

EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA SISWA SMK FARMASI SURABAYA DALAM RANGKA MENCEGAH DARI PENYAKIT AKIBAT MIKROORGANISME

Syukrianto^{*1}, Umarudin Umarudin¹

^{1,2}Program Studi DIII Farmasi, Akademi Farmasi Surabaya, Jl. Ketintang Madya No 81 Surabaya

*Email : syukriantompd@gmail.com

ABSTRAK

Program edukasi PHBS di SMK Farmasi Surabaya dapat berkontribusi secara signifikan dalam meningkatkan kesehatan masyarakat dan mengurangi biaya kesehatan yang harus ditanggung oleh pemerintah dan individu. Tujuan kegiatan pengmas ini adalah mengedukasi perilaku hidup bersih dan sehat pada Siswa SMK Farmasi Surabaya dalam rangka mencegah dari penyakit akibat mikroorganisme. metode yang dilakukan yaitu pre test dan post test tentang pemahaman PHBS tentang Peengertian Personal Hygiene, Pola Hidup Sehat dapat meminimalisir terinfeksi penyakit menular, Agen Penyebab Tubuh Terinfeksi Penyakit Menular, Penyebab Penyakit Menular Kulit Cacar Air, Jamur Penyebab Penyakit Kulit Panu serta Upaya dalam mengatasi hal tersebut. Selain penyuluhan, kegiatan ini juga melibatkan penerapan langsung oleh siswa-siswi mengenai cara cuci tangan yang benar. Pengetahuan siswa diukur menggunakan kuesioner sebagai instrumen. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan mewawancarai siswa-siswi. Hasil kegiatan pengmas siswa siswi SMK Farmasi Surabaya dapat memahami materi tentang PHBS secara signifikan setelah diberikan materi, dan workshop cuci tangan yang baik dan benar.

Kata Kunci: PHBS, SMK Farmasi Surabaya, Penyakit Menular, Mikoorganisme

ABSTRACT

The PHBS education program at SMK Farmasi Surabaya significantly contributes to improving public health and reducing healthcare costs borne by both the government and individuals. The objective of this community service program is to educate students at SMK Farmasi Surabaya about clean and healthy living behaviors aimed at preventing diseases caused by microorganisms. The methods employed include pre-tests and post-tests on understanding Personal Hygiene, Healthy Lifestyle patterns to minimize the risk of infectious diseases, Agents causing Body Infectious Diseases, Causes of Skin Infectious Diseases such as Chickenpox and Fungal Causes of Tinea, and Efforts to address these issues. In addition to lectures, the program involves practical implementation by students on proper handwashing techniques. Student knowledge is assessed using questionnaires as the instrument. Data collection techniques include interviews with students. The results of the community service activities indicate that students at SMK Farmasi Surabaya significantly improved their understanding of PHBS after receiving the materials and participating in workshops on proper handwashing techniques.

Keywords: PHBS, SMK Farmasi Surabaya, infectious diseases, microorganisms

PENDAHULUAN

Pendidikan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah salah satu strategi penting dalam upaya pencegahan penyakit, terutama yang disebabkan oleh mikroorganisme. Mikroorganisme seperti bakteri, virus, dan parasit adalah penyebab utama berbagai penyakit menular yang dapat berdampak serius pada kesehatan individu dan masyarakat. Penyakit ini dapat ditularkan dari satu individu ke individu lainnya melalui beberapa faktor, salah satunya adalah agen atau penyebab penyakit yang memegang peranan penting dalam epidemiologi. Agen ini termasuk virus (seperti *influenza*, *trachoma*, cacar), *riketsia* (seperti *typhus*), bakteri (seperti disentri), dan *protozoa* (seperti malaria, filaria, dan schistosomiasis) (1). Edukasi PHBS pada Siswa SMK Farmasi Surabaya sangat penting karena siswa di tingkat ini sedang dalam masa remaja, dimana pembentukan kebiasaan dan pemahaman tentang kesehatan sangat kritis. Menurut Kementerian Kesehatan RI, remaja berusia 10-18 tahun berada dalam fase penting untuk mengembangkan kebiasaan sehat yang akan mempengaruhi kesehatan mereka di masa dewasa (2).

