

## Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

<https://journal.unwira.ac.id/index.php/BERBAKTI>

### PELATIHAN UPAYA PENCEGAHAN DIABETES MELITUS PADA LANSIA DI RW 02 KELURAHAN KEDUNGORO SURABAYA

Marcellina Rasemi Widayanti<sup>1</sup>, Ni Luh Agustini Purnama<sup>2\*</sup>, Ignata Yuliati<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>STIKES Katolik St. Vincentius a Paulo Surabaya

e-mail: [niluh.purnama20@gmail.com](mailto:niluh.purnama20@gmail.com)<sup>2\*</sup>

Dikirim : 06 Juli 2023, Direvisi : 28 Juli 2023, Diterima: 03 September 2023

#### ABSTRAK

Permasalahan pada lansia di RW 02 Kelurahan Kedungdoro Surabaya, dari 256 lansia sebanyak 35 lansia (13,7%) menderita Diabetes Melitus. Lansia sebagian besar tidak pernah melakukan pemeriksaan kadar gula dalam darah, jarang melakukan aktifitas olah raga dan kebiasaan makan makanan yang lebih banyak mengandung karbohidrat. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini memberikan pelatihan upaya pencegahan Diabetes Melitus pada Lansia di RW 02 Kelurahan Kedungdoro Kecamatan Tegalsari. Sasaran kegiatan adalah lansia di RW 02 Kelurahan Kedungdoro Kecamatan Tegalsari Surabaya yang berjumlah 65 orang. Kegiatan dilaksanakan tanggal 27 November 2022. Kegiatan meliputi penyuluhan kesehatan tentang DM, melatih senam DM, dan pemantauan kadar gula darah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Para lansia sangat antusias mengikuti kegiatan. Berdasarkan hasil evaluasi pretest dan posttest ada peningkatan pengetahuan tentang DM. Hasil kadar gula darah acak rata-rata 131,7 mg/dl. Ada 6 lansia yang kadar gula darah acak >200 mg/dl. Lansia yang kadar gula darahnya tinggi merasa bersyukur karena mengetahui dengan segera kondisinya dan akan melakukan pemeriksaan lebih lanjut ke Puskesmas. Kegiatan pengabdian masyarakat ini perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan program senam DM dan pemantauan kadar gula darah melalui kegitan Posyandu Lansia.

**Kata kunci:** Upaya pencegahan; diabetes mellitus; lansia

#### ABSTRACT

Problems with the elderly in RW 02 Kedungdoro Village Surabaya, out of 256 elderly, 35 elderly (13.7%) suffer from diabetes mellitus. Most of the elderly have never checked their blood sugar levels, rarely do sports activities and have a habit of eating foods that contain more carbohydrates. The purpose of this community service is to provide training on how to prevent Diabetes Mellitus for the elderly in RW 02, Kedungdoro Village, Tegalsari District. The target of the activity is the elderly in RW 02, Kedungdoro Village, Tegalsari District, Surabaya, totaling 65 people. The activity was held on November 27 2022. Activities included health education about DM, practicing DM exercises, and monitoring blood sugar levels. This community service activity can be carried out properly. The elderly were very enthusiastic about participating in the activity. Based on the results of the pretest and posttest evaluations, there was an increase in knowledge about DM. The results of random blood sugar levels averaged 131.7 mg/dl. There were 6 elderly people whose random blood sugar levels were >200 mg/dl. Elderly people with high blood sugar levels feel grateful because they know their condition immediately and will carry out further examinations at the Puskesmas. This community service activity needs to be carried out on an ongoing basis with the DM exercise program and monitoring blood sugar levels through the Elderly Posyandu activity

**Keywords :** Prevention efforts, Diabetes mellitus, Elderly



## 1. PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) adalah gangguan metabolisme yang terjadi di dalam tubuh karena penurunan aktifitas insulin yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah disertai gangguan metabolisme karbohidrat, lipid dan protein (Suryasa et al., 2021). Perubahan patologis seperti nefropati, retinopati dan komplikasi kardiovaskuler dapat terjadi seiring dengan perkembangan penyakit (Padhi et al., 2020). Pencegahan DM bisa dilakukan dengan menjaga berat badan ideal, menerapkan pola makan sehat, rutin berolahraga dan melakukan pengecekan gula darah secara rutin (Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Menular Kemenkes RI, 2022)

