



EDUKASI MASYARAKAT TENTANG PENYAKIT JANTUNG KORONER DAN ARITMIA MELALUI MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DAN YOUTUBE

Meiliyana Wijaya^{1*}, L. Grace Tumbelaka², Victor Bandana³

¹*Departemen Parasitologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jakarta, Indonesia*

²*Departemen Fisiologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jakarta, Indonesia*

³*Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jakarta, Indonesia*

* Penulis Korespondensi : meiliyana.wijaya@atmajaya.ac.id

Abstrak

Penyakit jantung koroner (PJK) dan aritmia merupakan dua jenis penyakit kardiovaskular yang menjadi beban kesehatan serius di Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia memaparkan bahwa penyakit jantung telah menjadi beban kesehatan signifikan dengan pembiayaan yang tinggi. Pemerintah telah berupaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pengenalan dan pencegahan penyakit jantung karena banyak dari faktor risikonya bisa dihindari. Berbagai lembaga termasuk fakultas di bidang kesehatan memiliki peranan penting untuk bersinergi dengan pemerintah dalam melakukan promosi kesehatan. Kurangnya kesadaran masyarakat menjadi tantangan utama dalam pengendalian penyakit jantung. Pengabdian masyarakat berupa video edukasi ini bertujuan untuk menyebarkan informasi mengenai faktor risiko, gejala, deteksi dini, dan perawatan yang tepat dalam menambah keterjangkauan wawasan masyarakat terkait pencegahan terjadinya penyakit serta komplikasi dari PJK dan aritmia. Pembuatan video edukasi ini melibatkan mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Unika Atma Jaya yang diintegrasikan ke dalam kegiatan pembelajaran blok kardiovaskular. Video edukasi diunggah melalui platform media sosial Instagram dan Youtube. Metode berbasis proyek ini dapat meningkatkan partisipasi aktif mahasiswa dalam mengedukasi masalah penyakit jantung dan diharapkan berperan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang PJK dan aritmia.

Kata kunci: *Aritmia, Kesehatan Masyarakat, Media Sosial, Penyakit Jantung Koroner, Video Edukasi*



Abstract

Coronary heart disease (CHD) and arrhythmia are two types of cardiovascular disease that are a severe health burden in Indonesia. The Ministry of Health of the Republic of Indonesia explained that heart disease has become a significant health burden with high costs. The government has made efforts to increase public awareness regarding recognizing and preventing heart disease because many risk factors can be avoided. Various institutions, including faculties in the health sector, have an essential role in synergizing with the government in carrying out health promotion. Lack of public awareness is a significant challenge in controlling heart disease. This community service, in the form of an educational video, aims to disseminate information regarding risk factors, symptoms, early detection, and appropriate treatment to increase the reach of community insight regarding preventing disease and complications from CHD and arrhythmias. The making of this educational video involved medical students from FKIK Unika Atma Jaya, who were integrated into cardiovascular block activities. Educational videos are uploaded via social media platforms such as Instagram and YouTube. This project-based method can increase students' active participation in educating about heart disease and is expected to increase public awareness about CHD and arrhythmias.

Keywords: *Arrhythmia, Coronary Heart Disease, Educational Videos, Public Health, Social Media*



Pendahuluan

Penyakit kardiovaskular merupakan penyebab utama kematian di seluruh dunia selama tiga dekade terakhir dan menjadi penyumbang sekitar 17,9 juta kematian di Indonesia setiap tahunnya (Di Cesare et al., 2024; Ditjen P2P Kemenkes RI, 2023). Penyakit jantung koroner (PJK) dan aritmia merupakan dua jenis penyakit kardiovaskular yang menjadi masalah kesehatan serius di Indonesia. Keduanya dapat menyebabkan komplikasi yang fatal hingga kematian jika tidak ditangani dengan baik. Peningkatan prevalensi penyakit ini sejalan dengan perubahan gaya hidup dan meningkatnya faktor risiko kardiovaskular di populasi Indonesia (Marniati et al., 2021; Yuniadi, 2017).

