

HUBUNGAN PENGETAHUAN LANSIA TENTANG CORONAVIRUS DESEASE (COVID-19) DENGAN UPAYA PENCEGAHAN COVID-19 DI KELURAHAN LIMUS NUNGGAL WILAYAH KERJA PUSKESMAS LIMUSNUNGGAL SUKABUMI

Ady Waluya¹, Doni Dermawan²
^{1,2}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
adywaluya78@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi masih terjadinya penambahan kasus Covid-19 juga menyebabkan kematian khususnya pada lansia yang mempunyai penyakit komorbid. Data Puskesmas Limus Nunggal sampai dengan bulan Maret 2021 menyatakan bahwa ada 2 orang meninggal dari total 82 pasien yang terkonfirmasi di Kelurahan Limus Nunggal. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Lansia tentang Covid-19 dengan Upaya Pencegahan Covid-19. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Upaya pencegahan Covid-19 merupakan segala bentuk tindakan dalam mencegah tertular atau terhindar dari penyakit Covid-19. Jenis penelitian ini menggunakan studi korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini 832 dengan sampel berjumlah 269 lansia. Cara pengambilan sampel menggunakan teknik Cluster Random Sampling. Analisis hipotesis menggunakan analisis Chi Square. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pengetahuan lansia dengan kategori baik, dan sebagian besar lansia melakukan upaya pencegahan Covid-19. Hasil uji Chi Square didapatkan P-Value 0,000 sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan antara pengetahuan lansia dengan upaya pencegahan Covid-19 dengan nilai P-Value < 0,05, maka Ho ditolak. Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan lansia dengan upaya pencegahan Covid-19 sehingga hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam upaya peningkatan program kesehatan masyarakat melalui promosi kesehatan tentang pencegahan Covid-19.

Kata Kunci : Pengetahuan Lansia tentang Covid-19, Upaya Pencegahan Covid-19.

Pendahuluan

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) telah dinyatakan oleh WHO sebagai global pandemic dan di Indonesia dinyatakan sebagai jenis penyakit yang menimbulkan kedaruratan kesehatan masyarakat serta bencana non alam, yang tidak hanya menyebabkan kematian tapi juga menimbulkan kerugian ekonomi yang cukup besar, sehingga perlu dilakukan upaya penanggulangan termasuk pencegahan dan pengendaliannya (Utami et al.,2020). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2).SARS-CoV-2 merupakan coronavirus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Ada setidaknya dua jenis coronavirus yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala berat seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata 5-6 hari dengan masa

inkubasi terpanjang 14 hari. Pada kasus COVID-19 yang berat dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian (Ika et al., 2020).

Pada tanggal 31 Desember 2019, WHO (World Health Organization) China Country Office melaporkan kasus pneumonia yang tidak diketahui etiologinya di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, Cina. Pada tanggal 7 Januari 2020, China mengidentifikasi kasus tersebut sebagai jenis baru coronavirus. Pada tanggal 30 Januari 2020 WHO menetapkan kejadian tersebut sebagai Kedaruratan.

Meskipun virus Corona dapat menginfeksi semua orang tanpa mengenal kelompok usia namun WHO juga menyebutkan bahwa penduduk lanjut usia (lansia), yaitu penduduk usia 60 tahun keatas merupakan kelompok penduduk yang lebih rentan terpapar virus yang banyak menyerang saluran pernafasan ini. Selain itu, lansia yang tertular COVID-19 juga berisiko mengalami kondisi lebih parah saat terinfeksi. Di Eropa misalnya, WHO mengatakan bahwa sekitar 95% kasus kematian didominasi oleh lansia (Pujiana & Anggraini, 2019). Indonesia akan memasuki ageing population ditandai dengan persentase lanjut usia (lansia) yang akan mencapai 10% pada tahun 2020. Menurut Badan Pusat Statistik 2019, dari seluruh lansia yang ada di Indonesia, lansia muda (60-69 tahun) jauh mendominasi dengan besaran yang mencapai 63,82%, selanjutnya diikuti oleh lansia madya (70- 79 tahun) sebesar 27,68% dan lansia tua (80+ tahun) sebesar 8,50% (Pujiana & Anggraini, 2019).