RW 02 Kelurahan Kedungdoro merupakan salah satu wilayah yang terletak di kota Surabaya. RW 02 Kelurahan Kedungdoro berada dibawah wilayah kerja Puskesmas Kedungdoro. Berdasarkan data jumlah lansia bahwa di RW 02 Kelurahan Kedungdoro Kecamatan Tegalsari terdapat 256 lansia, sebanyak 55,08% tidak pernah mengikuti kegiatan posyandu. Sebanyak 36,72% tidak rutin melakukan pemeriksaan kesehatan bahkan 26,95% tidak pernah melakukan pemantauan kesehatan. Dari 256 lansia sebanyak 35 lansia (13,7%) menderita DM. Beberapa lansia di RW 02 Kelurahan Kedungdoro Kecamatan Tegalsari Surabaya juga menyampaikan jika ada keluhan maka tindakan untuk mengatasi keluhan tersebut dengan cara membeli obat bebas sesuai anjuran tetangga, tanpa ingin tahu penyebab dari keluhan tersebut.

Wawancara dengan 4 orang lansia sudah menderita DM mengungkapkan biasanya mereka kontrol ke Puskesmas tetapi tidak rutin. Lansia yang menderita DM akan kontrol ke Puskesmas untuk mendapatkan obat. Ada lansia yang tidak langsung datang kontrol kembali jika obat habis. Lansia yang menderita DM tidak pernah mengikuti senam DM dan tidak tahu jika ada senam untuk penderita DM.

Keluhan yang diungkapkan beberapa lansia adalah rasa kesemutan dan kebas pada tangan dan kaki. Lansia tidak melakukan pantangan atau diet makanan tertentu. Tidak ada aktifitas atau olahraga rutin yang dilakukan. Selama ini lansia lebih banyak hanya melakukan aktifitas dirumah seperti memasak, menonton TV atau duduk sesama lansia di depan rumah.

Lansia mengungkapkan belum tahu cara melakukan pencegahan terjadinya DM dan tidak pernah melakukan pemeriksaan kadar gula dalam darah, sehingga tidak mengetahui kadar gula dalam darah. Menurut pengurus RW 02 Kelurahan Kedungdoro mengungkapkan penyuluhan kesehatan/edukasi khusus tentang DM belum pernah dilakukan, sehingga pemahaman mengenai deteksi dini kadar gula dalam darah kurang dipahami manfaatnya dan keluhan dianggap sebagai hal biasa tanpa dicari penyebabnya, hanya dibelikan obat bebas. DM perlu dilakukan pencegahan dan apabila seseorang sudah menderita DM gula darah perlu dikontrol agar tidak terjadi komplikasi. Komplikasi Diabetes Melitus antara lain infeksi kaki yang dapat menyebabkan luka gangren sehingga menyebabkan seseorang diamputasi, serangan jantung, gagal ginjal dan stroke (Cole & Florez, 2020; Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Menular Kemenkes RI, 2022; Tomic et al., 2022)

Upaya pencegahan penyakit DM penting dilakukan perawat. Preventif terhadap penyakit dilakukan agar seseorang tidak jatuh pada kondisi sakit dan kualitas kesehatannya semakin meningkat. Perawat berperan mempromosikan kesehatan khususnya tentang DM agar masyarakat khususnya lansia sebagai kelompok rentan dapat melakukan upaya pencegahan. Pelatihan upaya untuk meningkatkan status kesehatan khususnya DM dapat dilakukan dengan melatih lansia senam DM.

