

Pengaruh *Health Education* dengan Media Leaflet dan Audio Visual terhadap Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Mellitus

Siti Maesaroh^{1*}, Indri Sarwili², Nurul Ainul Shifa³

¹⁻³Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Indonesia Maju Jakarta

*Korespondensi:
Siti Maesaroh, Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Indonesia Maju Jakarta
E-mail:
maesarohsiti176@gmail.com

DOI:
<https://doi.org/10.70304/jmsi.v4i02.15>

Copyright © 2025, Jurnal Masyarakat Sehat Indonesia
E-ISSN: 2828-1381
P-ISSN: 2828-738X

Abstrak

Kepatuhan diet Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu dari lima pilar penatalaksanaan DM yang penting untuk dilakukan dalam upaya mengontrol kadar glukosa darah pasien DM. Salah satu cara untuk mengatasi ketidakpatuhan diet pada pasien DM yaitu dengan *health education* dengan media leaflet dan audio visual. Tujuan penelitian untuk mengetahui Pengaruh *Health Education* Dengan Media *Leaflet* Dan Audio Visual Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Ruang Apel Rsud Cengkareng Jakarta Barat Tahun 2024. Metode penelitian ini dengan *quasi eksperimental* menggunakan design tipe *one group pre-post test design*. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien DM yang dirawat di ruangan Apel sebanyak 15 orang. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan data primer menggunakan kuesioner untuk mengukur kepatuhan *pretest* dan *posttest*. Data analisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian diperoleh Rata-rata kepatuhan diet sebelum intervensi adalah nilai mean 13.73 (tidak patuh), dan hasil rata-rata kepatuhan diet sesudah intervensi adalah nilai mean 2.07 (patuh). Hasil uji statistik diperoleh nilai $p\text{-value } (0.001) < \alpha 0.05$ artinya ada terdapat pengaruh *health education* dengan media leaflet dan audio visual terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus. Terdapat pengaruh *health education* dengan media leaflet dan audio visual terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di Ruang Apel RSUD Cengkareng Jakarta Barat tahun 2024.

Kata Kunci: Diabetes Mellitus, *Health Education*, Kepatuhan Diet

Abstract

Diet adherence in Diabetes Mellitus (DM) is one of the five pillars of DM management that is important to implement in an effort to control the blood glucose levels of DM patients. One way to address dietary non-compliance in DM patients is through health education using leaflets and audiovisual media. The purpose of the study is to determine the effect of Health Education Using Leaflet and Audio Visual Media on Diet Compliance in Diabetes Mellitus Patients in the Apel Room of RSUD Cengkareng, West Jakarta, in 2024. The research method used in this study is quasi-experimental with a one group pre-post test design. The sample in this study consisted of 15 DM patients treated in the Apel room. The sampling technique used was purposive sampling. Data collection used primary data with questionnaires to measure pretest and posttest compliance. Data analysis was conducted univariately and bivariately using the Wilcoxon test. The research results obtained The average diet adherence before the intervention was a mean value of 13.73 (non-compliant), and the average diet adherence after the intervention was a mean value of 2.07 (compliant). The results of the statistical test obtained a $p\text{-value } (0.001) < \alpha 0.05$, meaning there is an influence of health education using leaflet and audiovisual media on diet adherence in diabetes mellitus patients. There is an influence of health education using leaflet and audiovisual media on diet adherence in diabetes mellitus patients in the Apel Room of Cengkareng Regional General Hospital, West Jakarta, in 2024.

Keywords: Diabetes Mellitus, *Health Education*, Diet Compliance

Pendahuluan

Diabetes mellitus adalah suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemi yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, gangguan kerja insulin atau keduanya, yang menimbulkan berbagai komplikasi kronik pada mata, ginjal, saraf dan pembuluh darah ⁽¹⁾. Prevalensi DM yang terus meningkat secara tidak langsung akan meningkatkan angka kesakitan dan kematian akibat komplikasi DM. Faktor-faktor yang dapat meningkatkan angka DM setiap tahunnya antara lain yaitu kurangnya edukasi penderita DM, pola makanan yang tidak sehat, kegiatan jasmani atau olahraga yang tidak dijalankan, keteraturan minum obat dan pengecekan kadar gula darah yang tidak teratur menjadi alasan yang kuat terjadinya peningkatan penderita DM ⁽²⁾.

