansyah Rasyid, Rini Tri Hastuti, Najaa Aliyah Santoso ..... | 1079-1084 |
| PENEGAKAN HUKUM TERHADAP TINDAK PIDANA PENIMBUNAN OBAT-<br>OBATAN TERAPI COVID-19<br>Marian, Stella, Tatang Ruchimat .....                                                              | 1085-1094 |
| PEMANFAATAN OBAT TRADISIONAL PENANGKAL PENULARAN COVID-<br>19<br>Cindy Cintya Lauren, Cindy, Della Kristiani, Jeane Neltje Saly .....                                                   | 1095-1102 |
| PRO DAN KONTRA TENAGA KERJA ASING MASUK KE INDONESIA DI<br>TENGAH PANDEMI COVID-19<br>Yuwono Prianto, Nabila Annisa Fuzain, Afif Farhan .....                                           | 1103-1110 |
| KENDALA PENEGAKAN HUKUM TERHADAP <i>CYBER CRIME</i> PADA MASA<br>PANDEMI COVID-19<br>Yuwono Prianto, Nabila Annisa Fuzain, Afif Farhan .....                                            | 1111-1118 |
| PENGATURAN HUKUM POSITIF INDONESIA TENTANG INVESTASI<br>BODONG ( <i>FOREX ILEGAL</i> )<br>Lie Natanael, Cindy Cintya Lauren, Della Kristina, Tatang Ruchimat .....                      | 1119-1126 |
| SENGKETA INDONESIA DAN TIMOR LESTE TERKAIT PERJANJIAN<br>PERBATASAN MARITIM<br>Ida Kurnia, Alexander Sutomo, Cliff Geraldio .....                                                       | 1127-1134 |
| PERLINDUNGAN KONSUMEN TERHADAP BISNIS BUKU BAJAKAN<br>SECARA <i>ONLINE</i><br>Khalisha Adela Morris, Cindy Juliana, Emanuel Bryan, Rahaditya .....                                      | 1135-1144 |

|                                                                                                                                                                                                                                          |               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| WIRAUSAHAWAN DAN <i>ÜBERMENSCH</i> : BERGURU PADA NIETZSCHE<br>Urbanus Ura Weruin .....                                                                                                                                                  | 1145-<br>1154 |
| PENGARUH DIVERSITAS JENDER DAN UKURAN DEWAN TERHADAP<br><i>DIVIDEND PAYOUT</i><br>Herni Kurniawati, Fanny Andriani Setiawan .....                                                                                                        | 1155-<br>1162 |
| ANALISIS KONTEN DUKUNGAN MENYUSUI PADA KONDISI PANDEMI<br>COVID-19 MELALUI PLATFORM SOSIAL MEDIA<br>Angelica Joanna Charity Kamalo, Wiyarni Pambudi .....                                                                                | 1163-<br>1168 |
| RANCANG BANGUN SISTEM <i>MONITORING</i> AIR IRIGASI BERBASIS<br><i>INTERNET OF THINGS</i> PADA POMPA AIR BERTENAGA SURYA<br>Muhammad Afnan Habibi, Bagus Prastyo, Aldo Zulfikar Asror Zulkarnain, Faj'run<br>Ni'am, Bunga Hidayati ..... | 1169-<br>1178 |
| CARUT MARUT PENEGAKAN HUKUM TERHADAP TINDAK PIDANA<br>KORUPSI<br>Stefany Ismantara, Raden Ajeng Diah Puspa Sari, Cecilia Elvira, Dr. Rahaditya, S.H.,<br>M.H. ....                                                                       | 1179-<br>1188 |
| KAJIAN PENEGAKAN HUKUM TERHADAP TINDAKAN PENGANIAYAAN<br>HEWAN DAN EKSPLOITASI SATWA LANGKA<br>Stefany Ismantara, Raden Ajeng Diah Puspa Sari, Cecilia Elvira, Prof. Dr. Jeane<br>Netlje Sally, S.H. M.H. ....                           | 1189-<br>1198 |
| PENYALAHGUNAAN APBD OLEH PARA PEJABAT PUBLIK SAAT<br>PANDEMI COVID-19<br>Yuwono Prianto, Marian, Stella .....                                                                                                                            | 1199-<br>1208 |
| PENGARUH <i>INFLUENCER MARKETING</i> DAN <i>VIRAL MARKETING</i><br>TERHADAP KEPUTUSAN PEMBELIAN BITTERSWEET BY NAJLA<br>Muhammad Miftahul Fathurrahman, Diana Triwardhani, Jenji Gunaedi Argo .....                                      | 1209-<br>1218 |
| PENGARUH HARGA DAN KUALITAS PRODUK TERHADAP LOYALITAS<br>PELANGGAN KARTU SELULER TELKOMSEL MELALUI KEPUASAN<br>PELANGGAN<br>Muhammad Rikza Fauzi Syahmi, Rosali Sembiring Colia, Edi Warman .....                                        | 1219-<br>1230 |
| IMPLEMENTASI UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 18<br>TAHUN 2013 TERHADAP PRAKTIK PEMBALAKAN LIAR ( <i>ILLEGAL<br/>LOGGING</i> )<br>Angela Kezia, Angelica Monica Fortunata, dan Putri Claudia Victoria .....                        | 1231-<br>1242 |
| EFEK PENULARAN COVID-19 BAGI USAHA MIKRO KECIL (UMK)<br>PERSPEKTIF UNDANG-UNDANG CIPTA KERJA<br>Stephanie PD, Enjelina S, Natasha OA, Jeane Netlje Sally .....                                                                           | 1243-         |

