



PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM MENGAPLIKASIKAN SUNNAH RASUL : DZIKIR UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN DI MASA PANDEMI COVID-19

Diyanah Syolihan Rinjani Putri*, Dewi Suryandari

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta, Jl. Jaya Wijaya No.11, Kadipiro, Banjarsari,
Surakarta, Jawa Tengah 57136, Indonesia

*diyanah@ukh.ac.id

ABSTRAK

Pencetus kecemasan di masyarakat pada masa pandemi COVID-19 adalah stres akibat isolasi sosial atau physical distancing pada Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Kecemasan berlebihan pada masa karantina dapat meningkatkan risiko ansietas, depresi, hingga gejala stres pascatrauma. Salah satu cara untuk mengatasi masalah kecemasan pada masa pandemi Covid-19 dengan pendekatan yaitu dengan tataksana non-farmakologis yaitu Penerapan Sunnah Rasul: Dzikir merupakan salah satu bentuk kegiatan atau aktivitas yang telah dicontohkan oleh Rasulullah SAW. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk menurunkan kecemasan masyarakat beragama Islam di Posyandu Wonolapan. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode ceramah dan media leaflet. Pengabdian masyarakat akan dilaksanakan di Posyandu Pucangan Kartasura pada Minggu, 27 Juni 2021. Masyarakat pada akhir kegiatan mampu menjelaskan dengan sederhana pengertian Sunnah Rasul, tujuan Sunnah Rasul, kapan saja melakukan Sunnah Rasul, tahapan dzikir dalam Sunnah Rasul (100%), prosentase keaktifan masyarakat dalam penyuluhan Sunnah Rasul: Dzikir adalah (95%). Hal tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pelaksanaan kecemasan di masa pandemi covid-19.

Kata kunci: dzikir; kecemasan; masyarakat beragama islam; sunnah rasul

COMMUNITY EMPOWERMENT IN APPLYING THE SUNNAH OF THE PROPHET : DHIKR TO REDUCE ANXIETY DURING THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRACT

The trigger for anxiety in the community during the COVID-19 pandemic was stress due to social isolation or physical distancing during Large-Scale Social Restrictions (PSBB). Excessive anxiety during quarantine can increase the risk of anxiety, depression, and post-traumatic stress symptoms. One way to deal with anxiety problems during the Covid-19 pandemic is to use a non-pharmacological approach, namely the application of the Sunnah of the Prophet: Dhikr is one form of activity or activity that has been exemplified by the Prophet Muhammad. The purpose of this community service is to reduce the anxiety of the Muslim community at the Wonolapan Posyandu. The method of implementing this community service uses the lecture method and leaflet media. Community service will be held at the Pucangan Kartasura Posyandu on Sunday, 27 June 2021. The community at the end of the activity was able to explain simply the meaning of the Sunnah of the Prophet, the purpose of the Sunnah of the Prophet, whenever he performs the Sunnah of the Prophet, stages of dhikr in the Sunnah of the Apostle (100%), the percentage of community activity in counseling the Sunnah of the Apostle: Dhikr is (95%). This shows that the implementation of counseling can increase public knowledge about the management of anxiety during the COVID-19 pandemic.