Agen infeksi dapat ditularkan melalui kontak langsung atau tidak langsung. Kontak langsung terjadi ketika seseorang terinfeksi melalui kontak dengan sumber infeksi, misalnya dengan menyentuh orang yang terinfeksi, mengonsumsi daging yang terinfeksi, atau digigit oleh hewan atau serangga yang terinfeksi. Penularan melalui kontak langsung juga mencakup menghirup agen infeksi melalui tetesan yang dikeluarkan saat bersin atau batuk, serta kontak seksual yang intim. Beberapa penyakit yang ditularkan melalui kontak langsung dengan sumber infeksi antara lain kurap, *AIDS*, *trikinosis*, *influenza*, *rabies* dan malaria (3).

Pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat di kalangan remaja sangat penting untuk mencegah penyebaran penyakit menular. Menurut penelitian yang dipublikasikan di *Journal of Infection and Public Health*, kebiasaan seperti mencuci tangan dengan sabun, menjaga kebersihan diri, dan menjaga lingkungan yang bersih dapat secara signifikan mengurangi risiko infeksi oleh mikroorganisme patogen. Di lingkungan sekolah, terjadi interaksi antar siswa sangat tinggi, kebiasaan sehat ini menjadi lebih krusial. Oleh karena itu, edukasi PHBS di SMK Farmasi Surabaya perlu ditingkatkan untuk melindungi siswa dari penyakit menular (4)

SMK Farmasi memiliki peran penting dalam pembentukan tenaga kesehatan masa depan. Sebagai calon tenaga kesehatan, siswa SMK Farmasi harus memiliki pengetahuan dan kesadaran yang mendalam tentang pentingnya PHBS untuk diri mereka sendiri dan untuk masyarakat. Menurut *American Journal of Infection Control*, petugas kesehatan yang memiliki pemahaman yang baik tentang kebersihan dan pencegahan infeksi dapat secara signifikan mengurangi penyebaran penyakit di fasilitas kesehatan dan di komunitas. Dengan demikian, program edukasi PHBS di SMK Farmasi tidak hanya akan melindungi siswa tetapi juga mempersiapkan mereka untuk menjadi advokat kesehatan di masa depan (5).

Selain itu, edukasi PHBS yang efektif dapat meningkatkan kualitas hidup siswa dan keluarganya. Kebiasaan sehat yang diajarkan di sekolah dapat diterapkan di rumah

dan di lingkungan sekitar, menciptakan efek domino yang positif. Penelitian yang diterbitkan di *Global Health Action* menunjukkan bahwa program edukasi kesehatan yang komprehensif di sekolah dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku sehat di kalangan siswa dan anggota keluarganya . Oleh karena itu, penting bagi SMK Farmasi Surabaya untuk mengimplementasikan program edukasi PHBS yang terstruktur dan berkelanjutan (6).

Peningkatan kesadaran dan pengetahuan tentang PHBS juga dapat membantu mengurangi beban penyakit menular di masyarakat. Menurut *World Health Organization (WHO)*, investasi dalam edukasi kesehatan dapat mengurangi kejadian penyakit menular dan beban ekonomi yang terkait dengan perawatan kesehatan. Dengan demikian, program edukasi PHBS di SMK Farmasi Surabaya dapat berkontribusi secara signifikan dalam meningkatkan kesehatan masyarakat dan mengurangi biaya kesehatan yang harus ditanggung oleh pemerintah dan individu (6). Tujuan kegiatan pengmas ini adalah mengedukasi perilaku hidup bersih dan sehat pada Siswa SMK Farmasi Surabaya dalam rangka mencegah dari penyakit akibat mikroorganisme.

METODE PENGABDIAN MASYARAKAT

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan secara tatap muka pada Siswa SMK Farmasi Surabaya. Sekolah ini berlokasi di Jl. Kapasari No. 3-5 Surabaya. Dengan lokasi yang strategis dekat rumah sakit, pasar, stasiun dan mall. SMK Farmasi dikenal sebagai Sekolah Farmasi tertua dan terbaik di Kota Surabaya. Tema yang diangkat pada kegiatan pengmas ini yaitu yang menjaga PHBS.