Berdasarkan hasil analisis bersama Mitra, masalah prioritas yang perlu segera ditangani adalah kurangnya pengetahuan lansia tentang pencegahan DM dan upaya pencegahan untuk meningkatkan aktifitas yang sehat melalui olah raga/senam untuk meningkatkan kesehatan dan pencegahan DM. Upaya yang dilakukan yaitu perlunya menyadarkan warga RW02 Kelurahan Kedungdoro Kecamatan Tegalsari Surabaya pentingnya melakukan senam, pendidikan kesehatan & pemeriksaan kadar gula dalam darah, sehingga terpantau atau mengetahui hasilnya dan dapat segera ditindak lanjuti untuk pencegahan peningkatan atau menurunkan kadar gula darah dan pada akhirnya tidak terjadi komplikasi. Pemberian Pendidikan kesehatan pada lansia terbukti efektif untuk meningkatkan *self care manajemen* pada penderita DM (Windyastuti & Solikhah, 2022). Senam diabetes efektif menurunkan kadar gula darah pada penderita DM tipe 2

(Salindeho et al., 2016). Pendidikan kesehatan tentang diabetes melitus bertujuan untuk memberi informasi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan untuk mengelola kondisi klinis dan kebiasaan gaya hidup mereka (Cruz-Cobo & Santi-Cano, 2020); (Rosyid et al., 2019)

## 2. METODE PELAKSANAAN

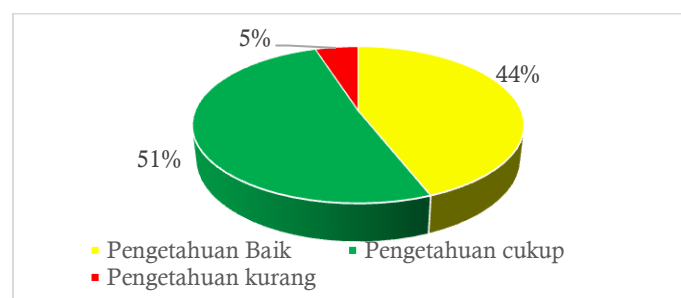
Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Lansia di RW 02 Kelurahan Kedungdoro Kecamatan Tegalsari Surabaya yang berjumlah 65 orang. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada tanggal 27 November 2022

Dalam rangka mencapai tujuan pengabdian masyarakat ini ini dilakukan dengan beberapa kegiatan sebagai berikut:

- 1) Memberikan pendidikan kesehatan untuk menambah pengetahuan lansia tentang DM. Tahap ini dimulai dengan perencanaan dan melakukan koordinasi dengan Ketua RW 02 Kelurahan Kedungdoro Kecamatan Tegalsari Surabaya dan terkait waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan. Materi pendidikan kesehatan meliputi pengertian pengertian DM, tanda dan gejala DM, pemeriksaan diagnostik, pencegahan DM dan penatalaksanaan DM. Media yang digunakan dalam pendidikan kesehatan LCD, Laptop dan leaflet.
- 2) Memberikan pelatihan senam DM. Setelah diberikan informasi mengenai Diabetes Mellitus kemudian para lansia dilatih untuk melakukan senam DM. Saat pelatihan dilakukan metode simulasi dengan media video senam DM, LCD dan speaker. Senam DM dilakukan selama 25 menit dimana pemanasan selama 5 menit, gerakan inti selama 15 menit dan gerakan pendinginan selama 5 menit. Lansia juga diberikan dalam link video senam DM sehingga sewaktu-waktu dapat melakukan dengan mencontoh video tersebut.
- 3) Pemeriksaan kadar gula darah dan pemeriksaan tekanan darah. Pemeriksaan kadar gula yang dilakukan adalah kadar gula darah acak dengan menggunakan BS stik

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pendidikan kesehatan tentang Diabets Melitus dilakukan pada hari Minggu, tanggal 27 November 2022. Kegiatan diikuti 65 Lansia RW 2 Kelurahan Kedungdoro Kecamatan Tegalsari Surabaya. Kegiatan dilakukan di balai RT 4 RW 2 Kelurahan Kedungdoro Kecamatan Tegalsari Surabaya. Kegiatan diawali dengan menjelaskan maksud dan tujuan, kontrak waktu kemudian dilakukan pre test untuk mengidentifikasi pengetahuan para lansia tentang DM.