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), penyakit jantung telah menjadi beban kesehatan signifikan dengan pembiayaan tinggi bagi masyarakat serta pemerintah Indonesia (Kemenkes RI, 2023). Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi PJK di Indonesia mencapai 1,5% dari total populasi atau sekitar 2,7 juta orang dengan tingkat kematian yang terus meningkat (Badan Litbangkes Kemenkes RI, 2019). Angka ini cenderung meningkat seiring berjalannya waktu. Penyakit ini terjadi akibat penyempitan atau penyumbatan pembuluh darah koroner yang berfungsi untuk memasok darah ke otot jantung. Hal ini umumnya disebabkan oleh aterosklerosis, yakni penumpukan plak kolesterol di dinding pembuluh darah. Akibatnya, suplai oksigen dan nutrisi ke jantung terganggu, sehingga dapat menyebabkan serangan jantung. Faktor risiko utama PJK di Indonesia meliputi kebiasaan merokok, tekanan darah tinggi, diabetes, obesitas, dan pola makan yang tidak sehat. Urbanisasi dan modernisasi gaya hidup turut berkontribusi pada peningkatan risiko PJK, terutama di kota-kota besar (Chen et al., 2021; Marniati et al., 2021).

Aritmia merupakan gangguan irama jantung yang menyebabkan detak jantung menjadi tidak normal yakni: bisa terlalu cepat (takikardia), terlalu lambat (bradikardia), atau tidak teratur (Desai & Hajouli, 2024). Gangguan irama jantung ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti penyakit jantung koroner, hipertensi, kerusakan jaringan jantung, hingga faktor genetik. Aritmia yang tidak diobati dapat berakibat pada komplikasi serius seperti stroke dan gagal jantung. Di Indonesia, aritmia sering kali tidak terdiagnosis secara dini karena gejala awalnya yang sering tidak terasa atau tidak disadari oleh pasien. Deteksi dini aritmia di Indonesia juga masih terbatas pada fasilitas kesehatan tertentu yang memiliki akses ke teknologi pemeriksaan jantung seperti elektrokardiogram (EKG) dan Holter monitor. Tingkat pemahaman masyarakat mengenai aritmia dan bahayanya masih rendah, sehingga banyak pasien baru menyadari kondisinya setelah mengalami komplikasi serius (Yuniadi, 2017).

Pemerintah Indonesia melalui program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) telah berupaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pengenalan dan pencegahan penyakit jantung melalui perubahan gaya hidup sehat, pemeriksaan kesehatan berkala, serta kampanye berhenti merokok (Cahyani et al., 2020). Selain itu,



peningkatan kapasitas pelayanan kesehatan melalui Program Jaminan Kesehatan Nasional (JKN) juga telah diperbaiki (Nasution et al., 2024). Berbagai lembaga termasuk fakultas di bidang kesehatan memiliki peranan penting untuk bersinergi dengan pemerintah dalam melakukan promosi kesehatan yakni, memberikan edukasi kepada masyarakat luas. Banyak dari faktor risiko penyakit jantung sebenarnya bisa dihindari atau dikelola, seperti tekanan darah tinggi, merokok, kolesterol tinggi, diabetes, obesitas, dan gaya hidup yang tidak sehat. Namun, kurangnya kesadaran masyarakat tentang hal-hal ini menjadi tantangan utama dalam pengendalian penyakit jantung.

Edukasi mengenai faktor risiko, gejala, deteksi dini, dan perawatan yang tepat untuk PJK maupun aritmia perlu semakin ditingkatkan untuk menambah keterjangkauan wawasan masyarakat dalam mencegah terjadinya penyakit dan komplikasi yang lebih serius. Salah satu strategi yang bisa digunakan untuk menyampaikan informasi tersebut secara efektif dalam menjangkau khalayak luas adalah melalui platform media sosial. Video singkat dan interaktif yang dapat menjelaskan tentang PJK dan aritmia serta cara mencegahnya bisa menjadi konten yang bermanfaat di *YouTube* ataupun *Instagram Reels*. Pemilihan kedua media sosial ini karena bisa saling melengkapi tergantung diferensiasi audiens. *Instagram* merupakan platform berbasis gambar/ visual sehingga konten lebih mudah diingat dan dicerna (Rogers, 2021). Keunggulan lainnya adalah lebih disukai pada kalangan pengguna yang lebih muda yang menggunakan media sosial untuk memperoleh informasi lebih cepat (Surja et al., 2024). *YouTube* lebih memungkinkan pengunggah konten untuk menyampaikan informasi dalam format video yang lebih panjang dan mendalam (Mohamed & Shoufan, 2024), sehingga ideal untuk edukasi kesehatan yang memerlukan penjelasan rinci dan untuk audiens yang ingin belajar lebih mendalam seperti mahasiswa ataupun tenaga kesehatan lainnya. Dengan adanya kegiatan pengabdian melalui video edukatif yang diunggah ke media sosial dan terintegrasi dengan pembelajaran blok kardiovaskular ini, diharapkan mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (FKIK) Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya (UAJ) mendapatkan pengalaman serta kesempatan berpartisipasi aktif dalam mengedukasi masyarakat.