Keywords: anxiety; dzikr; muslim community; sunnah of the prophet

PENDAHULUAN

Corona Virus Disease 2019 atau dikenal dengan Coronavirus menjadi sorotan dunia beberapa bulan belakangan ini. Penyebarannya yang begitu cepat meluas dalam waktu yang relatif singkat, menjadi unfortunately an utama masyarakat di dunia untuk lebih waspada terhadap penularan infeksi ini. Dalam 3 bulan terakhir, WHO mencatat ada 167.511 kasus dengan 6.606 kematian (WHO, 2020). Sedangkan di Indonesia sendiri, Kementerian Kesehatan merilis informasi sebanyak 1.528 orang terkonfirmasi positif dan 136 lainnya meninggal dunia (BNPB, 2020). Pandemi Coronavirus merupakan sebuah krisis worldwide yang bukan hanya mengancam kesehatan masyarakat secara fisik, namun juga secara mental. Begitu banyak berita buruk yang diterima, membuat masyarakat cemas akan hidup diri mereka sendiri, keluarga, teman terdekat, dan bahkan lingkungan sekitarnya. Faktor lain yang dapat menjadi pencetus kecemasan di masyarakat pada masa pandemi Coronavirus adalah stres akibat isolasi sosial atau physical removing pada Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Kecemasan berlebihan pada masa karantina dapat meningkatkan risiko ansietas, depresi, hingga gejala stres pascatrauma. Salah satu penyebab perasaan negatif tersebut adalah keputusan yang timbul dari signifikansi krisis Coronavirus dan kurangnya kemampuan masyarakat untuk membantu berkontribusi dalam penanganannya. Banyak orang mengaku tidak memiliki sarana untuk produktif bahkan terhadap kehidupan mereka sendiri, dan membutuhkan aktivitas bermanfaat yang bisa dilakukan sendiri.

Salah satu cara untuk mengatasi masalah kecemasan pada masa pandemi Coronavirus dengan pendekatan yaitu dengan tatalaksana non-farmakologis memiliki peranan penting dalam penatalaksanaan gangguan cemas menyeluruh. Terapi yang dapat dilakukan adalah terapi kognitif-perilaku (mental social treatment) dan terapi suportif, penerapan Sunnah Rasul: Dzikir untuk menurunkan tingkat kecemasan (Putri, 2020; Nuwa, 2020). Penerapan Sunnah Rasul: Dzikir merupakan salah satu bentuk kegiatan atau aktivitas yang telah dicontohkan oleh Rasulullah SAW. dzikir yang fungsinya sama dengan murottal Al-Qur'an memfokuskan pada satu objek dan membacanya secara berulang yang dapat memberikan efek relaksasi membuat menurunkan kecemasan. Dzikir yang dilapadkan, berdzikir Subhanallah wal hamdulillah wallahu akbar sebanyak 33x dilanjutkan membaca Laa ilaha illallah wahdahu, laa syarika lah. Lahul mulku wa lahul hamdu wa huwa 'ala kulli syai-in qadiir (Irham, 2011 dan Putri, 2020). Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan tujuan diharapkan warga di Posyandu Pucangan Kartasura, dapat memahami Pemberdayaan Masyarakat Dalam Mengaplikasikan Sunnah Rasul: Dzikir Untuk Menurunkan Kecemasan Di Masa Pandemi Coronavirus. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk menurunkan kecemasan masyarakat beragama Islam terhadap Covid-19 di Posyandu Wonolapan.

METODE

Kegiatan pengabdian Masyarakat Dalam Mengaplikasikan Sunnah Rasul: Dzikir Untuk Menurunkan Kecemasan Di Masa Pandemi Covid-19 di Posyandu Pucangan Kartasura. Kegiatan ini dihadiri oleh 30 orang masyarakat, dibagi menjadi 3 kelompok kecil yang terdiri dari 1 kelompok 10 orang masyarakat. Tahapan persiapan terdiri atas: (i) penyusunan rencana, (ii) Pertemuan lintas sektoral puskesmas bersama perwakilan Program Profesi Ners Universitas Kusuma Husada Surakarta, (iii) Rapat koordinasi internal tim tahap 1, (iv) Rapat koordinasi internal tim tahap 2, (v) Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat, (vi) Monitoring dan evaluasi. Kegiatan pengabdian Masyarakat Dalam Mengaplikasikan Sunnah Rasul: Dzikir Untuk Menurunkan Kecemasan Di Masa Pandemi Covid-19 dilakukan di Posyandu Pucangan Kartasura. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada bulan Juni 2021.