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, metode yang dilakukan yaitu *pretest* dan *posttest* tentang pemahaman PHBS serta Pengertian Personal Hygiene, Pola Hidup Sehat dapat meminimalisir terinfeksi penyakit menular, Agen Penyebab Tubuh Terinfeksi Penyakit Menular, Penyebab Penyakit Menular Kulit Cacar Air, Jamur Penyebab Penyakit Kulit Panu serta Upaya dalam mengatasi hal tersebut. Selain penyuluhan, kegiatan ini juga melibatkan penerapan langsung oleh seluruh siswa mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar. Pengetahuan siswa diukur menggunakan kuesioner sebagai instrumennya. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan mewawancarai seluruh siswa.

Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan ini adalah 30 orang. Setelah edukasi kegiatan ini dan *workshop* cara mencuci tangan yang baik dan benar, kegiatan dilanjutkan dengan memberikan pertanyaan mengenai materi yang telah disampaikan kepada para siswa. Kegiatan *review* dilakukan untuk memastikan semua siswa memahami materi yang telah di sampaikan oleh pemateri yaitu Bapak Syukrianto dan Bapak Umarudin serta dibantu oleh mahasiswa. Hal ini dilakukan agar pelaksanaan kegiatan ini dapat di ikuti dengan baik dan dapat dipahami oleh semua peserta didik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah tindakan yang dilakukan dengan kesadaran individu untuk membantu menjaga kesehatannya sendiri serta berperan aktif dalam kegiatan kesehatan di lingkungan keluarga dan masyarakat (7). Pentingnya PHBS adalah untuk menanamkan kesadaran pada setiap individu agar peduli terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitarnya. Melalui kegiatan ini, kita dapat memahami bagaimana perilaku siswa SMK Farmasi Surabaya dalam menjaga perilaku hidup bersih.

PHBS juga berfungsi sebagai cara untuk meningkatkan pengalaman belajar bagi individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat melalui pemberian informasi dan edukasi. Ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku melalui pendekatan advokasi, dukungan sosial, dan pemberdayaan masyarakat (7). Dalam lingkungan pendidikan, indikator penting PHBS meliputi mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, mengonsumsi makanan dan minuman sehat yang dijual di kantin, menggunakan WC yang bersih, berolahraga secara teratur, membersihkan jentik nyamuk, tidak merokok, rutin mengukur berat badan dan tinggi badan, serta membuang sampah pada tempat yang disediakan (8). Penyuluhan dilakukan dengan baik dimana siswa siswi mengikuti kegiatan sampai akhir acara (Gambar 1).



A B
Gambar 1, A-B. Pemaparan Materi yang dibantu oleh Mahasiswa.

Pada Gambar 1, Dosen dibantu mahasiswa memberikan materi dengan uraian. Personal hygiene, atau kebersihan pribadi, adalah serangkaian praktik untuk menjaga kebersihan dan kesehatan tubuh. Personal hygiene bertujuan untuk mencegah penyebaran penyakit, menjaga kesehatan kulit, gigi, dan organ lainnya, serta meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan. Menurut *World Health Organization (WHO)*, menjaga personal hygiene yang baik dapat mencegah banyak penyakit menular, baik yang bersifat umum maupun yang spesifik seperti infeksi kulit dan saluran pernapasan (9).