1252

**MENGELABORASI HUKUM POSITIF TERTULIS INDONESIA MENGATUR  
STARTUP**

Stephanie PD, Natasha OA, Enjelina S, Ahmad Redi ..... 1253-  
1262

**ASPEK HUKUM PELAKSANAAN VAKSINASI COVID-19 DI INDONESIA**

Stephanie PD, Enjelina S, Angelica MF, Imelda Martinelli ..... 1263-  
1270

**PERLINDUNGAN HUKUM TERHADAP PELAKU UMKM KULINER DI  
KABUPATEN BEKASI**

Bella Ftria Ariyanti, Ranissa Sekar Elaies, Allya Putri Yuliyani, Jeane Neltje Saly .... 1271-  
1278

**PERSPEKTIF MENGENAI PATROLI SIBER SEBAGAI PENEGAK HUKUM DI  
MEDIA SOSIAL**

Cindy, Lidya Imelda Rachmat, Yahya Abdi Nugroho, Tatang Ruchimat ..... 1279-  
1286

**TANGGUNG JAWAB OTORITAS JASA KEUANGAN (OJK) TERHADAP  
PEMBERANTASAN PINJAMAN ONLINE ILEGAL**

Cicelly Chiesa Kurniawan, Sanny Nuyessy Putri, Zahra Alsabilah, Abdul Gani  
Aabdullah ..... 1287-  
1292

**PENGARUH KEPUASAN KERJA, LOYALITAS KARYAWAN DAN  
KEMAMPUAN KARYAWAN TERHADAP KEINGINAN KARYAWAN UNTUK  
PINDAH KERJA PADA KOPERASI 212 MART DI KOTA TANGERANG**

M. Tony Nawawi, Sanny Ekawati ..... 1293-  
1300

**SIMULASI SISTEM PEMANTAUAN DAN PENGATURAN SUHU SECARA  
REAL TIME MENGGUNAKAN HUMAN MACHINE INTERFACE**

Budi Kartadinata, Melisa Mulyadi, Linda Wijayanti, Theresia Ghozali, Ryan Joe  
Arve ..... 1301-  
1310

**PENGARUH 4P GREEN MARKETING MIX TERHADAP KEPUASAN  
PELANGGAN BLOOMKA SKINCARE**

Mila Dwi Astuti, Miguna Astuti, Dienni Ruhjatini Sholihah ..... 1311-  
1338

**PENGARUH INFLUENCER MARKETING DAN BRAND AWARENESS  
TERHADAP KEPUTUSAN PEMBELIAN STREET BOBA**

Kelvin Yohanes, Suharyati, Ediwarman ..... 1339-  
1352

**PERANAN NEGARA TERHADAP PENETAPAN HARGA ALAT KESEHATAN  
DETEKSI COVID – 19 PADA MASA PANDEMI**

Hamzah Haikal Riziq Alwi Alatas, Ferdinand Nicholas, Maria Cecilia Nugroho,  
Imelda Martinelli ..... 1353-  
1360

**PEMAKNAAN DAN PENGALAMAN SEBAGAI TRANSGENDER**

Rosalina, Anindya Dewi Paramita, Evanytha ..... 1361-  
1370

**STRATEGI PENGELOLAAN DESTINASI PARIWISATA BERBASIS  
KOMUNITAS PASCA PANDEMI COVID19**

Suharsono, A.Y. Agung Nugroho, Alfonso Harrison ..... 1371-  
1384

**PERLINDUNGAN HUKUM TERHADAP NARAPIDANA LGBT DI LEMBAGA  
PEMASYARAKATAN MENURUT KONSEPSI HAK ASASI MANUSIA**

Dianita Halim, Tundjung Herning Sitabuana ..... 1385-  
1392

**RELIGIOSITAS DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS KAUM REMAJA DI  
ERA PANDEMI**

Raja Oloan Tumanggor, Agoes Dariyo ..... 1393-  
1400

**PERANCANGAN ALAT UJI DEFLEKSI BATANG KANTILEVER FLEKSIBEL**

Ferli Adinata, Asnawi Lubis, Anang Ansyori, Tumpal Ojahan R ..... 1401-  
1406

**PENGARUH *WORD OF MOUTH* TERHADAP KEPERCAYAAN KONSUMEN  
DALAM BERBELANJA SECARA *ONLINE***

Kartika Imasari Tjiptodjojo, Surya Setyawan, Henky Lisan Suwarno, Yolla  
Margaretha ..... 1407-  
1412

**RANCANG BANGUN ALAT PENDINGIN CABAI SISTEM *TUBULAR HEATER*  
DENGAN MEMANFAATKAN ENERGI SURYA**

Rio Irfansah, Asnawi Lubis, Anang Ansyori, Tumpal Ojahan R. .... 1413-  
1422

**PERLINDUNGAN HUKUM ATAS PRAKTIK PUNGUTAN LIAR DI KANTOR  
PELAYANAN PUBLIK**

Shintamy Nesyicha Syahril, Tundjung Herning Sitabuana ..... 1423-  
1428

**PENGARUH PSIKOEDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN INKLUSIVITAS  
PADA ANAK-ANAK DI YAYASAN PANTI ASUHAN Z**

Agnes Nugrawati Salim, Atalya Debora, Farica Tanojo, Srian Siahombing, Sylvia  
Dewi Suryaganda, Weny Savitry S. Pandia ..... 1429-  
1438