Tindakan pengendalian DM untuk mencegah komplikasi sangat diperlukan, khususnya dengan menjaga tingkat gula darah. Namun kenyataannya, pengendalian gula darah ini sangat sulit untuk dilakukan, hal ini karena tidak disiplinnya penderita DM dalam penatalaksanaannya ⁽³⁾. Penatalaksanaan diabetes mellitus secara umum ada lima sesuai dengan konsensus pengelolaan DM di Indonesia dan Perkeni (2021), yaitu edukasi, diet, latihan fisik / olahraga, terapi obat, dan pemantauan kadar gula darah dan mencegah komplikasi. Perencanaan diet merupakan salah satu dari lima pilar utama untuk mempertahankan kadar gula darah⁽¹⁾. Pasien DM harus taat dalam melaksanakan segala anjuran dan larangan apa yang sudah diperintahkan ⁽³⁾.

Kepatuhan pasien DM dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pengetahuan, motivasi, dan dukungan keluarga. Salah satu cara untuk mengatasi ketidakpatuhan pada pasien DM yaitu dengan *health education*. *Health education* merupakan salah satu proses seseorang atau kelompok tertentu dalam pembelajaran, yang diawali dengan ketidaktahuan menjadi ilmu yang bisa membantu mereka ketika mengalami permasalahan dalam kesehatannya ⁽⁴⁾. Sasaran *health education* dapat menentukan metode pendidikan kesehatan yang harus dilakukan, metode yang dapat dilakukan salah satunya yaitu metode pendidikan masa dengan media cetak. Salah satu media cetak yang sering digunakan adalah leaflet, namun seiring dengan berkembangnya era saat ini media lain dapat dijadikan sarana pendidikan kesehatan yaitu dengan audio visual ⁽⁵⁾.

Pemberian *health education* dengan media leaflet dan audiovisual di RSUD Cengkareng belum pernah dilakukan, sehingga peneliti merasa hal ini perlu dilakukan dalam upaya untuk meningkatkan kepatuhan diet pada pasien DM. Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk mengetahui mengenai pengaruh *health education* dengan media leaflet dan audio visual terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di Ruang Apel RSUD Cengkareng Jakarta Barat tahun 2024.

Metode

Desain penelitian yang digunakan yaitu dengan *quasi eksperimental* menggunakan *design tipe one group pre-post test design*. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *health education* dengan media leaflet dan audio visual terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien DM yang dirawat di ruang Apel di RSUD Cengkareng Barat sebanyak 64 orang, dengan jumlah sampel sebanyak 15 orang. Teknik sampling yang digunakan yaitu dengan teknik *purposive sampling*.

Instrumen penelitian menggunakan data primer dengan kuesioner yang sudah baku, kuesioner terdiri dari 21 pertanyaan kepatuhan diet berdasarkan pedoman 3J yaitu jumlah kalori, jenis makanan, dan jadwal makan pada pasien DM. Skala kuesioner menggunakan skala glutman dengan pilihan jawaban ya = skor 1, dan tidak = skor 0. Prosedur pengumpulan data dimulai dari prosedur administratif, prosedur teknis, dan tahap akhir. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisa univariat dan bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*.

Aplikasi analisis univariat dan bivariat menggunakan SPSS versi 20. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju (STIKIM) dengan nomor No. No.11751/Sket/Ka-Dept/RE/UIMA/XII/2024

Hasil

Tabel 1. Rata-Rata Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Sebelum dan Sesudah Diberikan *Health Education* dengan Media Leaflet dan Audio Visual

Variabel	Pre-Test				Post-Test				Selisih mean
	Mean	Min	Max	SD	Mean	Min	Max	SD	
Kepatuhan Diet	13,73	2	21	7,363	2,07	0	3	1,335	11,66

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa rata-rata kepatuhan diet sebelum intervensi diperoleh nilai mean 13.73 dan SD 7.363 atau menunjukkan bahwa rata-rata kepatuhan diet responden yaitu tidak patuh. Hasil sesudah intervensi rata-rata kepatuhan diet diperoleh nilai mean 2.07 dan SD 1.335 atau menunjukkan bahwa rata-rata kepatuhan diet responden yaitu patuh.