Metode Pelaksanaan

Proses pembuatan video diawali dengan penentuan topik oleh tim blok kardiovaskular yang berkoordinasi dengan dosen penilai. Terdapat enam topik penyakit terkait jantung dan pembuluh darah yang diperoleh dan dibagi ke dalam 18 kelompok mahasiswa yang akan mengikuti blok kardiovaskular di periode semester genap tahun ajaran 2023/ 2024. Topik tersebut terdiri dari: PJK, gagal jantung, dislipidemia, hipertensi, infark miokard (serangan jantung), dan aritmia (gangguan irama jantung). Topik PJK yang diminta meliputi: faktor risiko terkait pencegahan, pengenalan gejala terkait deteksi dini dan gejala lain yang menyerupai, serta tatalaksana terutama pertolongan pertama yang perlu segera dilakukan. Edukasi perihal aritmia yang perlu disampaikan pada video edukasi yakni: faktor



risiko terkait yang dapat dicegah dan tidak, pengenalan gejala, dan juga pilihan tatalaksana yang tersedia.

Tim blok kemudian membuat *template* rancangan tugas yang akan disampaikan saat pengenalan blok. Pembuatan serta pengumpulan video dikoordinasi oleh tim blok melalui ketua angkatan mahasiswa. Informasi yang disampaikan dalam video diminta menggunakan bahasa yang dapat dipahami masyarakat awam. Meskipun penyampaian informasi untuk awam, dasar bahan pembelajaran mahasiswa untuk pembuatan video harus berbasis sumber-sumber ilmiah.

Kegiatan promosi kesehatan jantung khususnya PJK dan aritmia melalui video edukatif yang diintegrasikan dalam kegiatan tugas mandiri serta perkuliahan mahasiswa kedokteran FKIK Unika Atma Jaya ini berlangsung pada blok kardiovaskular di periode semester genap tahun 2024. Mahasiswa FKIK UAJ angkatan 2022, tim Blok, bersama salah satu dosen pengampu topik jantung berperan aktif dalam pembuatan konten video singkat yang diunggah ke *Youtube* dan *Instagram* FKIK UAJ. Mahasiswa-mahasiswi yang terbagi dalam kelompok di blok membuat video singkat yang harus berdasarkan sumber ilmiah terpercaya dan mutakhir. Video singkat yang telah dibuat dan dikumpulkan akan dinilai oleh dosen spesialis di bidang kardiovaskular.

Video edukatif yang dibuat harus memenuhi kriteria penilaian antara lain: kejelasan (mudah dipahami oleh masyarakat awam), memiliki kesesuaian serta ketepatan isi dengan judul topik yang diberikan, kreativitas dalam penyajian video, dan isi konten berdasarkan referensi minimal 10 tahun terakhir. Masing-masing kriteria memiliki poin 1 (kurang) atau 2 (cukup) atau 3 (baik). Total poin penilaian yang dapat diperoleh minimal 5 dan maksimal 15. Target sasaran konten yang dihasilkan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini antara lain: civitas akademika FKIK Unika Atma Jaya serta masyarakat luas yang dapat mengakses *Youtube* dan *Instagram* FKIK UAJ. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa tugas pembuatan video oleh mahasiswa di blok Kardiovaskular dilaksanakan pada tanggal 3 Juni 2024 hingga 9 Juli 2024. Selanjutnya, video yang telah dinilai akan dilakukan penyuntingan sesuai *template* Unika Atma Jaya untuk dipublikasikan melalui *Instagram* dan *Youtube*. Tahapan pelaksanaan pengabdian masyarakat terintegrasi dalam blok Kardiovaskular dapat dilihat pada gambar 1.