Data Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan tahun 2018 menunjukkan penyakit yang terbanyak pada lansia adalah penyakit tidak menular seperti penyakit jantung, kencing manis, stroke, rematik dan cedera. Seiring dengan menurunnya sistem kekebalan tubuh, lansia juga termasuk kelompok rentan terserang penyakit - penyakit menular seperti infeksi saluran pernafasan, diare, dan pneumonia. Sayangnya, masih ada saja lansia yang punya kebiasaan merokok. Hasil Susenas 2019, menunjukkan hampir seperempat lansia merokok, baik merokok elektrik maupun tembakau (Riskesdas, 2018).

Memasuki usia lansia, tubuh akan mengalami berbagai penurunan akibat proses penuaan, hampir semua fungsi organ dan gerak menurun, diikuti dengan menurunnya imunitas sebagai pelindung tubuh pun tidak bekerja sekuat ketika masih muda. Inilah alasan mengapa orang lanjut usia (lansia) rentan terserang berbagai penyakit, termasuk COVID-19 yang disebabkan oleh virus Sars-Cov-2. Sistem imun yang sudah melemah ditambah adanya penyakit kronis dapat meningkatkan risiko COVID-19 pada lansia, baik risiko terjadinya infeksi virus Corona maupun risiko virus ini untuk menimbulkan gangguan yang parah, bahkan kematian (Badan pusat statistik, statistik penduduk lanjut usia 2019, Jakarta). Lansia dikatakan rentan karena berbagai sebab. Faktor usia yang tua menjadi salah satu penanda. Hidup yang lebih lama bukan berarti hidup dalam kondisi sehat. Riset sebelumnya menemukan bahwa bertambahnya usia juga diikuti dengan meningkatnya kecenderungan untuk sakit dan memiliki keterbatasan fisik (disable) karena terjadinya penurunan kemampuan fisik yang cukup drastis (Christensen dkk., 2019) dalam (Gatimu dkk., 2020).

Usia yang bertambah juga cenderung diikuti oleh munculnya berbagai penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi dan jantung. Peneliti Haybar, H & Kazemnia dari New York University (NYU) dalam risetnya menemukan bahwa usia dan penyakit kronis khususnya penyakit kardiovaskular, diabetes dan obesitas merupakan faktor yang dapat membuat tingkat infeksi pasien COVID-19 menjadi lebih berat. Penyelarasan aturan pemerintah guna mencegah menularan virus corona perlu dilakukan sehingga masing-masing instansi memiliki protokol

serta pengontrolan yang ramah terhadap lansia. Pemerintah melalui instansi-instansi terkait dapat meningkatkan pemahaman lansia tentang COVID-19 yang dapat mengancam keselamatan mereka. Masyarakat melalui kader-kader lansia dapat saling mengingatkan anggota keluarga lansia untuk selalu mendampingi mereka untuk mematuhi protokol kesehatan yang ada (Ika et al., 2020) Sampai saat ini, situasi COVID-19 di tingkat global maupun nasional masih dalam risiko sangat tinggi. Selama pengembangan vaksin masih dalam proses, dunia dihadapkan pada kenyataan untuk mempersiapkan diri hidup berdampingan dengan COVID-19. Oleh karenanya diperlukan pedoman dalam upaya pencegahan dan pengendalian COVID-19 untuk memberikan panduan bagi petugas kesehatan agar tetap sehat, aman, dan produktif, dan seluruh penduduk Indonesia mendapatkan pelayanan yang sesuai standar. Pedoman pencegahan dan pengendalian COVID-19 disusun berdasarkan rekomendasi WHO yang disesuaikan dengan perkembangan pandemi COVID-19, dan ketentuan peraturan perundang-undangan yang berlaku (Ika et al., 2020).

Sejak kasus pertama diumumkan pada tanggal 2 Maret 2020, penyebaran penularan COVID-19 terjadi dengan cepat di Indonesia. Hal ini memerlukan upaya penanggulangan sesuai dengan transmisi yang terjadi baik di tingkat nasional maupun provinsi, dengan memperlambat dan menghentikan laju transmisi/penularan, dan menunda penyebaran penularan, menyediakan pelayanan kesehatan yang optimal untuk pasien, terutama kasus kritis, meminimalkan dampak dari pandemi COVID-19 terhadap sistem kesehatan, pelayanan sosial, kegiatan di bidang ekonomi, dan kegiatan sektor lainnya (Kemenkes R1, 2020).