Gambar 1 Tingkat Pengetahuan lansia sebelum diberikan Pendidikan kesehatan tentang DM

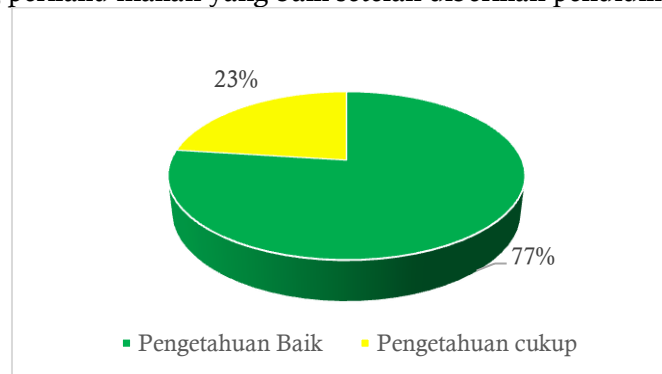
Berdasarkan Gambar 1 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan, dari 65 lansia sebanyak 51 % lansia memiliki pengetahuan cukup tentang DM. Setelah dilakukan pretest maka kegiatan dilanjutkan dengan pemberian materi tentang DM yang meliputi pengertian, tanda dan gejala, penatalaksanaan dan pencegahan. Media yang digunakan dalam penyuluhan kesehatan adalah power point, LCD, laptop, dan leaflet



Gambar 2 Kegiatan Pendidikan Kesehatan

Selama diberikan pendidikan kesehatan, para lansia mendengarkan penjelasan materi dengan baik dan pada saat sesi tanya jawab banyak hal-hal yang ditanyakan antara lain bagaimana mengatur makan agar malam hari tidak lapar, apakah kencing manis itu diturunkan?, jenis makana apa yang boleh dan tidak boleh dimanakan agar terhindar dari DM? jika hasil gula darah tinggi apa yang harus dilakukan?

Lansia merasa tertarik untuk mengetahui informasi tentang DM karena merasa bermanfaat dan menambah pengetahuan sehingga bisa melakukan pencegahan hal ini berdasarkan data hasil evaluasi terhadap kegiatan Pendidikan kesehatan yang dilakukan bahwa semua peserta menyatakan materi yang diberikan bermanfaat dan menambah pengetahuan. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan kemudian dilakukan post test untuk menilai pengetahuan tentang perilaku makan yang baik setelah diberikan pendidikan kesehatan.



Gambar 3 Tingkat Pengetahuan lansia sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang DM

Setelah dilakukan pendidikan kesehatan sebanyak 77% lansia memiliki pengetahuan baik. Menurut (Notoadmodjo, 2012) pendidikan kesehatan merupakan upaya atau kegiatan yang bertujuan menciptakan perilaku masyarakat yang sadar terhadap kesehatan. Kesadaran ini tidak hanya tentang pengetahuan atau sikap melainkan penerapan perilaku dalam kehidupan sehari-hari sehingga mampu mempraktikkan hidup sehat untuk diri sendiri dan lingkungannya. Pemberian pendidikan kesehatan diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik. Pendidikan kesehatan bertujuan untuk menolong individu untuk mampu secara mandiri atau berkelompok mengadakan kegiatan berperilaku sehat untuk mencapai tujuan hidup sehat. Hal ini sejalan dengan kegiatan pendidikan kesehatan tentang DM. Faktor risiko DM apat dimodifikasi melalui kegiatan edukasi kesehatan tentang perubahan gaya hidup seperti makan sehat dan aktivitas fisik. Untuk semua alasan ini, para ahli menunjukkan pendidikan kesehatan sebagai kunci untuk mencegah komplikasi diabetes (Cruz-Cobo & Santi-Cano, 2020). Pendidikan diabetes bertujuan untuk memberikan informasi sehingga meningkatkan pengetahuan dan keterampilan untuk mengelola kondisi klinis dan kebiasaan gaya hidup penderita DM. Dengan cara ini, ini dimaksudkan untuk mencapai kontrol metabolisme yang benar yang

dipertahankan dari waktu ke waktu, mencegah komplikasi akut dan kronis, dan meningkatkan kualitas hidup penderita.