Pola hidup sehat memainkan peran penting dalam meminimalisir risiko terinfeksi penyakit menular. Ini mencakup kebiasaan makan makanan bergizi, rutin berolahraga, mendapatkan istirahat yang cukup, dan menghindari perilaku berisiko seperti merokok dan konsumsi alkohol berlebihan. Menurut *Centers for Disease Control and Prevention (CDC)*, pola hidup sehat dapat memperkuat sistem kekebalan tubuh, sehingga tubuh lebih mampu melawan infeksi. Mengadopsi

kebiasaan sehat juga termasuk praktik kebersihan yang baik seperti mencuci tangan dengan sabun, yang secara signifikan mengurangi penyebaran patogen (10). Agen penyebab penyakit menular meliputi berbagai jenis mikroorganisme seperti *virus*, bakteri, jamur, dan parasit. Misalnya, cacar air disebabkan oleh virus *varicella-zoster*, sementara infeksi kulit seperti panu disebabkan oleh jamur dari genus *Malassezia*. Untuk mengatasi infeksi cacar air, vaksinasi adalah langkah pencegahan yang sangat efektif. Sedangkan untuk mengatasi panu, pengobatan topikal dengan krim anti jamur dapat digunakan. Menurut *National Institutes of Health (NIH)*, kebersihan yang baik dan tindakan pencegahan seperti vaksinasi serta penggunaan obat anti jamur adalah langkah-langkah utama dalam mengatasi dan mencegah penyakit menular ini (11). Kegiatan edukasi ini dibagi dalam beberapa bagian yaitu sesi *pretest* dan sesi *posttest*, berikut hasil kegiatan tersebut pada Tabel 1.

Tabel 1. pengertian personal hygiene

<i>Personal hygiene</i>	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Pretest	17	36
Posttest	30	63
Total	47	100

Tabel 1 menunjukkan, sebagian besar responden memilih jawaban yang benar saat *posttest* yaitu 63% dan *pretest* sebanyak 36%. Nilai tersebut terjadi peningkatan dikarenakan *personal hygiene* merupakan upaya yang dilakukan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang baik kesejahteraan fisik maupun psikis, sedangkan kurang perawatan diri adalah kondisi seseorang tidak mampu melakukan perawatan kebersihan untuk dirinya sendiri. Berikut hasil kegiatan pola hidup sehat dapat meminimalisir terinfeksi penyakit menular pada tabel 2.

Tabel 2. kegiatan pola hidup sehat dapat dapat meminimalisir terinfeksi penyakit menular

Pola Hidup Sehat	Tidak Dapat		Bisa Jadi		Dapat	
	n	%	n	%	n	%
Pretest	10	21,2	14	29,8	23	49
Posttest	2	4,3	10	21,2	35	74,5

Tabel 2 menunjukkan pengaruh pola hidup sehat pada infeksi penyakit menular saat *posttest* yaitu 74,5% dan saat *pretest* 49%. Perilaku pola hidup sehat sangat penting untuk dapat mencegah penularan penyakit yang disebabkan dari pola hidup yang kurang baik. Manfaat utama dari pola hidup sehat adalah terbentuknya masyarakat yang sadar akan pentingnya kesehatan serta memiliki pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani gaya hidup yang menjaga kebersihan dan mematuhi

standar kesehatan (12). Berikut Tabel 3 agen penyebab tubuh terinfeksi penyakit menular dibawah ini.

Tabel 3. agen penyebab tubuh terinfeksi penyakit menular

Penyebab Tubuh Terinfeksi	Kimia		Biologi		Fisika	
	n	%	n	%	n	%
Pretest	12	25,6	25	53,2	10	21,2
Posttest	5	10,6	38	80,8	4	8,6

Tabel 3 menunjukkan, agen penyebab tubuh terinfeksi penyakit menular saat *posttest* yaitu 80,8% dan saat *pretest* 53,2%. Penyebab (agen) penyakit menular adalah unsur biologis yang bervariasi, mulai dari partikel virus yang sederhana hingga organisme kompleks yang dapat menyebabkan penyakit pada manusia. Selain virus, penyakit menular juga dapat disebabkan oleh mikroorganisme lain seperti jamur, bakteri, parasit, *protozoa*, serta faktor pola hidup. Agen penyebab penyakit menular dapat berpindah ke orang sehat dan berpotensi menyebabkan infeksi dengan tingkat keparahan yang tinggi (13). Berikut Tabel 4. penyebab penyakit menular kulit cacar air dibawah ini.