Penelitian yang dilakukan Morawska, L & Cao, J (2020) dalam (He et al., 2020) tentang pengaruh pengabdian masyarakat untuk memahami karakteristik lansia dalam meningkatkan pengetahuan lansia mengenai kesiapsiagaan bencana Covid-19 dengan metode ceramah dan diskusi. Jumlah peserta sebanyak 20 orang, hasil yang diperoleh karakteristik peserta pengabdian masyarakat adalah sebagai berikut: usia peserta berkisar 63 sampai dengan 80 tahun dan tingkat pendidikan antara SD dan SMP. Rata-rata nilai pretest adalah 68,5 dan Rerata nilai posttest 89. Terjadi peningkatan nilai rerata skor 20,5, sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian pengetahuan dapat meningkatkan pengetahuan lansia mengenai kesiapsiagaan bencana Covid19.

Kurangnya pengetahuan tentang pandemic Covid-19 dapat menimbulkan berbagai macam spekulasi tentang penyebaran virus Corona, sehingga menimbulkan kecemasan yang dapat menurunkan sistem imun tubuh lansia dan dapat pula meningkatkan tekanan darah lansia. Hipertensi lebih rentan menyerang pada lansia seiring bertambahnya usia, sehingga berpotensi menyebabkan pembuluh darah. Pengerasan tersebut mengurangi kelenturan pembuluh darah arteri besar dan aorta, sehingga pada lansia lebih rentan mengidap tekanan darah tinggi (Utami et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari 2020 dalam (Ika et al., 2020) tentang hubungan pengetahuan lansia tentang Covid-19 terhadap tindakan pencegahan pada lansia yang mengalami hipertensi di RW 09 Perumahan Gerbang Permai Pamengkang, wilayah Puskesmas Pamengkang tahun 2020. Populasi sampel adalah lansia dengan hipertensi di RW 09 perumahan gerbang permai pamengkang wilayah kerja puskesmas pamengkang dengan jumlah 28 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan accidental sampling. Hasil penelitian didapatkan responden yang mempunyai pengetahuan baik berjumlah 14 orang (50,0%), tingkat pengetahuan cukup 8 orang (28,6%) dan tingkat pengetahuan kurang 6 orang

(21,4%). Dan responden yang melakukan tindakan pencegahan berjumlah 21 orang (75,0%). Hasil analisis bivariat didapatkan ada hubungan antara pengetahuan tentang Covid-19 dengan tindakan pencegahan Covid-19 pada lansia yang mengalami hipertensi di RW 09 Perumahan Gerbang Permai Pamengkang Wilayah kerja Puskesmas pamengkang tahun 2020 dengan p value = 0,007. Dari data diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan Lansia Tentang Coronavirus Disease (Covid-19) Dengan Upaya Pencegahan Covid-19 Di Kelurahan Limus Nunggal Wilayah Kerja Puskesmas Limusnunggal Kota Sukabumi”

Metode

Jenis penelitian digunakan adalah kuantitatif, Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang ada di Kelurahan Limus Nunggal Wilayah Kerja Puskesmas Limus Nunggal Berjumlah 832 responden. Kemudian dikurangi 10 responden untuk kebutuhan studi pendahuluan sehingga menjadi 822 responden. Ukuran sampel dalam penelitian ini sebanyak 269 responden dengan menggunakan teknik cluster random sampling. Skala pengukuran yang di gunakan sekala gutmaan. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner tertutup. Uji validitas menggunakan rumus product moment dan Uji reabilitas menggunakan rumus *Cronbach's Alpha*. Teknik analisis data dalam penelitian yaitu gambaran karakteristik & analisis univariat.

Hasil

Tabel 1 Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

No	Usia	Frekuensi	Persentase
1	>70	103	38,3
2	60-69	166	61,7
Jumlah		269	100

Berdasarkan Tabel 1 Usia, dapat diketahui bahwa sebagian besar usia responden terdapat pada antara usia 60-69 tahun yaitu sebanyak 61.7% atau 166 responden.

Tabel 2 Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
1	Bekerja	44	16,4
2	Tidak Bekerja	225	83,6
Jumlah		269	100

Berdasarkan Tabel 2 Pekerjaan, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden seluruh pekerjaan responden yaitu Tidak Bekerja sebanyak 83.6% atau 225 responden.

Tabel 3 Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Penghasilan

No	Penghasilan	Frekuensi	Persentase
1	>UMK	138	51,3
2	<UMK	131	48,7
Jumlah		269	100

Berdasarkan Tabel 3 Penghasilan, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai penghasilan di atas upah rata-rata minimum yaitu sebanyak 51.3% atau 138 responden.