**PENGARUH KECUKUPAN MODAL, RISIKO DAN EFISIENSI TERHADAP  
KINERJA KEUANGAN BANK SEBELUM DAN MASA PANDEMI COVID-19**

Rosmita Rasyid, Herni Kurniawati ..... 1439-  
1450

**MEMINIMASI PEMBOROSAN DENGAN *LEAN MANUFACTURING* PADA  
PROSES PRODUKSI DI PT. IE**

Ahmad, Helena JK, Andrean Yonathan ..... 1451-  
1460

**BAKAT, MOTIVASI, HAMBATAN DAN HARAPAN MAHASISWA  
MENJADI *ENTREPRENEUR***

Jonbi, Jeanne Nadia Ingrida, A.R. Indra Tjahjani dan Wita Meutia ..... 1461-  
1468

**PENGARUH KECUKUPAN MODAL, RISIKO DAN EFISIENSI TERHADAP**

|                                                                                                                                                                                                                                         |               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| KINERJA KEUANGAN BANK SEBELUM DAN MASA PANDEMI COVID-19<br>Rosmita Rasyid, Herni Kurniawati .....                                                                                                                                       | 1469-<br>1476 |
| PERANCANGAN SISTEM INFORMASI BERBASIS APLIKASI DENGAN<br>METODE <i>COSTUMER RELATIONSHIP MANAGEMENT</i> (CRM) PADA<br><i>BARBERSHOP</i> (STUDI KASUS: SIAN BARBERSHOP)<br>Marsellinus Bachtiar, Edwin Steven Togar Marnaek .....        | 1477-<br>1488 |
| PRINSIP DASAR PENERAPAN HUKUMAN DISIPLIN TERHADAP PEGAWAI<br>NEGERI SIPIL<br>Prista Alisa Ramadhani, Tundjung Herning Sitabuana .....                                                                                                   | 1489-<br>1496 |
| ASPEK KEPASTIAN HUKUM PENDIRIAN PERSEROAN UMK MENURUT UU<br>NO.11 TAHUN 2020 TENTANG CIPTA KERJA<br>Marcelino Dennis Lesmana, Nelssen Alessandro, Sancarlous .....                                                                      | 1497-<br>1502 |
| PERSEPSI PELANGGAN TERHADAP MANFAAT KEGIATAN <i>CREATING<br/>SHARED VALUE</i> DAN KEBERLANJUTAN USAHA PT UNILEVER INDONESIA<br>TBK<br>Henny Henny, Olivia Dorothea Husin .....                                                          | 1503-<br>1512 |
| GAMBARAN PENGETAHUAN RESUSITASI JANTUNG PARU PADA<br>DEWASA MUDA<br>David Limanan, Susy Olivia Lontoh .....                                                                                                                             | 1513-<br>1518 |
| RAPID <i>ENVIRONMENTAL IMPACT ASSESSEMNT</i> (REA) DALAM<br>MENENTUKAN PROGRAM PEMANFAATAN LIMBAH <i>EUCALYPTUS</i> DAN<br>PEMULIHAN COVID-19<br>Ika Bayu Kartikasari, Intan Josefin Purba, Irin Annisa Evitayani, Annisa Nadhilah .... | 1519-<br>1528 |

## MANAJEMEN STRES PADA GURU YANG MENGAJAR ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI MASA PANDEMI COVID-19

Pamela Hendra Heng<sup>1</sup>, Jessica Chandhika<sup>2</sup>, Nurhayati Silalahi<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara  
Surel: pamelah@fpsi.untar.ac.id

<sup>2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara  
Surel: jessica@fpsi.untar.ac.id

<sup>3</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara  
Surel: nurhayati.705180014@stu.untar.ac.id

### ABSTRACT

*The COVID-19 pandemic has brought many changes to the world of education, including among teachers of Children with Special Needs (ABK). In addition to the fear of the spread of COVID-19 which is increasing every day, ABK teachers are faced with conditions that force them to make difficult adjustments. Most teachers with special needs complain that there are many challenges, namely the lack of training and application of online learning, especially during teaching where the teacher communicates with hand and mouth movements, often the movements are late in the video so that the special needs children often misunderstand which can lead to difficulties in teaching. In addition, the daily activities of teachers also face a big challenge in doing work from home with limited or inadequate facilities and distractions of family members who are around them. This creates potential stress for ABK teachers. For this reason, stress management and time management are an effort of the Tarumanagara University Community Service (PKM) team given to ABK teachers. The targets of this PKM are ABK teachers from five special schools (SLB), namely SLB A in Yogyakarta, SLB B in Ambon, SLB C in Batu Bara, SLB D in Batam, and SLB E in East Kalimantan. During the implementation of psychoeducation, the pre-test and post-test methods were given to 24 ABK teachers. The measuring instrument used in the test is The Perceived Stress Scale (PSS), 10 items made by Sheldon Cohen (1983) and the time management measurement tool is the Time Management Questionnaire (TMQ), 11 items made by Britton and Tesser (1991). The results show that the stress level of ABK teachers is at a low level, while time management is at a high level. Furthermore, there was an increase in the stress level of ABK teachers and there was a decrease in the level of time management of ABK teachers during the pre-test and post-test.*