Tabel 4. Penyebab Penyakit Menular Kulit Cacar Air

Penyebab Penyakit Cacar Air	Jamur		Virus		Bakteri	
	n	%	n	%	N	%
Pretest	13	27,6	15	32	19	40,4
Posttest	6	12,8	33	70,2	8	17

Pada Tabel 4 menunjukkan pertanyaan dengan virus untuk penyebab penyakit menular cacar air saat *posttest* yaitu 70,2% dan saat *pretest* 32%. Cacar air, atau *chickenpox*, disebabkan oleh virus *Varicella zoster*. Penyakit ini ditandai dengan munculnya bintik-bintik gatal berisi cairan di seluruh tubuh dan wajah, serta dapat menginfeksi selaput lendir seperti pada mulut. Penyakit menular ini dapat menyebar secara pandemik atau musiman. Penularannya dapat mudah terjadi pada individu yang belum pernah terpapar virus atau belum divaksinasi (14). Berikut jawaban siswa siswi Jamur Penyebab Penyakit Kulit Panu pada Tabel 5.

Tabel 5. Jamur Penyebab Penyakit Kulit Panu

Jamur penyebab Panu	<i>Hepatitis</i>		<i>Enterobius vernicularis</i>		<i>Malassezia</i>	
	n	%	n	%	N	%
Pretest	5	10,7	24	51,1	18	38,2
Posttest	1	2	15	32	31	66

Tabel 5 siswa memilih jawaban *malassezia* untuk jamur penyebab penyakit kulit panu saat *posttest* yaitu 66% dan saat *pretest* sebanyak 38,2%. *Pityriasis versicolor*, dikenal *Tinea versicolor*, atau biasa disebut panu merupakan infeksi pada kulit yang disebabkan oleh jamur. Jamur penyebab penyakit ini berasal dari *genus Malassezia*. Penyakit kulit panu dapat menyebar keseluruh tubuh terutama diarea tubuh yang memiliki kelenjar *sebaceous* yang pada bagian dada dan punggung, selain itu juga dapat menginfeksi bagian wajah, lengan dan leher. Panu tidak menimbulkan gejala akan tetapi beberapa pasien yang terkena mengalami gatal-gatal pada area yang terinfeksi. Seseorang yang terinfeksi panu tidak boleh menggunakan barang pribadi secara bergantian untuk dapat mencegah terjadinya penularan, oleh karena itu diperlukan menjaga kebersihan tubuh agar tidak mudah terinfeksi penyakit menular (15).

Tabel 1-5 hasil *posttest* menunjukkan nilai peningkatan pemahaman atas pertanyaan tentang PHBS pada Siswa SMK Farmasi Surabaya. Artinya kegiatan ini mendukung pemahaman serta mengaplikasikan cara mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir secara baik dan benar. Memahami teknik mencuci tangan yang baik dan benar merupakan langkah awal dalam mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat. Penting untuk dicatat bahwa siswa telah berhasil memahami materi dengan baik. Selain menjelaskan melalui presentasi dan menggunakan video pembelajaran tentang PHBS, pemateri juga melibatkan 30 siswa dalam demonstrasi langsung tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar. hal ini dalam rangka upaya mencegah penyakit dan pengendalian mikroorganisme. Kegiatan "ayo cuci tangan dengan sabun" adalah serangkaian sikap yang dilakukan oleh individu dalam lingkungannya, dengan tujuan mengubah perilaku masyarakat dari yang kurang sehat menjadi lebih sehat (16). Berikut dokumentasi kegiatan pengmas pada Gambar 2.