Tabel 4 Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Sumber Informasi

No.	Sumber Informasi	Frekuensi	Persentase
1	Petugas kesehatan	71	26,4
2.	Media Elektronik	91	33,8
3.	Media Cetak	36	13,4
4.	Media Online	71	26,4
Jumlah		269	100

Berdasarkan Tabel 4 Sumber Informasi, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden sebagian besar responden mendapatkan informasi dari media elektronik yaitu sebanyak 33.8% atau 91 responden.

Tabel 5 Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi	Persentase
1	SD	170	63,1
2	SMP	30	11,2
3	SMA	25	9,3
4	PT	19	7,1
5	Tidak Sekolah	25	9,3
Jumlah		269	100

Berdasarkan Tabel 5 Pendidikan, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden dengan pendidikan SD 63.1% atau 170 responden.

Tabel 6 Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
1	Laki-Laki	122	45,4
2	Perempuan	147	54,6
Jumlah		269	100

Berdasarkan Tabel 6 Jenis Kelamin, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 54.6% atau 147 responden.

Tabel 7 Gambaran Pengetahuan Responden tentang Covid-19

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
1	Baik	103	38,3
2	Cukup	144	53,5
3	Kurang	22	8,2
Jumlah		269	100

Berdasarkan Tabel 7 Pengetahuan tentang Covid-19, dapat diketahui bahwa hampir seluruh responden mempunyai pengetahuan yang cukup sebanyak 53.5% atau 144 responden.

Tabel 8 Gambaran Upaya Pencegahan Covid-19 Lansia

No.	Upaya Pencegahan	Frekuensi	Persentase
1	Melakukan	222	82,5
2.	Tidak Melakukan	47	17,5
	Jumlah	269	100

Berdasarkan Tabel 8 Upaya Pencegahan Covid19 lansia, dapat diketahui bahwa hampir sebagian besar responden melakukan upaya pencegahan yaitu 82.5% atau 222 responden.

Tabel 9 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Lansia Tentang Covid-19 dengan Upaya Pencegahan Covid-19

Pengetahuan	Upaya Pencegahan Covid-19				Total	%	P-Value
	Melakukan	%	Tidak Melakukan	%			
Baik	97	43,7	6	12,8	103	38,3	0,000
Cukup	121	54,5	23	48,9	144	53,3	
Kurang	4	1,8	18	38,3	22	8,2	
Jumlah	222	100	47	100	269	100	

Berdasarkan Tabel 9, Sebagian besar responden pengetahuan lansia tentang Covid-19 dengan upaya pencegahan Covid-19 di Kelurahan Limus Nunggal Wilayah Kerja Puskesmas Limus Nunggal Kota Sukabumi, dapat dilihat bahwa dari 269 responden terdapat 222 responden yang melakukan upaya pencegahan Covid-19 dengan pengetahuan yang cukup yaitu sebanyak 121 responden dan pengetahuan kurang yaitu 4 responden. Sedangkan 47 responden yang tidak melakukan pencegahan Covid-19 sebanyak 23 responden memiliki pengetahuan yang kurang dan hanya 6 responden memiliki pengetahuan yang baik. Hipotesis Hubungan Pengetahuan Lansia Tentang Covid-19 di Kelurahan Limus Nunggal Wilayah Kerja Puskesmas Limus Nunggal Sukabumi, Hasil uji statistik analisa bivariat dengan menggunakan uji Chi Square diperoleh nilai P-Value 0,000 berarti $< 0,05$. Berdasarkan aturan penolakan hipotesis maka H_0 ditolak, ini berarti terdapat hubungan antara pengetahuan lansia tentang Covid-19 dengan upaya pencegahan Covid-19 di kelurahan Limus Nunggal wilayah kerja Puskesmas Limus Nunggal Kota Sukabumi.