Tahap pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan maupun pengajaran tentang upaya pencegahan kecemasan dengan Murottal dan Dzikir Kegiatan diawali dari pengarahan dari koordinator penyuluhan kepada anggota tim. Kegiatan berupa penyuluhan tentang upaya pencegahan peningkatan tekanan darah dengan Murottal dan Dzikir bagi Warga Posyandu Pucangan Kartasura dengan menggunakan metode ceramah, tanya jawab, demonstrasi. Kegiatan ini dilaksanakan pada Minggu ke-4 Bulan Juni 2021. Selanjutnya, tim memberikan leaflet dengan materi yang sama ke masyarakat (Gambar 1).



Gambar 1. Leaflet Prosedur Penerapan Sunah Rasul

Setelah dilakukan proses pengajaran dan penyuluhan tentang upaya pencegahan kecemasan dengan Murottal dan Dzikir akan dilakukan monitoring dan evaluasi berupa kunjungan rumah pada masyarakat yang mengikuti penyuluhan didalam proses monitoring kunjungan rumah maka koordinator beserta tim anggota akan mendatangi rumah warga untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan dan kecemasan. Kegiatan ini dilaksanakan pada Minggu ke-1 Bulan Juli 2021.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dihadiri oleh 30 orang masyarakat, dibagi menjadi 3 kelompok kecil yang terdiri dari 1 kelompok 10 orang masyarakat. Kegiatan ini dimulai dengan pengenalan penyaji maupun fasilitator, penjelasan tujuan kegiatan hingga penyampaian materi serta pelaksanaan senam secara bersama-sama. Fasilitator membantu dalam membagikan poster sebagai alat bantu agar masyarakat dapat memahami materi dengan lebih baik. Ruang yang terbatas menyebabkan kegiatan penyuluhan dilakukan pada lokasi yang terbatas atau tidak luas. Masyarakat tampak antusias dengan kegiatan yang dilaksanakan. Hasil yang diperoleh selama kegiatan tersebut yaitu masyarakat pada akhir kegiatan mampu menjelaskan dengan sederhana pengertian Sunnah Rasul

(100%). Masyarakat mampu menjelaskan tujuan Sunnah Rasul (100%), kapan saja melakukan Sunnah Rasul, dimana saja dapat melakukan Sunnah Rasul (100%), tahapan dzikir dalam Sunnah Rasul (100%), namun tidak mampu dalam menjelaskan cara pelaksanaan tahapan Sunnah Rasul secara detail. Sedangkan prosentase keaktifan masyarakat dalam penyuluhan Sunnah Rasul: Dzikir adalah (95%). Masyarakat yang mengikuti penyuluhan sebanyak 30 orang, yang mampu menjawab semua pertanyaan dengan baik sebanyak 27 orang, 3 orang tidak menjawab dengan detail saat ditanyakan terkait tahapan Sunnah Rasul: Dzikir.

Hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat setelah dilaksanakannya penyuluhan kesehatan. Penyuluhan kesehatan ini dilakukan pada masyarakat yang sehat karena berdasarkan hasil pengkajian di masyarakat ditemukan adanya kecemasan dimasa pandemi covid-19. Kecemasan yang terjadi di beberapa negara dikarenakan adanya pandemi COVID-19 cukup tinggi dan menjadi perhatian. Di berbagai negara bahkan Indonesia pun mengalami dampak fisik dan psikologis. Dampak fisik yang terjadi paling meresahkan adalah kematian. Sedangkan dampak psikologis yang terjadi adalah beberapa respon ketakutan, kecemasan, serta ketidakberdayaan akibat pandemi COVID-19 berdasarkan informasi-informasi yang didapatkan, seperti penyakit menyebar sangat cepat, kasus terus meningkat dan dapat menyerang siapa saja tidak peduli perempuan atau laki-laki, usia kecil hingga lansia, semua dapat terkena dampaknya, sehingga reaksi psikologis dapat membuat masyarakat resah dan merasa terancam (Liu, et al., 2020).