Gambar 4 Senam DM

Hasil pendidikan kesehatan tentang DM menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Ayu & Damayanti, 2015) Pendidikan kesehatan tentang DM meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan dan komplikasi DM. Adanya penyampaian informasi melalui pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan sehingga meningkatkan sikap dan diharapkan terjadi perubahan perilaku yang baik. (Pancawati & Santi, 2016) menyatakan bahwa tingkat pengetahuan seseorang meningkat setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang DM terjadi komunikasi dua arah yaitu antara penyuluh dengan respondennya, sehingga dapat meningkatkan pemahaman responden terhadap pesan yang telah disampaikan.



Gambar 5 Video Senam DM

Kegiatan selanjutnya yang dilakukan adalah melatih senam DM. Senam dilakukan di sepanjang Gang sekitar balai RT 4 RW 2 Kelurahan Kedungdoro Kecamatan Tegalsari Surabaya. Senam DM dilakukan selama 25 menit dimana pemanasan selama 5 menit, gerakan inti selama 15 menit dan gerakan pendinginan selama 5 menit. Lansia juga diberikan dalam link video senam DM sehingga sewaktu-waktu dapat melakukan dengan mencontoh video tersebut. Kombinasi Gerakan pada senam DM lebih ringan dibandingkan senam pada umumnya sehingga cocok dilakukan oleh lansia. Bagi penderita DM senam tersebut dapat membantu menurunkan kadar gula darah, menurunkan kadar lemak jahat dalam darah, melancarkan aliran darah, menguatkan otot kaki, memelihara fungsi saraf dan menambah kelenturan sendi (LeMone et al., 2015); (Yulita et al., 2019). Selain untuk penderita DM, senam ini juga dapat dilakukan untuk orang yang bukan penderita DM dengan tujuan untuk pencegahan dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran. Para lansia dapat mengikuti senam DM dengan baik dan tidak ada yang mengalami keluhan selama dan sesudah senam. Intervensi gaya hidup salah

satunya melalui aktifitas fisik senam efektif mencegah terjadinya DM tipe 2 (Fitriani & Sanghati, 2021). Penelitian lain yang dilakukan (Rehmaita et al., 2017) juga menunjukkan hasil senam DM efektif menurunkan kadar gula darah bagi penderita DM. Lansia mengungkapkan akan melakukannya di rumah atau bersama-sama di balai RT dengan melihat dari contoh pada video.



Gambar 6 Pemeriksaan gula darah

Setelah dilakukan senam bersama para lansia juga dilakukan pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah. Pemeriksaan kadar gula yang dilakukan adalah kadar gula darah acak. Berdasarkan hasil pengukuran kadar gula darah bahwa nilai rerata kadar gula darah acak lansia adalah 131,7 mg/dl dengan nilai terendah 63 mg/dl dan nilai tertinggi 376 mg/dl. Terdapat 6 lansia yang kadar gula darahnya lebih dari 200 mg/dl dan selama ini tidak terdiagnosis DM sehingga dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan ke Puskesmas Kedungdoro. Kadar gula acak normal 70-140 mg/dl (LeMone et al., 2015). Menurut (Novitasari et al., 2022) pemantauan kadar gula darah acak atau puasa perlu dilakukan bagi orang yang beresiko DM sehingga bisa dilakukan deteksi dan intervensi sedini mungkin.

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Para lansia sangat antusias mengikuti kegiatan karena menganggap kegiatan ini bermanfaat untuk melakukan pencegahan terhadap penyakit DM. Berdasarkan hasil evaluasi pretest dan posttest ada peningkatan pengetahuan tentang DM. Lansia yang kadar gula darahnya tinggi merasa bersyukur karena mengetahui dengan segera kondisinya dan akan melakukan pemeriksaan lebih lanjut ke Puskesmas.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada 1) Ketua Yayasan Pendidikan Kesehatan Arnordus dan Ketua STIKES Katolik St. Vincentius a Paulo Surabaya atas hibah dana pengabdian masyarakat. 2) Ketua RW 02 Kelurahan Kedungdoro Kecamatan Sawahan Surabaya atas bantuan dan kerjasamanya.