**Keywords:** COVID-19 pandemic, stress management, time management

### ABSTRAK

Pandemi COVID-19 membawa banyak perubahan terhadap dunia pendidikan, termasuk di kalangan guru Anak Berkebutuhan Khusus (ABK). Di samping ketakutan akan penularan COVID-19 yang meningkat setiap hari, para guru ABK dihadapkan dengan kondisi yang memaksa mereka untuk melakukan penyesuaian yang tidak mudah. Kebanyakan guru ABK mengeluh banyak tantangan yakni kurang pelatihan dan penerapan pembelajaran *online*, khusus pada saat pengajaran berlangsung dimana guru berkomunikasi dengan gerakan tangan dan mulut, sering gerakannya terlambat dalam video sehingga ABK sering salah mengerti yang dapat mengakibatkan kesulitan dalam mengajar. Selain itu aktivitas para guru sehari-hari juga mendapat tantangan yang besar melakukan *work from home* dengan fasilitas yang terbatas atau kurang memadai, dan distraksi anggota keluarga yang berada di sekitarnya. Hal ini menimbulkan potensi stres terhadap guru ABK. Untuk itu, manajemen stres dan manajemen waktu menjadi sebuah upaya tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Universitas Tarumanagara yang diberikan kepada para guru ABK. Target sasaran PKM ini adalah guru ABK yang berasal dari lima Sekolah Luar Biasa (SLB) yaitu SLB A di Yogyakarta, SLB B di Ambon, SLB C di Batu Bara, SLB D di Batam, dan SLB E di Kalimantan Timur. Saat pelaksanaan psikoedukasi, metode pre-test dan post-test diberikan kepada 24 guru ABK. Alat ukur yang dipakai pada test tersebut adalah *The Perceived Stress Scale* (PSS), 10 butir yang dibuat oleh Sheldon Cohen (1983) dan alat ukur manajemen waktu adalah *Time Management Questionnaire* (TMQ), 11 butir yang dibuat Britton dan Tesser (1991). Hasil menunjukkan stres yang dimiliki guru ABK berada pada tingkat rendah, sementara manajemen waktu berada pada tingkat yang tinggi. Selanjutnya, terdapat peningkatan pada tingkat stres guru ABK dan terdapat penurunan pada tingkat manajemen waktu guru ABK selama pre tes dan pos tes.

**Kata Kunci:** pandemi COVID-19, manajemen stres, manajemen waktu.

## 1. PENDAHULUAN

*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2* (SARS-CoV-2) adalah sejenis virus yang sering disebut dengan COVID-19 (Yuki, Fujiogi, & Koutsogiannaki, 2020) dan menyebar pertama sekali di Wuhan, sebuah kota di negara Cina pada bulan Desember 2019 (Yang, Bin, & He, 2020). Penyebarannya sangat cepat ke berbagai negara hingga jumlah kasus di dunia per 31 Mei 2021 telah mencapai 171.006.182 (WHO, 2021) dan 1.803.361 diantaranya adalah kasus di Indonesia (Kemenkes RI, 2021). Atas pandemi COVID-19 ini, perubahan-perubahan besar di berbagai aspek kehidupan manusia terjadi. Pada aspek kesehatan, pemerintah di berbagai negara memberlakukan *social distancing* untuk mencegah penularan COVID-19 dari satu orang ke orang lain. Namun penerapan *social distancing* ini mengganggu rutinitas kehidupan sehari-hari manusia karena berdampak besar terhadap pendidikan dan bidang lain kehidupan manusia. Tidak sedikit sekolah ditutup sebagaimana laporan dari United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO dalam Lee, 2020) dimana lebih dari 90% (1,5 miliar) siswa tidak dapat melanjutkan pendidikannya akibat penutupan sekolah.

Ternyata dampak COVID-19 terhadap aspek pendidikan tidak hanya dirasakan oleh siswa akan tetapi juga para guru. Sebuah penelitian oleh Donitsa-Schmidt dan Ramot (2020) mengatakan sejumlah guru di Israel harus membuat keputusan cepat mengenai kurikulum dan silabus yang harus disesuaikan dengan keadaan pandemi COVID-19. Mereka harus membuat sistem pembelajaran jarak jauh dan tidak mengetahui kepastian sampai berapa lama pembelajaran jarak jauh ini berlangsung. Mereka dihadapkan pada alat teknologi yang memungkinkan mereka keluar dari zona nyaman regular mereka selama ini dan melibatkan siswa secara interaktif dan kolaboratif. Mereka harus berusaha meningkatkan keterampilan mengajar *online*, mencari bantuan pengembangan profesional untuk meningkatkan kecakapan teknis pedagogik, dan berupaya untuk menggunakan beragam alat pembelajaran. Oleh karena itu, mereka dipaksa oleh keadaan untuk membiasakan diri dengan manajemen pembelajaran dan platform digital yang disediakan oleh lembaga pendidikan. Sesungguhnya para guru ini sangat beruntung karena selain alat digital yang ditawarkan oleh lembaga, mereka juga menerima pelatihan bahkan tutorial pribadi untuk membantu mereka mempelajari alat terlebih dahulu. Hanya selama tiga minggu pertama mereka mengalami kendala, cemas, panik, dan penuh gejolak dalam beradaptasi dengan sistem pengajaran baru. Setelah itu mereka sudah merasa terbiasa, nyaman, dan kompeten dalam menggunakannya. Tidak semua guru seberuntung guru di Israel dalam menghadapi perubahan karena pandemi COVID-19 ini.

Di negara India, sekelompok guru merasa tidak puas dan kecewa atas sikap pemerintah yang hanya meliburkan para siswa, sementara guru harus kembali bekerja seperti biasanya yaitu hadir ke sekolah. Hal ini menciptakan dampak psikologis pada moral para guru sebab dari antara mereka terdapat beberapa guru senior yang sudah dikategorikan usia tua yang masuk pada kelompok rentan tertular COVID-19. Mereka dihantui oleh rasa cemas dan takut apabila kembali ke keluarga dan masyarakat. Itulah sebabnya para guru tersebut menyerukan kepada pemerintah India agar memikirkan cara bagaimana menyeimbangkan antara menjaga para guru tetap terlibat dalam bidang akademis tanpa membahayakan kehidupannya (Bhat et. al., 2020).