Pembahasan

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan informasi dari media elektronik yaitu sebanyak 33.8% atau 91 responden, dan sebagian kecil mendapatkan informasi dari media cetak yaitu sebanyak 13.4% atau 36 responden. Dengan banyaknya lansia yang mendapatkan informasi tentang Covid-19 baik dari media elektronik maupun dari petugas kesehatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan lansia dalam upaya penanganan dan pencegahan Covid-19. Selain sumber informasi, usia juga mempengaruhi pengetahuan seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Pada manusia madya individu akan lebih berperan aktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial serta lebih banyak melakukan persiapan demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua, selain itu orang usia madya akan lebih banyak menggunakan banyak waktu untuk membaca, Kemampuan intelektual, pemecahan masalah, kemampuan verbal

menjadi lebih meningkat. Hasil tabel 1 karakteristik responden berdasarkan usia, dapat diketahui bahwa sebagian besar usia responden terdapat pada antara usia 60-69 tahun yaitu sebanyak 61.7% atau 166 responden dan sebagian kecil usia >70 tahun yaitu sebanyak 38.3% atau 103. Hasil penelitian mengenai upaya pencegahan Covid-19 Lansia, menunjukkan bahwa hampir seluruh responden melakukan upaya pencegahan yaitu 82.5% atau 222 responden, dan sebagian kecil responden tidak melakukan upaya pencegahan yaitu 17.5% atau 47 responden.

Menurut Adisasmito (2015), upaya pencegahan Covid-19 adalah upaya lansia untuk mencegah dirinya tertular dari penyakit Covid-19 dengan melakukan protokol kesehatan. Beberapa faktor diantaranya yang dapat berpengaruh terhadap perilaku pencegahan tersebut adalah pendapatan keluarga dan pendidikan. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi upaya pencegahan Covid-19 yaitu penghasilan keluarga.

Menurut Suparisa kehidupan ekonomi keluarga dengan penghasilan tinggi akan memungkinkan keluarga mampu untuk melakukan upaya yang layak bagi asupan pencegahan penyakit, mutu makanannya juga akan baik dan berdampak pada kesehatan. Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai penghasilan di atas upah rata-rata minimum yaitu sebanyak 51.3% atau 138 responden, dan sebagian kecil mempunyai jumlah penghasilan di bawah upah rata-rata minimum yaitu sebanyak 48.7% atau 131 responden, maka tidak heran jika Sebagian besar lansia melakukan upaya pencegahan Covid-19. Namun tidak semua lansia yang pendapatannya kurang tidak melakukan upaya, dan tidak semua lansia yang pendapatannya cukup melakukan upaya karena terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi upaya pencegahan Covid-19 tersebut.

Simpulan

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pengetahuan lansia yaitu hampir seluruh responden mempunyai pengetahuan yang cukup, hampir seluruh lansia melakukan upaya pencegahan. Ada hubungan pengetahuan lansia tentang Covid-19 dengan upaya pencegahan Covid-19 di Kelurahan Limus Nunggal Wilayah Kerja Puskesmas Limus Nunggal Kota Sukabumi dengan nilai P Value 0,000.

Daftar Pustaka

- Arikunto, S. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 2016.
- Basford Lynn, *Buku ajar Praktik Keperawatan Klinis*. EGC, 2016.
- Cunningham & Brookbank, *Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan*. Jakarta: 2016.
- He, F., Deng, Y., & Li, W. (2020). Coronavirus disease 2019: What we know? In *Journal of Medical Virology* (Vol. 92, Issue 7, pp. 719–725). John Wiley and Sons Inc. <https://doi.org/10.1002/jmv.25766>
- Hidayat, A. Aziz. *Metode Penelitian Keperawatan dan teknik Analisa Data*, Jakarta: Salemba medika, 2016.
- Ika, L., Matthews, J., & Weili, F. (2020). Coronavirus: A game changer for project delivery? *The Pearson Centre For Progressive Policy*, June 2020.
- Irwan, *Etika dan Perilaku Kesehatan*. Pustaka Pelajar, 2016.
- Kemenkes RI. 2020. *Profil data kesehatan Indonesia tahun 2020*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Maryam, dkk, *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta : Salemba Medika, 2016.

Notoatmodjo, S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2016.

Nugroho, *Buku Ajar Keperawatan*.

Nuha Medika, 2016.

Nursalam. *Pendekatan praktis metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta: Info Medika, 2016.

Pujiana, D., & Anggraini, S. (2019).

Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Pemenuhan Kebutuhan Dasar Personal Hygiene Anak Usia 6-7 Tahun (Vol. 3, Issue 2).

Setiadi. *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan*. Alfabeta, 2016

Utami, R. A., Mose, R. E., & Martini, M. (2020). Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan Masyarakat dalam Pencegahan COVID-19 di DKI Jakarta. *Jurnal Kesehatan Holistic*, 4(2), 68–77. <https://doi.org/10.33377/jkh.v4i2.85>