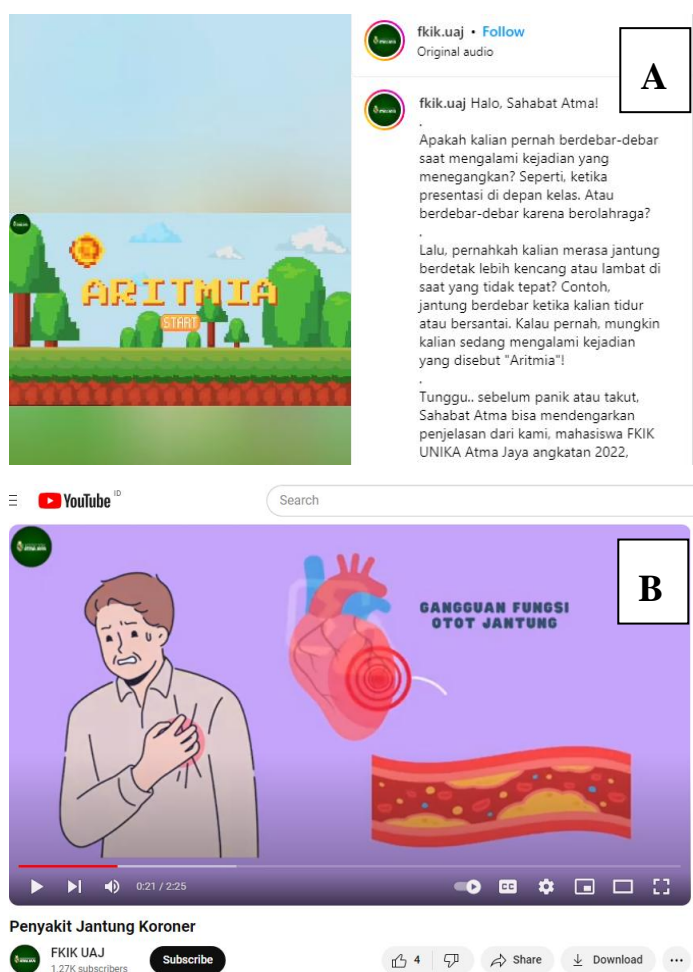


Gambar 1. Alur pelaksanaan tugas video edukatif.

Hasil dan Pembahasan

Hasil pengabdian masyarakat berbasis proyek terintegrasi blok kardiovaskular yang dihasilkan adalah 18 video, dengan durasi masing-masing adalah maksimal sekitar 2 menit. Berdasarkan penjumlahan kriteria penilaian yang ditetapkan, terdapat dua kelompok yang memperoleh nilai total tertinggi sebesar 14. Kedua kelompok tersebut merupakan kelompok yang mengerjakan video edukasi dengan topik PJK dan aritmia. Kedua video edukasi yang memperoleh nilai tertinggi diperiksa ulang oleh dosen penilai. Konten multimedia berupa dua video tersebut kemudian dipublikasi lewat akun *Instagram* dan *Youtube* FKIK Unika Atma Jaya.

Hasil video topik PJK dan aritmia berupa *reels* di *Instagram* dan video di *Youtube* dapat diakses oleh publik melalui kanal resmi FKIK UAJ (Gambar 2). Konten video PJK yang dihasilkan meliputi beberapa poin terkait pengenalan serangan jantung, faktor risiko terkait pencegahan, serta pilihan pengobatan yang ada. Video aritmia yang diunggah meliputi: pengenalan gangguan irama jantung, penyebab beserta faktor risikonya terkait pencegahan, dan penanganan yang tersedia. Kedua konten yang diunggah dapat bermanfaat bagi sesama mahasiswa kedokteran, tenaga kesehatan lainnya, serta masyarakat awam yang ingin mengetahui terkait topik penyakit yang disampaikan.



Gambar 2. Hasil *posting* pada kanal FKIK UAJ. (A) *Reels* di *Instagram*. (B) Konten video di *Youtube*.