Terkait dengan kecemasan di masa pandemi COVID-19, sekelompok guru di negara Filipina juga mengalaminya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Talidong dan Toquero (2020) mengatakan bahwa kecemasan muncul disebabkan para guru tidak dapat melakukan hal-hal yang dulu mereka bisa lakukan karena sekarang gaya hidup mereka berubah selama pandemi COVID-19. Para guru juga merasa cemas terhadap keselamatannya dan orang yang mereka cintai seperti anak, ibu, ayah, dan keluarga. Kecemasan ini mempengaruhi gaya hidup mereka. Untuk mengatasi rasa cemas tersebut, mereka mencoba memiliki pandangan positif dalam hidup di tengah pandemi COVID-19. Mereka melakukan beberapa hal seperti selalu membawa alkohol disinfektan ketika mereka keluar rumah, membaca buku, menonton televisi, memasak, bermain

game mobile, tidur, dan berolahraga.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Smith (2020) ada 38% dari 35 guru ABK yang berasal dari kelompok Eropah Amerika, Afrika Amerika, dan Amerika Latin melaporkan dirinya frustrasi dan putus asa dengan kurangnya keterlibatan siswa maupun orang tua. Hal ini juga dipicu dengan para guru mengalami kesulitan dan tidak memiliki kemampuan yang memadai dalam memberikan layanan pendidikan khusus kepada anak didiknya dengan berkebutuhan khusus terutama bagi anak didik yang memiliki banyak disabilitas atau lebih signifikan. Demikian juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Hamilton et al. (2020) dimana guru kekurangan pelatihan teknologi dan sumber daya menghadapi banyak hambatan ketika mengajar siswa berkebutuhan khusus secara *online*.

Para guru di Indonesia pun tidak terlepas dari dampak dan perubahan yang diakibatkan oleh pandemi COVID-19. Dalam penelitian Rokhani (2020) menjelaskan bahwa guru Sekolah Dasar (SD) Dengkek 01 akhirnya membawa semua pekerjaannya dan dilakukan dari rumah. Beberapa dampak positif seperti merasa aman bekerja karena terhindar dari COVID-19, mengurangi biaya transportasi dari rumah ke sekolah, mereka juga mengalami dampak negatif, yaitu muncul rasa jenuh karena suasana yang monoton, kurang interaksi dengan guru yang lain dan juga peserta didik. Sebagian orang menyatakan kualitas proses pembelajaran *online* menurun, dan tidak fokus bagi peserta didik maupun guru saat kegiatan belajar mengajar, sebab adanya gangguan jaringan sistem dalam jaringan (*daring*) dan gangguan interaksi dengan anggota keluarga yang berada di sekitar mereka.

Berdasarkan CNN Indonesia (2020), seorang guru anak berkebutuhan khusus menjelaskan bahwa sangat sulit untuk mengajar jarak jauh selama masa pandemi COVID-19. Dirinya yang secara khusus menanganin murid yang mengalami *sensory processing disorder* yaitu kondisi yang mengakibatkan sulit merespons informasi yang masuk melalui pancaindra karena adanya hambatan pada otak. Berulang kali siswanya menolak untuk belajar di rumah, karena merasa tidak terbiasa dan berpikir bahwa belajar harus di sekolah. Perlu beberapa hari untuk membuat siswanya paham dengan kondisi yang ada. Belum lagi, kondisi kedua orang tua siswanya yang masih datang ke kantor untuk bekerja tidak dapat mendampingi setiap hari. Hal ini tentu membuat sang guru menjadi sangat cemas dan stress dengan kondisi yang dialaminya.

Berdasarkan informasi di atas, guru ABK memiliki potensi mengalami stres selama masa pandemi COVID-19.

### **Permasalahan Mitra**

Permasalahan mitra yakni SLB A Yogyakarta, SLB B Ambon, SLB C Batu Bara, SLB D Batam, dan SLB E Kalimantan Timur secara umum dapat dirumuskan sebagai berikut: (1) Terdapat guru yang mengeluh tentang kesulitan kegiatan mengajar belajar dengan anak berkebutuhan khusus mengalami selama masa pandemi COVID-19; (2) Terdapat permasalahan meningkatnya tuntutan yang dapat melampaui kemampuan guru ABK selama masa pandemi COVID-19. Selain *online*, mereka juga harus *home visit* ke rumah siswanya yang autis. Jadi baik *online* dan luar jaringan (*luring*) digunakan oleh guru ABK. Ini membuat waktu mereka banyak tersita. Ada sebagian siswa ABK yang mengharuskan tetap tatap muka. Contohnya siswa ABK dengan hambatan autis. Mereka tidak bisa mengikuti pembelajaran *online*. Ini keluhan ibu guru dari SLB Ambon (3) Terdapat kesulitan memenuhi kebutuhan persiapan mengajar dan kebutuhan keluarga karena keterbatasan waktu.