Gambar 2. Kegiatan Pengabdian Masyarakat Bersama siswa siswi SMK Farmasi Surabaya dan Mahasiswa AKFAR Surabaya

KESIMPULAN

Kegiatan pengmas ini seluruh Siswa SMK Farmasi Surabaya dapat memahami materi tentang PHBS secara signifikan setelah diberikan materi, dan workshop cuci tangan yang baik dan benar. Siswa sangat antusias dan semangat dalam mendengarkan informasi yang disampaikan oleh Dosen, sehingga mereka langsung dapat melakukan praktik mencuci tangan di sekolah guna mengurangi penyebaran mikroorganisme. Para siswa ini diharapkan menjadi contoh bagi lingkungan sekitar baik di rumah atau dimanapun berada untuk mengadvokasi dan menjadi duta kesehatan terumata PHBS.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (PPPMM) Akademi Farmasi dengan nomor surat tugas 128/AFS.DIR/01.HK.01/2024 dan dengan nomor kontrak 028/AKFAR-SBY/PPPMM/50.03/III/2024 yang telah memfasilitasi kegiatan ini dan kepala sekolah serta Siswa SMK Farmasi Surabaya yang telah mensukseskan kegiatan ini sehingga acara dapat berlangsung dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Masriadi. 2016. Epidemiologi Penyakit Menular. Pengaruh Kualitas Pelayanan Jurnal EMBA. 109–119 p.
2. Kementerian Kesehatan RI. (2023). Remaja dan Kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

3. Mathur P (2022). Hand hygiene practices and the reduction of infectious diseases. *Journal of Infection and Public Health*, 15(3), 234-242. doi:10.1016/j.jiph.2022.01.004
4. American Journal of Infection Control. (2021). The impact of health education on infection prevention. *American Journal of Infection Control*, 49(6), 456-463. doi:10.1016/j.ajic.2021.03.002
5. Global Health Action. (2020). School-based health education programs and their effects on community health. *Global Health Action*, 13(1), 88-95. doi:10.1080/16549716.2020.1757901
6. World Health Organization. (2023). The economic impact of health education initiatives. Geneva: World Health Organization
7. Anjarwati,A.,Az Zahra,P. F.,Faradilla,A.,Tizenanda,D. D. C.,Putri,D. R., &Pratama, V. A. (2022). Upaya Menciptakan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dengan Rutin Mencuci Tangan Di SDNSukabumi 2 Probolinggo. *Jurnal Abdi Insani*, 9(3),829-839.<https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v9i3.682>
8. Berot, F. H. (2017). Factors Related To Household Healthy Behavior In Kubu. *Social and Economics Research*, 2(2), 195–207.
9. World Health Organization. (2023). Personal Hygiene. Retrieved from <https://www.who.int/topics/hygiene/en/>
10. Centers for Disease Control and Prevention. (2023). Healthy Living. Retrieved from https://www.cdc.gov/healthyweight/healthy_eating/index.html
11. National Institutes of Health. (2023). Infectious Diseases. Retrieved from <https://www.nih.gov/about-nih/what-we-do/nih-turning-discovery-into-health/infectious-diseases>
12. Setyaningsih D, Ahda A, Roshalia R, Aziz S, Lutfiah SL, Vera. Sistem Penghantar Obat Suppositoria Dengan Variasi Formula Basis : Review Artikel. *J Pendidik dan Konseling [Internet]*. 2022;4(6):1–9. Available from: <https://jurnal.yamasi.ac.id/index.php/Jurkes/issue/view/14/1>
13. kemenkes RI. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 2406 Tahun 2011. Menteri Kesehat Republik Indoonesia. 2011;19(6):34–44.
14. Epidemiologi P, Menular P, Pandemi EDAN, Dan P, Penyakit P. Prinsip epidemiologi penyakit menular, epidemi dan pandemi, pencegahan dan pengendalian penyakit menular. 2023;(June).
15. Siregar PA, Azwa NA, Mrp AD, Maghfirah S. Epidemiologi Penyakit Menular Cacar Air. *JK J Kesehat*. 2023;1(1):10–24.
16. Umarudin, U., Syukrianto., Anidnya, W. D., Wulansari, S. A., & Aryanti, E. (2024). Edukasi Eco Enzyme Dari Limbah Buah Dan Sayur Menjadi Sabun Cair Cuci Tangan Sebagai Upaya Menciptakan Ekonomi Masyarakat Produktif Dalam Mendukung Sustainable Development Goals (Sdgs) Di Kelurahan Ketintang 4 Surabaya.*Jurnal Abdi Insani*, 11(2), 1816-1824. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v11i2.1593..>