Keterlibatan mahasiswa kedokteran merupakan hal yang penting untuk kegiatan edukasi kesehatan masyarakat yang melibatkan media sosial seperti *Instagram* ataupun *Youtube*. Genarasi mahasiswa saat ini lebih menguasai penggunaan teknologi serta tren video yang menarik penonton (Surja et al., 2024). Metode berbasis proyek yang terintegrasi pada nilai akhir blok juga memberikan motivasi kepada setiap kelompok untuk mengerjakan dengan sebaik mungkin. Tugas video ini dapat meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam melihat masalah penyakit jantung dan pembuluh darah yang ada di masyarakat khususnya Indonesia, serta dalam penyelesaiannya berbasis edukasi yang tepat. Tugas ini juga dapat meningkatkan *hardskill* mahasiswa seperti: mencari literatur ilmiah sesuai topik, dilanjutkan dengan menganalisis temuan literatur yang dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran sebagai acuan pembuatan video berdasarkan kriteria penilaian. Selain itu, *soft skill* mahasiswa juga dapat lebih dikembangkan seperti: berpikir kreatif, kemampuan berkomunikasi, dan kolaborasi dalam kelompok. Pembelajaran berbasis proyek juga dapat



membantu mahasiswa memahami topik kuliah dengan lebih baik karena secara dilakukan secara aktif (Riandhana & Halifah, 2023; Putri et al., 2022).

Pengunggahan video edukasi kesehatan oleh lembaga pendidikan kedokteran, salah satunya yang dilakukan pada pengabdian masyarakat kami memiliki berbagai manfaat dalam kontribusi peningkatan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Video edukasi dapat meningkatkan kesadaran masyarakat dalam memahami pentingnya pencegahan penyakit, sehingga mereka lebih sadar akan risiko kesehatan (Aisah et al., 2021). Selain itu, hal ini dapat memotivasi individu untuk mengadopsi gaya hidup sehat sehingga pada akhirnya menurunkan jumlah beban penyakit jantung di Indonesia. Ketersediaan video edukasi ke media sosial juga menjadi cara penyebaran informasi yang cepat dengan mengukung kemudahan akses informasi dengan jangkauan audiens yang luas serta dapat dioptimalkan dengan mesin pencari dalam meningkatkan kemungkinan ditemukan oleh orang yang mencari informasi kesehatan (Amilia et al., 2022). Edukasi kesehatan berupa video juga memiliki keunggulan seperti format visual yang menarik sehingga mudah dipahami dibandingkan teks saja (Amilia et al., 2022; Aulia Junis et al., 2024). Video yang telah terunggah memiliki masa penyimpanan yang awet sehingga penonton dapat melihat kembali informasi yang relevan di masa mendatang.

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian edukasi ke masyarakat yang terintegrasi dalam materi pengajaran blok kardiovaskular berhasil menghasilkan luaran berupa video yang dikerjakan secara berkelompok. Topik penyakit kardiovaskular yang berhasil memperoleh poin penilaian tertinggi adalah PJK dan aritmia. Kedua topik ini setelah melalui proses penyuntingan diunggah di *Youtube* dan *Instagram* FKIK UAJ. Proyek berbasis tugas video ini telah berkontribusi secara positif dalam penyebaran informasi PJK dan aritmia kepada masyarakat. Metode dan sasaran pengabdian masyarakat untuk topik kesehatan jantung kedepannya dapat disinergikan dengan mahasiswa di pendidikan klinis untuk penyampaian yang lebih bervariasi, efektif, dan berkelanjutan. Target populasi edukasi juga bisa dikembangkan untuk pengenalan penyakit jantung vaskular yang faktor risiko utamanya adalah usia lanjut ataupun anak-anak sehingga memperluas jangkauan dan dampak konten yang diunggah.

Ucapan Terimakasih

Kami ingin mengucapkan terima kasih kepada mahasiswa-mahasiswi angkatan 2022, Valencia Santoso, dan Bapak Bertrandus Sony Afrianko, S.Pd atas bantuannya dalam proses publikasi konten.