### **Solusi Mitra**

Dari kajian analisis di atas kebutuhan dari SLB A Yogyakarta, SLB B Ambon, SLB C Batu Bara, SLB D Batam, dan SLB E Kalimantan Timur, maka langkah-langkah penyelesaiannya sebagai berikut: (1) Pemberian psikoedukasi mengenai pemahaman dari stres pada guru ABK di

masa pandemi COVID-19 melalui manajemen stres dan manajemen waktu (2) Psikoedukasi ini dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan guru ABK dalam menghadapi stres di masa pandemi COVID-19 (3) Berdasarkan ketidakmampuan membagi waktu untuk tugas mengajar dan keluarga, maka tim PKM UNTAR memberi solusi melalui psikoedukasi manajemen waktu.

## 2. METODE PELAKSANAAN PKM

Metode pelaksanaan yang diusulkan adalah penyuluhan berupa psikoedukasi pada guru bahkan kepada kepala sekolah anak berkebutuhan khusus agar tercapainya maksud dan tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini. Pelaksanaan diawali dengan menghubungi kepala sekolah SLB B Ambon dan kepala sekolah SLB C Batubara untuk mengurus perizinan, mengurus persiapan kegiatan, pelaksanaan kegiatan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Alat ukur yang digunakan adalah berupa kuesioner, yang terdiri dari 2 alat ukur. Alat ukur pertama adalah *The Perceived Stress Scale* (PSS), yang terdiri dari 10 butir (Cohen, 1983) dengan menggunakan skala Likert 0 – 4, dari tidak pernah sampai sangat sering. Alat ukur ini unidimensional. Alat ukur yang kedua adalah *The Time Management Questionnaire* (TMQ) terdiri dari 11 butir dengan menggunakan skala Likert 1-4 dari sangat tidak setuju sampai sangat setuju. Alat ukur ini terdiri dari empat dimensi yaitu dimensi menentukan tujuan dengan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0.610, dimensi menyusun prioritas dengan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0.869, dimensi membuat jadwal dengan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0.937, dan dimensi meminimalisasi gangguan dengan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0.620. Total keseluruhan subyek berjumlah 24 orang guru ABK dengan usia di atas 20 tahun, terdiri dari 2 laki-laki dan 22 perempuan, berasal dari lima SLB yaitu SLB A di Yogyakarta, SLB B di Ambon, SLB C di Batu Bara, SLB D di Batam, dan SLB E di Kalimantan Timur.

Selama masa pandemi COVID-19, maka seminar maupun pengumpulan data dilakukan secara online. Penyebaran kuesioner yang berisi pengenalan diri peneliti, informed consent, alat ukur PSS dan alat ukur TMQ secara *online* melalui *google form* yang disebarluaskan melalui *Whatsapp* group partisipan yang telah dikoordinasikan dengan ke lima koordinator sebelum dan sesudah psikoedukasi diberikan.

Sebelum penyuluhan dilakukan, para peserta diberikan kuesioner *pre-test* untuk mengetahui pengetahuan mengenai persepsi stres manajemen waktu dan di masa pandemi COVID-19. Setelah penyuluhan peserta diberikan kuesioner *post-test* untuk mengetahui pengetahuan mengenai stres dan manajemen waktu di masa pandemi COVID-19 serta penanganannya. Akhir dari kegiatan ini ialah menghitung hasil selisih dari *pre-test* dan *post-test* untuk menilai efektifitas dari penyuluhan yang diberikan. Selanjutnya, laporan kegiatan dibuat dan jurnal ilmiah disiapkan untuk dapat dipublikasikan.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dalam bentuk Penyuluhan Psikoedukasi atau Seminar yang dilakukan secara daring dilaksanakan pada hari Selasa, 4 Mei 2021 melalui seminar daring dengan platform *Zoom Meeting*. Kegiatan disusun oleh panitia dengan susunan acara sebagai berikut:

- 13.00-13.15: registrasi peserta
- 13.15-13.25: pembukaan oleh MC
- 13.25-13.35: sambutan dari ketua tim PKM
- 13.35-14.00: pemaparan materi Stress
- 14.00-14.30: pemaparan materi Manajemen Stres
- 14.30-15.00: Tanya-jawab dan diskusi
- 15.00: Penutupan

Target peserta pada awal diharapkan 30 orang tetapi peserta yang hadir dalam psikoedukasi *online* sebanyak 42 guru dan kepala sekolah anak berkebutuhan khusus dari SLB A di Yogyakarta, SLB B di Ambon, SLB C di Batu Bara, SLB D di Batam, dan SLB E di Kalimantan Timur. Partisipan terdiri dari dua kategori yakni yang berusia: 20 - 40 tahun (54.2%), dan berusia > 40 tahun (45.8%). Jenis kelamin partisipan adalah laki-laki sejumlah 8.3% dan perempuan 91.7%. Jadi jenis kelamin partisipan terbanyak adalah perempuan. Ditinjau dari asal SLB, 8.3% dari SLB A Yogyakarta, 41.7 dari SLB B Ambon, 16.7% dari SLB C Batu Bara, 29.2% dari SLB D Batam, dan 4.2% dari SLB Kalimantan Timur. Partisipan dalam penelitian ini sejumlah 42 orang namun yang dapat diolah datanya hanya sejumlah 24 orang. *Hypothetical Mean Variable* Stres sebesar 2.5. Hasil *Empirical Mean* dimana *Hypothetical Mean* diketahui sebesar 2.5 dan *Empirical Mean* sebesar 1.2708 pada pre-test dan 1,4306 pada post-test, sehingga berarti gambaran stres guru ABK rendah. Namun jika dilihat pada hasil *Hypothetical Mean* dan *Empirical Mean* Manajemen Waktu, dimana *Hypothetical Mean* sebesar 3 dan *Empirical Mean* 4.1788 pada pre-test dan 3.9809 pada post-test, sehingga ini menunjukkan gambaran manajemen waktu guru ABK tinggi.