Wabah COVID-19 di seluruh dunia 2019 menimbulkan kekhawatiran, kepanikan dan kecemasan pada individu yang memiliki persepsi bahwa COVID-19 adalah ancaman virus yang nyata. Kecemasan adalah kekhawatiran akibat ancaman yang dirasakan terhadap kesehatan. Kekhawatiran kesehatan dan kecemasan yang terkait dengan epidemi atau pandemi dapat memiliki dampak psikologis yang signifikan (misalnya stres, pikiran negatif yang mengganggu, penghindaran), dapat dikaitkan dengan perilaku preventif yang tidak efektif atau tidak menguntungkan. Respons kecemasan seseorang terhadap epidemi/pandemi dapat bervariasi dari satu orang ke orang lain. Spielberger dalam teorinya membagi kecemasan ke dalam 2 bagian yaitu state anxiety dan trait anxiety yang dapat membedakan antara perasaan cemas dan depresi pada individu tersebut (Setyananda, *et al.*, 2021). Menurut Spielberger dalam Setyananda, *et al* (2021) terdapat 3 unsur utama yang dapat mempengaruhi penghayatan seseorang terhadap kecemasan yaitu perasaan ketidakpastian yang dirasakan individu tersebut (*uncertainty*), perasaan ketidakberdayaan (*helplessness*), serta akhir dari kedua perasaan yang dirasakan tersebut akan tertuju pada masalah yang dihadapi (*future orientation*).

Tingkat kecemasan terbagi menjadi tiga yaitu ringan, sedang, berat. Tingkat kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan yang menyebabkan kewaspadaan dan lahan persepsi meningkat, sehingga dapat menjadi motivasi positif untuk belajar dan kreativitas, ditandai dengan respon perilaku dan emosi seperti kelelahan, tidak dapat duduk tenang, remor halus pada tangan, dan suara kadang yang meninggi (Kim & Su, 2020). Tingkat kecemasan sedang memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada masalah yang penting sehingga mengalami perhatian yang selektif, namun masih terarah, ditandai dengan respon kelelahan meningkat, lahan persepsi menyempit, mampu belajar namun tidak optimal, konsentrasi menurun, terfokus pada ancaman, mudah tersinggung, tidak sabar, mudah lupa, marah, menangis dan perasaan tidak aman. Tingkat kecemasan berat cenderung memusatkan pada sesuatu yang rinci dan spesifik, serta tidak dapat berpikir hal lain, ditandai dengan mengeluh sering pusing, insomnia, sering kencing, diare, tidak

mau belajar secara efektif, berfokus pada dirinya yang berkeinginan untuk menghilangkan kecemasan, perasaan tidak berdaya, bingung, dan komunikasi menjadi terganggu. Apabila tingkat kecemasan sudah menjadi sangat berat, maka akan timbul halusinasi, delusi, sering berteriak, kehilangan kendali atas dirinya sendiri dan ketidakmampuan memahami situasi (Hardiyati, *et al.*, 2020).

Ketakutan, kekhawatiran, dan ketidakpastian, terutama dapat menyebabkan peningkatan penyakit yang berhubungan dengan stres, serta juga dapat memperburuk gangguan mental yang sudah ada sebelumnya (Liebrenz, *et al.*, 2020). Dampak kecemasan yang tidak ditangani dengan baik tanpa mengetahui tingkatan kecemasan yang dialami akan menimbulkan beberapa dampak yang serius. Apabila rasa cemas terus meningkat dan berlebihan, bahkan menimbulkan rasa takut, kecemasan justru dapat mengganggu kesehatan, seperti mengganggu imunitas tubuh (Simatupang, 2019). Rasa cemas yang dialami dalam jangka pendek dapat meningkatkan respons sistem kekebalan tubuh terhadap kondisi saat ini. Namun, apabila dalam jangka waktu yang lama dapat merusak imunitas dan sistem kekebalan tubuh manusia. Kondisi ini dikarenakan hormon kortisol melakukan pencegahan proses pelepasan zat yang menyebabkan peradangan serta mematikan aspek kekebalan tubuh yang melawan infeksi. Dampak yang lain juga dapat terjadi seperti mengganggu respons sistem kardiovaskular, mengganggu pola pernapasan, mengganggu fungsi pencernaan, dan lainnya .