Tabel 2. Pengaruh *Health Education* dengan Media Leaflet dan Audio Visual terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus

Kepatuhan Diet	Mean	SD	Selisih Mean	Nilai p
Pre-Test	13,73	7,363	11,66	0,001
Post-Test	2,07	1,335		

Berdasarkan tabel 3 diatas diperoleh hasil uji wilcoxon diperoleh hasil nilai *p-value* (0.001) < 0,05 yang menandakan H_a diterima artinya terdapat pengaruh *health education* dengan media leaflet dan audio visual terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di Ruang Apel RSUD Cengkareng Jakarta Barat tahun 2024.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan diet sebelum intervensi diperoleh nilai mean 13.73 dan SD 7.363 atau menunjukkan bahwa rata-rata kepatuhan diet responden yaitu tidak patuh. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kartini, dkk (2019) tentang kepatuhan diet pada pasien DM di wilayah puskesmas Sudiang Raya yang diperoleh hasil dari 49 respodem senamual 44 orang (91.7%) tidak patuh. Kepatuhan diet sangat sulit dilakukan dan membutuhkan faktor-faktor yang mendukung agar kepatuhan diet dapat berhasil sehingga seorang penderita DM mampu mengontrol kenaikan gula darah yang terlalu tinggi melalui pengaturan makanan ⁽⁶⁾. Hasil penelitian sejalan juga dengan penelitian oleh Silfiana, dkk tentang pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet DM di wilayah kerja puskesmas Wara Barat Kota Palopo diperoleh hasil sebelum intervensi kepatuhan diet yaitu dengan nilai rata-rata 56.45 atau memiliki rerata kepatuhan diet yang tidak patuh ⁽⁷⁾.

Kepatuhan diet pasien DM merupakan kunci utama penanganan DM dan terapi lini pertama hal ini karena berperan krusial dalam pengelolaan kadar gula darah pasien agar dapat mempertahankan kadar glukosa darah tetap mendekati normal, selain itu diet DM pun sangat berperan penting karena beberapa alasan strategis dalam mengelola penyakit ini yaitu dapat menurunkan berat badan dimana jika pasien DM tidak mengalami obesitas dapat meningkatkan resistensi insulin lebih efektif, perbaikan sensitivitas insulin sehingga pasien DM dapat menghindari penggunaan obat-obat tertentu, dapat menghambat preventif terhadap

komplikasi akhir, dan remisi diabetes mellitus sehingga remisi ini dapat membawa dampak positif pada kualitas hidup pasien.

Pengaturan makanan sering mengalami kegagalan karena penderita tidak patuh dalam menjalankan aturan makan yang baik. Kepatuhan merupakan faktor yang sangat penting dalam mengontrol kadar glukosa darah, dan kepatuhan sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu penderita DM dalam mengikuti jadwal diet dengan baik setiap harinya ⁽⁸⁾.

Hasil penelitian sebelum intervensi menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak patuh dalam melakukan diet. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih melakukan pola makan diluar ketentuan diet seperti porsi makan nasi lebih dari 200 gram, mengkonsumsi gula atau makanan manis lainnya, dan makan di luar jam jadwal makan yang telah di tetapkan untuk pasien DM. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan diet pada pasien DM yaitu umur, jenis kelamin, pendidikan, pengetahuan, lama menderita DM, dll.

Menurut asumsi peneliti secara garis besar ketidakpatuhan diet DM pada responden disebabkan oleh lama menderita DM, dimana hasil menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan menderita DM lebih dari 3 tahun sehingga pasien DM sering merasa bosan dengan rutinitas diet yang sama setiap hari, membuat mereka lebih rentan untuk melanggar aturan diet. Faktor lain yang mempengaruhi ketidakpatuhan diet DM yaitu tingkat pendidikan, menurut penelitian Yurlina, dkk (2023) orang yang berpendidikan rendah memiliki peluang risiko ketidakpatuhan diet lebih tinggi dibanding dengan pendidikan tinggi, namun hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan pasien sebagian besar SMA atau termasuk pada pendidikan tinggi tetapi dalam melakukan diet pasien masih tidak patuh sehingga kemungkinan menurut penelitian ketidakpatuhan ini disebabkan karena pemahaman yang kurang atau motivasi diri kurang sehingga pasien tidak patuh dalam melaksanakan diet ⁽⁹⁾.

Ketidak patuhan diet jika trus terjadi dapat memperburuk kondisi pasien, berpeluang meningkatkan komplikasi-komplikasi lainnya akibat kadar gula darah yang meningkat bahkan dapat mengancam kehidupan pasien, sehingga sangat perlunya tindakan yang dilakukan dalam mengelola kesadaran pasien DM dalam melakukan diet sehingga pasien bisa melakukan diet dengan patuh setiap harinya.