Analisa hasil atas pemberian penyuluhan berupa psikoedukasi ini didapatkan dari selisih antara nilai pre-test dengan nilai post-test yang diberikan kepada peserta.

Terdapat 1 buah pertanyaan mengenai pengetahuan peserta mengenai Stres dan 2 pertanyaan manajemen waktu. Dari hasil jawaban peserta seminar daring dilakukan penghitungan rerata dari setiap variabel yang dijelaskan baik dari hasil pre-test maupun hasil post-test. Berikut ini akan dijelaskan mengenai perbandingan nilai pre-test dan post-test setiap variabelnya seperti pada table 1.

Tabel 1. Hasil Perbandingan rerata nilai Pre-test dan Post-test Psikoedukasi

| Variabel                       | Pre-test | Post-test |
|--------------------------------|----------|-----------|
| Perceive Stress Scale          | 1.2708   | 1.4306    |
| Time Management Questionnaires | 4.1788   | 3.9809    |

Dari hasil perbandingan atas nilai pre-test dengan post-test untuk variabel Stres diketahui terdapat selisih 0.1598 poin. Dengan adanya selisih ini menunjukkan bahwa terdapat perubahan yakni adanya peningkatan pemahaman dari peserta mengenai Stres guru ABK kepada anak berkebutuhan khusus di masa pandemi COVID-19 ini. Stres dalam penyuluhan disampaikan dengan menjelaskan pengertian dari Stres, bentuk atau reaksi dari stres, faktor yang memengaruhi stres, dan materi mengenai Manajemen stres.

Untuk variabel *Time Management* pada guru Anak berkebutuhan khusus diketahui juga terdapat selisih hasil pre-test dengan hasil post-test. Diketahui adanya selisih sebesar 0.1979 poin dari post-test dengan pre-test, yang menunjukkan adanya penurunan pemahaman peserta mengenai manajemen waktu pada guru anak berkebutuhan khusus di masa pandemi COVID-19. Materi Manajemen Waktu anak berkebutuhan khusus di masa pandemi COVID-19 dijelaskan kepada peserta penyuluhan mencakup pengertian dari Manajemen Waktu yang kreatif, hambatan utama mengatur waktu, dan bagaimana cara mengatasi.

Menurut Mc Shane (dalam Septiwan, 2018) bahwa dalam menghadapi stres, seseorang sangat bergantung pada persepsi individu sendiri dan penyebab stres yang sama bisa jadi mengakibatkan dampak yang berbeda pada tiap individu. Walaupun secara statistik tidak terlalu besar signifikansinya, namun dari komentar kesan peserta bahwa pembahasan seminar itu mudah

diaplikasikan dan mereka merencanakan segera melakukan pada kehidupan mereka. Hasil penelitian Rochani (2019) mengatakan bahwa pelatihan manajemen stres mampu mereduksi tingkat stres guru selama masa adaptasi kebiasaan baru. Dengan demikian sejalan dengan komentar dari para guru ABK, maka psikoedukasi yang dilaksanakan oleh tim pengabdian kepada masyarakat dari UNTAR dapat dinyatakan berhasil memberikan wawasan dan pemenuhan kebutuhan peserta serta manfaat bagi para guru yang mengajar ABK di masa pandemi COVID-19.

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil analisa data yang dilakukan mengenai manajemen stres dan manajemen waktu guru ABK, maka dapat diambil kesimpulan bahwa stres guru ABK rendah dan manajemen waktu yang dimiliki guru ABK tinggi. Perbedaan pre-test dan post-test ditemukan pada hasil stres guru ABK maupun pada manajemen waktu guru ABK. Selanjutnya, hasil uji beda pre-test dan post-test berdasarkan demografi baik usia, jenis kelamin, dan asal SLB ditemukan bahwa tidak adanya perbedaan stres guru ABK. Demikian juga pada hasil uji beda manajemen waktu guru ABK bahwa tidak ditemukan perbedaan baik berdasarkan demografi maupun dimensi.

Manfaat yang diperoleh oleh para guru ABK sebagai peserta seminar adalah memiliki pengetahuan dan kemampuan dalam menghadapi stres di masa pandemi COVID-19. Para peserta mengungkapkan bahwa mereka mendapat banyak manfaat. Melalui psikoedukasi, mereka memiliki pemahaman yang baik dan benar tentang manajemen stres dan waktu serta termotivasi untuk segera menerapkannya. Mereka merasa bahagia dan bersyukur sebagai peserta karena topik dan materi psikoedukasi yang mereka terima sangat bermanfaat. Itulah sebabnya, mereka mengharapkan kegiatan psikoedukasi tetap dilaksanakan dengan topik-topik yang variatif dan dapat membantu para guru ABK dalam tugas-tugasnya sebagai pengajar.

Manfaat PKM telah memberikan pengayaan di bidang psikologi pendidikan tentang guru ABK tentang kondisi stres dan pemakaian waktu mereka. Selanjutnya, saran yang dapat diberikan kepada guru ABK agar mereka mempraktekan apa yang sudah mereka dapat dari psikoedukasi manajemen stres dan manajemen waktu dalam pekerjaan dan kehidupan mereka yang diharapkan akan berdampak positif untuk diri mereka, keluarga dan peserta didik. Selain itu, kepala sekolah dan pemerintah perlu memberikan dukungan dari sisi lain antara lain sarana prasarana yang memadai untuk kegiatan belajar mengajar guru ABK dengan peserta didiknya, hal yang berkaitan dengan kurikulum dan pelatihan untuk para guru ABK sehingga diharapkan kegiatan belajar mengajar dapat dioptimalkan dalam masa pandemi COVID-19.