Tingkat masalah kesehatan mental yang lebih tinggi ini mungkin disebabkan oleh ambiguitas dan sedikit informasi tentang COVID-19. Biasanya pada tahap awal pandemi, orang memiliki sedikit informasi tentang sifat, pengobatan, tingkat kematian, yang memicu ketakutan tentang organisme patogen tersebut (Malinti, 2020). Peran pemerintah dalam hal ini penting untuk membantu masyarakat dalam melakukan intervensi terkait dengan masalah kecemasan, sehingga tidak berlanjut dari kecemasan yang adaptif yaitu kecemasan ringan, sedang dan berat berubah menjadi kecemasan yang maladaptif yaitu keadaan panik (Ahmed, *et al.*, 2020) Penerapan Sunnah Rasul: Dzikir merupakan salah satu bentuk kegiatan atau aktivitas yang telah dicontohkan oleh Rasulullah SAW. dzikir yang fungsinya sama dengan murottal Al-Qur'an memfokuskan pada satu objek dan membacanya secara berulang yang dapat memberikan efek relaksasi membuat menurunkan kecemasan. Dzikir yang dilapadkan, berdzikir *Subhanallah wal hamdulillah wallahu akbar* sebanyak 33x dilanjutkan membaca *Laa ilaha illallah wahdahu, laa syarika lah. Lahul mulku wa lahul hamdu wa huwa 'ala kulli syai-in qadiir* (Irham, 2011 dan Putri, 2020).

Membaca Al-Qur'an dilakukan sesuai Sunnah Nabi yaitu murottal dan dzikir. Murottal dan Dzikir adalah segala perbuatan atau perbuatan baik lahir maupun batin yang membawa seseorang mengingat Allah dan mendekatkan diri (taqarrub) kepada-Nya, salah satu kegiatannya adalah mengucapkan sesuatu secara berulang-ulang dalam kondisi tertentu dan waktu tertentu. Murottal dan dzikir akan mendatangkan kebahagiaan, menenangkan jiwa, dan menyembuhkan penyakit jantung. Orang yang terbiasa berdzikir akan merasa dekat dengan Allah dan dilindungi oleh-Nya. Hal ini menghasilkan perasaan percaya diri, kekuatan, keamanan, kedamaian, dan kebahagiaan.

Dalam biopsikologi, dzikir dapat membuat seseorang tenang karena menekan sistem saraf simpatis dan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis (Sarihat, 2021) Orang yang berdzikir sebenarnya sedang berhubungan dengan Allah, karena dzikir adalah menyebut nama Allah secara rutin yang biasa disebut wirid. Dengan berdzikir otomatis dapat menenangkan diri dan menghilangkan pikiran-pikiran seperti rasa takut, putus asa, ragu, cemas, gelisah dan kesedihan

lainnya (Sarihat, 2021). Ketenangan pikiran adalah kunci kesehatan jasmani dan rohani. Padahal keraguan dan kecemasan adalah sumber berbagai penyakit. Menurut penelitian terdapat persamaan antara dzikir dan shalat, yaitu sama-sama memusatkan konsentrasi pada satu fokus yaitu Allah. Membaca kata berulang-ulang juga memiliki manfaat terapeutik yang sama dengan latihan doa dan relaksasi, salah satunya adalah meningkatkan mood dan mengurangi kecemasan (Putri, 2018). Dapat disimpulkan bahwa morottal dan dzikir dapat memberikan relaksasi sehingga dapat menurunkan kecemasan. Pada penyuluhan kesehatan ini, salah satu komponen Masyarakat belum bisa menjelaskan cara pelaksanaan tahapan Sunnah Rasul secara detail. Sedangkan persentase keaktifan masyarakat dalam penyuluhan Sunnah Rasul: Dzikir adalah (95%)

SIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diperoleh dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah terjadi peningkatan pengetahuan tentang penatalaksanaan kecemasan pada masa pandemi covid-19 dengan pendekatan Sunnah Rasul : Dzikir. Masyarakat mampu untuk menjelaskan pengertian Sunnah Rasul, Tujuan Sunnah Rasul, kapan saja melakukan Sunnah Rasul, dimana saja dapat melakukan Sunnah Rasul tahapan dzikir dalam Sunnah Rasul masing-masing (100%). Hasil lain yang diperoleh yaitu keaktifan masyarakat dalam memahami tentang cara mengatasi kecemasan pada masa pandemi covid-19 (95%).