Daftar Referensi

- Aisah, S., Ismail, S., & Margawati, A. (2021). Edukasi Kesehatan dengan Media Video Animasi: Scoping Review. *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(1), 641–655. <https://doi.org/10.32584/jpi.v5i1.926>
- Amilia, F., Rowindi, G., & Mubaroq, S. (2022). Pemanfaatan Publikasi Di Media Sosial Untuk Lembaga Pendidikan. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(5), 1141–1147. <https://doi.org/10.31849/DINAMISIA.V6I5.9355>
- Aulia Junis, M., Nurul Fadillah, H., & Fauzi Rachman, I. (2024). Transformasi Sosial di Era Digital: Peran Media Sosial dalam Meningkatkan Kesadaran terhadap Tujuan Pembangunan Berkelanjutan 2030. *Jurnal Ilmiah Manajemen Ekonomi Dan Akuntansi (JIMEA)*, 1(3), 31–39. <https://doi.org/10.62017/JIMEA.V1I3.1209>
- Badan Litbangkes Kemenkes RI. (2019). *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>.
- Cahyani, D. I., Kartasurya, M. I., & Rahfiludin, M. Z. (2020). Gerakan Masyarakat Hidup Sehat dalam Perspektif Implementasi Kebijakan (Studi Kualitatif). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(1), 10–18. <https://doi.org/10.26714/JKMI.15.1.2020.10-18>
- Chen, Z., Liu, M., Zhang, S., Xiong, Z., Zhong, X., Yang, D., Kong, J., He, X., Zhu, Y., Hu, X., & Zhuang, X. (2021). Urban index and lifestyle risk factors for cardiovascular diseases in China: A cross-sectional study. *Science Progress*, 104(1). <https://doi.org/10.1177/00368504211003762>
- Desai, D., & Hajouli, S. (2024). *Arrhythmias*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32644349/>
- Di Cesare, M., McGhie, D. V., Perel, P., Mwangi, J., Taylor, S., Pervan, B., Kabudula, C., Narula, J., Bixby, H., Pineiro, D., Gaziano, T. A., & Pinto, F. J. (2024). The Heart of the World. *Global Heart*, 19(1). <https://doi.org/10.5334/gh.1288>
- Ditjen P2P Kemenkes RI. (2023). *Laporan Kinerja Ditjen P2P Tahun 2023 – Ditjen P2P*. <https://p2p.kemkes.go.id/laporan-kinerja-ditjen-p2p-tahun-2023/>
- Kemenkes RI. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2022*. <https://kemkes.go.id/id/profil-kesehatan-Indonesia-2022>
- Marniati, Notoatmodjo, S., Sutomo, K., & Kintoko, R. (2021). *Lifestyle of Determinant: Penderita Penyakit Jantung Koroner* (1st ed.). PT RajaGrafindo Persada.
- Mohamed, F., & Shoufan, A. (2024). Users' experience with health-related content on YouTube: an exploratory study. *BMC Public Health*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17585-5>
- Nasution, I. S., Br Said, N., Salsabila, M., Maulidia, A., Sinta Aulia, Z., & Ramadhani, S. (2024). Kebijakan Kesehatan di Indonesia: Tinjauan, Tantangan, dan Rekomendasi. *Vitamin: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 2(3), 195–206. <https://doi.org/10.61132/VITAMIN.V2I3.509>
-



- Putri, F. E., Hidayati, F., Lesmana, O., & Fitri, A. (2022). Penerapan Project Base Learning Dalam Meningkatkan Keterampilan Berpikir Kreatif dan Hasil Belajar Untuk Mata Kuliah Pengendalian Vektor dan Binatang Pengganggu. *BIODIK*, 8(2), 128–135. <https://doi.org/10.22437/BIO.V8I2.17224>
- Riandhana, E., & Halifah, N. (2023). Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran Project-based Learning Dengan Menggunakan Platform Media Sosial Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Pada Mata Kuliah Pendidikan Karakter dan Anti Korupsi di Prodi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tadulako. *Center of Education Journal (CEJou)*, 4(2). <https://doi.org/10.55757/CEJOU.V4I2.311>
- Rogers, R. (2021). Visual media analysis for Instagram and other online platforms. *Big Data and Society*, 8(1). <https://doi.org/10.1177/205395172111022370>
- Surja, S. S., Rimbo, S. T., Putra, A., Ecclesia, S., Kurniawan, R., Mario, R. A., Akris, D. L. V., Yolanda, H., Joprang, F. S., Kaiser, M. M. M., & Wijaya, M. (2024). Edukasi Masyarakat Melalui Instagram: Nyamuk Ber-Wolbachia untuk Pencegahan Dengue. *Mitramas: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(2), 104–113. <https://doi.org/10.25170/MITRAMAS.V2I2.5621>
- Yuniadi, Y. (2017). Mengatasi Aritmia, Mencegah Kematian Mendadak. *EJournal Kedokteran Indonesia*, 5(3), 139–146. <https://doi.org/10.23886/ejki.5.8192>