Hasil penelitian menunjukkan kepatuhan diet sesudah intervensi diperoleh nilai mean 2.07 dan SD 1.335 atau menunjukkan bahwa rata-rata kepatuhan diet responden yaitu patuh. Hasil penelitian sejalan juga dengan penelitian Silfiana, dkk tentang pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Wara Barat Kota Palopo diperoleh hasil terdapat peningkatan nilai rata-rata (mean) kepatuhan diet setelah diberikan pendidikan kesehatan yaitu dari 56,45 menjadi 69,25 ⁽⁷⁾. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yurlina, dkk (2023) tentang pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet pada pasien DM tipe II di Rawat Jalan RSUD Palmatak diperoleh hasil sebagian besar (64%) patuh diet sesudah diberikan pendidikan kesehatan ⁽⁹⁾.

Health education dengan media leaflet yang dilakukan ditempat penelitian memberikan perubahan yang signifikan terhadap kepatuhan diet DM. *Health education* merupakan salah satu proses seseorang atau kelompok tertentu dalam pembelajaran, yang diawali dengan ketidaktahuan menjadi ilmu yang bisa membantu mereka ketika mengalami permasalahan dalam kesehatannya ⁽⁴⁾. *Health education* bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan kemampuan seseorang dalam menjaga kesehatan, hal ini membantu seseorang memahami pentingnya perilaku sehat dan bagaimana cara mencegah penyakit. Selain itu tujuan dari *health education* yaitu mengubah perilaku tidak sehat menjadi perilaku sehat dimana ini mencakup perkembangan kebiasaan baik seperti pola makan yang sehat, aktivitas fisik yang baik, serta hal lainnya yang baik dalam merubah kondisi kesehatan seseorang ⁽¹⁰⁾.

Menurut asumsi peneliti hasil penelitian memberikan pengaruh yang baik terhadap perilaku kepatuhan seseorang yaitu sesudah diberikannya *health education* adanya perubahan kepatuhan diet pada pasien DM dimana hasil menunjukkan bahwa pasien menunjukkan perubahan-perubahan dalam pola makan yang dikonsumsi yaitu mengkonsumsi makanan sesuai anjuran yang diberikan, responden tidak mengkonsumsi makanan diluar jam makan yang telah ditetapkan, responden tidak mengkonsumsi makanan lainnya yang memicu kenaikan gula darah serta hasil pemeriksaan gula darah menunjukkan adanya penurunan lebih kearah normal. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa *health education* memberikan dampak yang baik terhadap kepatuhan diet DM sehingga dapat menjadi salah satu program yang dilakukan secara berlanjut dan berkala dalam upaya meningkatkan kepatuhan pasien DM untuk melakukan diet.

Hasil penelitian menunjukkan setengah Hasil penelitian didapatkan nilai p-value ($0.001 < 0,05$) yang mienandakan H_0 ditierima artinya terdapat pengaruh *health education* dengan media leaflet dan audio visual terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di Ruang Apel RSUD Cengkareng Jakarta Barat tahun 2024. Hasil penelitian sejalan dengan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yurlina, dkk diperoleh hasil nilai p-value ($0.047 < 0,05$) artinya bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2 Di Rawat Jalan RSUD Palmatak Tahun 2023. Hasil penelitian sejalan juga dengan penelitian Silfiana, dkk diperoleh nilai p-value ($0.000 < 0,05$) yang artinya ada pengaruh antara pendidikan kesehatan dengan kepatuhan diet.

Health education atau pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya atau kegiatan untuk menciptakan perilaku masyarakat yang kondusif untuk kesehatan. Artinya pendidikan kesehatan berupaya agar masyarakat menyadari atau mengetahui bagaimana cara memelihara kesehatan mereka, bagaimana menghindari atau mencegah hal-hal yang merugikan kesehatan mereka dan kesehatan orang lain, ke mana seharusnya mencari pengobatan bilamana sakit dan sebagainya⁽¹⁰⁾.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh pemberian *health education* dengan media leaflet dan audio visual terhadap kepatuhan diet DM. media leaflet dan audio memberikan pengaruh signifikan terhadap responden hal ini karena selain dengan membaca responden juga dapat melihat, dan mendengar secara langsung terkait materi-materi yang diberikan mengenai diet DM sehingga daya tarik responden lebih meningkat dibandingkan hanya membaca saja. Hasil ini sejalan dengan menurut Nonce menyatakan bahwa media edukasi leaflet dan audio merupakan salah satu media penyampaian pesan yang dianggap efektif dengan penerimaan melalui indera, terutama pada indera pandang, yaitu sebesar 75%-87% informasi diterima melalui indera pandang, selain itu dengan media audio visual informasi yang diberikan lebih menarik dan lebih tertarik diikuti oleh pasien-pasien dalam pendidikan kesehatan yang diselenggarakan⁽¹¹⁾.