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, Z., Ahmed, O., Aibao, Z., Hanbin, S., Siyu, L., & Ahmad, A. (2020). Epidemic of COVID-19 in China and associated Psychological Problems. *Asian Journal of Psychiatry*.
- Arsy, G. D., Listyarini, A. D. (2021). Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Mengatasi Insomnia Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Kesehatan STIKES Cendekia Utama Kudus* P-ISSN 2614-3593 E-ISSN 2614-3607 Vol. 4, No. 1, Januari 2021.
- Centers for Disease Control (CDC). (2020) Coronavirus disease 2019 (Covid) : langkah-langkah pencegahan penyakit
- Chen Y, Liu Q, Guo D. Emerging Coronaviruses : genome structure, replication, and pathogenesis. *J Med Virol*. 2020 April : 92 (4) : 418-423.
- Dewi, I. P., Suryadi, R. A., & Ulfah, S. (2020). Pengaruh Terapi Bacaan Al-Qur'an (TBQ) sebagai Biblioterapi Islami pada Kesehatan Mental Narapidana Lesbian, 7 (2), 104-112.
- Dewi, I. P., Widiyanti AT. Qur'anic Therapy (Islamic Bibliotherapy) To Improve Religious Coping In Hemodialysis Patient. *Media Keperawatan Indonesia*. 2018 : 1 (2) : 12-7.
- Fitriyani, & Dewi, I. P. (2017). Pengaruh Qur'anic Theraphy (Biblioterapi versi islam) terhadap tingkat kecemasan pada ibu pre operasi dengan sectio caesarea di Ruang Zaitun III RSUD Al Ihsan Provinsi Jawa Barat. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11 (1), 21-34.
- Hardiyati, Widiyanti, E., & Hernawaty, T. (2020). Studi Literatur: Kecemasan Saat Pandemi COVID-19. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 27-40.
- Kim, S.-W., & Su, K.-P. (2020). Using psychoneuroimmunity against COVID-19. *Brain, Behavior, and Immunity*, 4-5.

- Liebrenz, M., Bhugra, D., Buadze, A., & Schleifer, R. (2020). Caring for persons in detention suffering with mental illness during the Covid-19 outbreak. *Forensic Science International: Mind and Law*.
- Liu, K., Chen, Y., Wu, D., Lin, R., Wang, Z., & Pan, L. (2020). Effects of progressive muscle relaxation on anxiety and sleep quality in patients with COVID-19. *Complementary Therapies in Clinical Practice*.
- Malinti, E. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Terhadap Covid-19 Pada Remaja Di SMA Advent Balikpapan. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 677-685.
- Mason, A. (2012). *Meditation for beginners: secret meditating techvignes unlock your hidden potential*. Monica Selph.
- Mirza, I.(2014) *Sehat dengan Al-qur'an*. Bandung: Salamadani.
- Putri, D. S. R., Ririn S. (2020). Penerapan Sunnah Rosul terhadap tingkat kecemasan pada kanker paru di RSUD Moewardi.
- Setyananda, T. R., Indraswari, R., & Prabamurti, P. N. (2021). Tingkat Kecemasan (State-Trait Anxiety) Masyarakat dalam Menghadapi Pandemi COVID-19 di Kota Semarang. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 251-263.
- Shaaban, J., Daud, N., A, K., Daud, N. (2014). The effect of listening to Al-Quran recitation among uncontrolled hypertensive patient attending primary care clinic, Hospital Universiti Sains Malaysia, Wonca Asia Pacific Conference.
- Simatupang, D. (2019). Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hemodialisa di Rumah Sakit Haji Adam Malik Medan. *Poltekkes Kemenkes Medan*, 1-11.