#### REFERENSI

Ayu, N. P. M., & Damayanti, S. (2015). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 dalam Pencegahan Ulkus Kaki Diabetik Di Poliklinik RSUD Panembahan Senopati Bantul. *Jurnal Keperawatan Respati*, II(I), 1–10.

- Cole, J. B., & Florez, J. C. (2020). Genetics of diabetes mellitus and diabetes complications. In *Nature Reviews Nephrology* (Vol. 16, Issue 7, pp. 377–390). Nature Research. <https://doi.org/10.1038/s41581-020-0278-5>
- Cruz-Cobo, C., & Santi-Cano, M. J. (2020). Efficacy of Diabetes Education in Adults With Diabetes Mellitus Type 2 in Primary Care: A Systematic Review. *Journal of Nursing Scholarship*, 52(2), 155–163. <https://doi.org/10.1111/jnu.12539>
- Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Menular Kemenkes RI. (2022). *Penyakit Diabetes Melitus*. <https://P2ptm.Kemkes.Go.Id/Informasi-P2ptm/Penyakit-Diabetes-Melitus>.
- Fitriani, F., & Sanghati, S. (2021). Intervensi Gaya Hidup Terhadap Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pasien Pra Diabetes. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 704–714. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.682>
- LeMone, P., Burke, K. M., & Bauldoff, G. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah* (5th ed.). EGC.
- Notoadmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Novitasari, D., Fitriana, A. S., Yantoro, A. T., & Enarga, A. B. P. (2022). Self-Management dan Monitoring Kadar Glukosa Darah sebagai Penguatan Pilar Pengendalian Diabetes Melitus Tipe 2. *Kolaborasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(5), 414–422. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v2i5.175>
- Padhi, S., Nayak, A. K., & Behera, A. (2020). Type II diabetes mellitus: a review on recent drug based therapeutics. In *Biomedicine and Pharmacotherapy* (Vol. 131). Elsevier Masson SAS. <https://doi.org/10.1016/j.biopha.2020.110708>
- Pancawati, N. L. P. S. A., & Santi, D. (2016). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Deteksi Dini DM Pada Masyarakat Di Pedukuhan Ngemplak Karang Jati Kelurahan Sinduadi Mlati Sleman Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati*, 3(1), 24–34.
- Rehmaita, Mudatsir, & Tahlil, T. (2017). Pengaruh Senam Diabetes Dan Jalan Kaki Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Dm Tipe II. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 5(2), 84–89.
- Rosyid, F. N., D. Hudiawati, & B. Kristinawati. (2019). Peningkatan Pengetahuan Dan Upaya Pencegahan Diabetes Melitus Melalui Pendidikan Kesehatan. *J-ADIMAS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 7(2), 91–94.
- Salindeho, A., Mulyadi, & Rottie, J. (2016). Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Kadar Gula Darah Penderita DM tipe 2. *Ejournal Keperawatan (e-Kp)*, 4(1), 1–7.
- Suryasa, I. W., Rodríguez-Gámez, M., & Koldoris, T. (2021). Health and Treatment of Diabetes Mellitus. *International Journal of Health Sciences*, 5(1), I–V. <https://doi.org/10.53730/IJHS.V5N1.2864>
- Tomic, D., Shaw, J. E., & Magliano, D. J. (2022). The burden and risks of emerging complications of diabetes mellitus. In *Nature Reviews Endocrinology* (Vol. 18, Issue 9, pp. 525–539). Nature Research. <https://doi.org/10.1038/s41574-022-00690-7>

- Windyastuti, E., & Solikhah, M. M. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Keluarga Terhadap Self Care Manajemen Diabetes Mellitus di Pisbindu Lansia Sakura Kelurahan Plesungan Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 13(2), 211–220.
- Yulita, R. F., Waluyo, A., & Azzam, R. (2019). Pengaruh Senam Kaki terhadap Penurunan Skor Neuropati dan Kadar Gula Darah pada Pasien DM Tipe 2 di Persadia RS. TK. II. Dustira Cimahi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(1), 80–95. <https://doi.org/10.31539/joting.v1i1.498>