Dari segi materi yang telah direncanakan cukup baik karena kedua materi tersampaikan dengan baik dan sesuai dengan waktu yang ditentukan. Kemampuan peserta dalam penguasaan materi seminar adalah sangat baik terbukti dengan beberapa pertanyaan, masukan, dan kesan para peserta. Maka secara keseluruhan kegiatan psikoedukasi dapat dikatakan berhasil karena tim PKM dari UNTAR dapat memberikan pemenuhan kebutuhan peserta guru yang mengajar ABK di masa pandemi COVID-19.

#### **Ucapan Terima kasih**

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua SLB yang telah menjadi mitra kami, dan para guru ABK yang terlibat dalam kegiatan psikoedukasi Manajemen Stres dan Manajemen Waktu. Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Universitas Tarumanagara, atas dukungan yang telah diberikan.

#### **REFERENSI**

Andriany, A. R., Pratiwi, A. M. A., & Pertiwi, M. (2021). Hubungan anatara subjective well-being dengan burnout pada guru anak berkebutuhan khusus selama pandemi COVID-19.

Syntax, 3(4).

- Aufar, A. F. (2020). Kegiatan relaksasi sebagai coping stress di masa pandemi COVID-19. *Kolaborasi Resolusi Konflik*, 2(2), 157-163.
- Bhat, R., Singh, V. K., Naik, N., Kamath, C. R., Mulimani, P., & Kulkarni, N. (2020). COVID 2019 outbreak: The disappointment in Indian teachers. *Asian Journal of Psychiatry*, 50, 102047. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102047
- Britton, B.K. & Tesser, A. (1991) Effects of time-management practices on college grades. *Journal of Educational Psychology*, 83, 3, 405-410.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396.
- CNN Indonesia. (2020). Corona dan dilema guru mengajar siswa berkebutuhan khusus. CNN Indonesia. <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20200421163541-20-495770/corona-dan-dilema-guru-mengajar-siswa-berkebutuhan-khusus>
- Donitsa-Schmidt, S., & Ramot, R. (2020). Opportunities and challenges: teacher education in Israel in the Covid-19 pandemic. *Journal of Education for Teaching*, 1–10. doi:10.1080/02607476.2020.1799708
- Hamilton, L. S., Kaufman, J. H., & Diliberti, M. (2020). Teaching and leading through a pandemic: Key findings from the American Educator Panel Spring 2020 COVID-19 Surveys.
- Hatmanti, N. M., & Septianingrum, Y. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik mahasiswa keperawatan.: Factors that Influence the Academic Stress of nursing students. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 5(1), 40- 46. <https://doi.org/10.33023/jikep.v5i1.217>
- Heng, P.H., Syahrini, R., & Silalahi, N. (2021). Description of quality of life of teachers for special needs students during the pandemic of COVID-19. Waiting for publication by Atlantis Press Publisher
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021, Februari 2). Situasi covid 19. <https://www.kemkes.go.id/>
- Lee, J. (2020). Mental effects of school closures during covid 19. *Journal of Child & Adolescent*, 4, 421.DOI: [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30109-7](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30109-7)
- Lumban Gaol, N. T. (2021). Faktor-faktor penyebab guru mengalami stres di sekolah. *Jurnal Educational Guidance and Counseling Development*, 17(28), 2615-8358.
- Marpaung, J. (2016) Counseling approach behavior rational emotive therapy in reducing stress. *Jurnal Kopasta*, 3, 23-31.
- Murphy, S. L., & McCaathy, C. J. (2016) Stress prevention and mindfulness: A psychoeducational and support group for teachers. <https://doi.org/10.1080/01933922.2016.1151470>
- Rochani. (2020). Pelatihan manajemen stress untuk mereduksi tingkat stress guru selama masa adaptasi kebiasaan baru. *Jurnal Horizon Pedagogia*, 1(2), 11-21
- Rokhani, C, T, S. (2020). Pengaruh work from home (WFH) terhadap kinerja guru SD negeri Dengkek 01 Pati selama masa pandemi covid. *Jurnal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 2716-4446. <https://ummaspul.e-journal.id/Edupsycouns/article/view/500/292>
- Septiawan, B. (2018) Analisa faktor penyebab dan manajemen stres pada kepala sekolah Bahrul Maghfiroh Malang. *Jurnal al-Hikmah*, 6(1), 36-45.
- Smith, C. (2020). Challenges and opportunities for teaching students with disabilities during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Multidisciplinary Perspectives in Higher Education*, 5(1), 167-173.
- Talidong, K. J. B., & Toquero, C. M. D. (2020). Philippine teachers' practices to deal with

- anxiety amid COVID-19. *Journal of Loss and Trauma*, 1–7. doi:10.1080/15325024.2020.1759225
- WHO. (2020, February 2). WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard. <https://covid19.who.int/>
- Yang, H., Bin, P., & He, A. J. (2020). Opinions from the epicenter: an online survey of university students in Wuhan amidst the COVID-19 outbreak1. *Journal of Chinese Governance*, 1– 15. doi:10.1080/23812346.2020.1745411
- Yuki, K., Fujiogi, M., & Koutsogiannaki, S. (2020). COVID-19 pathophysiology: A review. *Clinical Immunology*, 215, 1521-6616. <https://doi.org/10.1016/j.clim.2020.108427>