Peneliti berasumsi bahwa *health education* dengan media leaflet dan audio visual merupakan salah satu alternatif yang harus diberikan kepada pasien DM dalam upaya meningkatkan kepatuhan dalam melakukan diet, hal ini karena dengan seringnya pasien menerima informasi dengan daya tarik yang lebih tinggi maka pemahaman pasien semakin bertambah dan juga meningkatkan kesadaran pasien secara terus menerus dimana pasien merasa terus diingatkan akan pentingnya menjaga perilaku kesehatan mereka salah satunya yaitu dengan terus merasa diingitkan untuk melakukan diet DM secara patuh setiap harinya.

Health education dengan media leaflet dan audio visual ini dapat dilakukan dimana saja selain di rumah sakit pasien juga dapat memperoleh di tempat lainnya karena media leaflet yang mudah dibawa kemana saja serta media audio visual yang saat ini terus berkembang dapat diakses melalui apa saja terutama melalui handphone yang sebagian besar responden saat ini memiliki handphone/tlp.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa *health education* dengan media leaflet dan audio visual memberikan dampak yang signifikan terhadap kepatuhan diet DM dimana hal ini dapat terus memberikan efek baik pada pasien setiap harinya sehingga pasien DM dapat selalu menjaga kadar gula darah dalam upaya untuk mencegah komplikasi atau kesakitan lainnya akibat kadar gula darah yang tinggi.

Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *health education* dengan media audio visual dapat memberikan pengaruh terhadap kepatuhan diet pasien DM. pendekatan ini mendukung praktik keperawatan secara non farmakologi sebagai salah satu program yang dapat terus dilakukan guna meningkatkan kesadaran pasien yang bermanfaat dalam segala aspek kesehatannya. Disarankan agar pemberian intervensi *health education* dapat dilakukan secara rutin dan menjadi agenda atau program berkelanjutan sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan kesadaran kepatuhan diet pasien DM, serta pemberian *health education* bermanfaat untuk meningkatkan keterampilan klinis secara efektif dalam upaya meningkatkan perilaku kesehatan yang lebih baik pada masyarakat

Ucapan Terimakasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada RSUD Cengkareng atas izin serta fasilitas yang diberikan, serta kepada Kampus UIMA Jakarta atas bimbingan serta dukungan akademisnya.

Daftar Pustaka

1. PERKENI. Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 dewasa di Indonesia 2019. Jakarta: Perkumpulan Endokrinologi Indonesia; 2021.
2. International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas. 9th ed. Brussels: International Diabetes Federation; 2022.
3. Kshanti IAM, Wibudi A, Sibaani RP, Saraswati MR, Dwipayana IMP, Mahmudji HA, et al. Pedoman pemantauan glukosa darah mandiri. Jakarta: Perkumpulan Endokrinologi Indonesia; 2019.
4. Nursalam. Manajemen keperawatan: aplikasi dalam praktik keperawatan profesional. Jakarta: Salemba Medika; 2020.
5. Jatmika SED, Maulana M, Kuntoro, Martini S. Buku ajar pengembangan media promosi kesehatan. Yogyakarta: Deepublish; 2019.
6. Kartini TD, Amir A, Sabir M. Kepatuhan diet pasien DM berdasarkan tingkat pengetahuan dan dukungan keluarga di wilayah Puskesmas Sudiang Raya. *Media Gizi Pangan*. 2019;25(1):55–63.
7. Silfiana A, Purnamasari R. Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet klien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Wara Barat Kota Palopo. *J Kesehatan Luwu Raya*. 2021;7(2):186–90.
8. Sulastri. Buku pintar perawatan diabetes. Jakarta: Trans Info Media; 2022.
9. Yurlina F, Atrie UY, Julia H. Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di rawat jalan RSUD Palmatak. *J Keperawatan*. 2023;13(2):49–58.
10. Notoadmodjo S. Pengantar ilmu perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2019.
11. Nonce MP. Media video makanan terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet serta pengendalian kadar glukosa darah pasien diabetes melitus tipe II. *GIZIDO*. 2019;11(2):81–5.