

Kode>Nama Rumpun Ilmu : 354/ Ilmu Gizi

## LAPORAN HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



### PELAYANAN KESEHATAN DAN KONSULTASI GIZI PADA SISWA SMA TEKNOLOGI PEKANBARU

#### TIM PENGUSUL

<b>KETUA</b>	<b>: EKA ROSHIFITA RIZQI, S.Gz, MPH</b>	<b>NIDN : 1004059101</b>
<b>ANGGOTA</b>	<b>: WIDAWATI, SP, MHSc, MSSc</b>	<b>NIDN : 1013107401</b>
	<b>NIKMATUL JANNAH</b>	<b>NIM : 1813211018</b>

**PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI  
TA 2021/2022**

## HALAMAN PENGESAHAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

---

Judul Pengabdian : Pelayanan Kesehatan dan Konsultasi Gizi pada Siswa SMA Teknologi Pekanbaru

Kode>Nama Rumpun : 354/ Ilmu Gizi  
Ilmu

Peneliti :

a. Nama Lengkap : Eka Roshifita Rizqi, S.Gz, MPH  
b. NIDN/NIP : 1004059101  
c. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli  
d. Program Studi : S1 Gizi  
e. No Hp : 082134460024  
f. email : [eka.roshifita@mail.ugm.ac.id](mailto:eka.roshifita@mail.ugm.ac.id)

Anggota (1) :

a. Nama lengkap : Widawati, SP, MHSc, MSSc  
b. NIDN/NIP : 1013107401  
c. Program Studi : S1 Gizi

Anggota (2) :

a. Nama lengkap : Nikmatul Jannah  
b. NIM : 1813211018  
c. Program Studi :

Mitra PkM : SMA Teknologi Pekanbaru  
Jarak PT ke Lokasi : 4,3 km  
PkM

Biaya Pengabdian : Rp 2.600.000

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai



**Dewi Anggriani Harahap, M.Keb**  
NIP-TT 096.542.089

Bangkinang, 26 Januari 2022

Ketua Pengabdi

**Eka Roshifita Rizqi, S.Gz, MPH**  
NIP-TT 096.542.185

Menyetujui,  
Ketua LPPM Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai



**Dr. Musnar Indra D. M.Pd**  
NIP-TT 096.542.108

## IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

---

1. Judul Pengabdian : Pelayanan Kesehatan dan Konsultasi Gizi pada Siswa SMA Teknologi Pekanbaru

2. Tim Pengabdian :

No	Nama	Jabatan	Bidang Keahlian	Program Studi
1	Eka Roshifita Rizqi, S.Gz, MPH	Dosen Tetap	Gizi	S1 Gizi
2	Widawati, SP, MHSc, MSSc	Dosen Tetap	Gizi	S1 Gizi
3	Nikmatul Jannah	Mahasiswa	Gizi	S1 Gizi

3. Objek Pengabdian penciptaan (jenis material yang akan diteliti dan segi pengabdian): Siswa SMA Teknologi Pekanbaru

4. Masa Pelaksanaan

Mulai : bulan Januari tahun 2022

Berakhir : bulan Februari tahun 2022

5. Lokasi Pengabdian (lab/lapangan): SMA Teknologi Pekanbaru

7. Instansi lain yang terlibat (jika ada, dan uraikan apa kontribusinya): -

8. Skala perubahan dan peningkatan kapasitas sosial kemasyarakatan dan atau pendidikan yang ditargetkan: Peningkatan kesadaran masyarakat akan kesehatan dan pencegahan penyakit tidak menular

9. Jurnal ilmiah yang menjadi sasaran (tuliskan nama terbitan berkala ilmiah internasional bereputasi, nasional terakreditasi, atau nasional tidak terakreditasi dan tahun rencana publikasi): jurnal nasional tidak terakreditasi, tahun 2022

## DAFTAR ISI

<b>Halaman Pengesahan .....</b>	<b>ii</b>
<b>Daftar Isi .....</b>	<b>iii</b>
<b>Ringkasan .....</b>	<b>1</b>
<b>BAB 1. PENDAHULUAN .....</b>	<b>2</b>
1.1 Analisis Situasi .....	2
1.2 Permasalahan Mitra/ Kelompok Masyarakat.....	4
<b>BAB 2. SOLUSI DAN TARGET LUARAN.....</b>	<b>5</b>
2.1 Solusi Permasalahan .....	5
2.2 Target Luaran.....	6
<b>BAB 3. METODE PELAKSANAAN.....</b>	<b>8</b>
<b>BAB 4. Kelayakan Kepakaran .....</b>	<b>13</b>
4.1 Kinerja LPPM Universitas Pahlawan .....	8
4.2 Kelayakan Tim Pengusul.....	8
<b>BAB 5. BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN.....</b>	<b>14</b>
5.1 Anggaran Biaya.....	14
5.2 Jadwal Kegiatan .....	12
<b>BAB 6. HASIL KEGIATAN.....</b>	<b>15</b>
<b>BAB 7. KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>16</b>

**REFERENSI**

**LAMPIRAN**

## RINGKASAN

Saat ini Indonesia sebagai salah satu negara berkembang memiliki tantangan utama masalah kesehatan yaitu penyakit tidak menular (PTM). Diantara penyakit tidak menular tersebut adalah hipertensi, asam urat dan diabetes melitus. Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020 penyakit tidak menular dapat menyebabkan 73% kematian di dunia. Permasalahan yang ditemukan di sekolah tersebut adalah; kurangnya sarana prasarana untuk pemeriksaan Kesehatan dan kurangnya pengetahuan siswa akan pencegahan penyakit tidak menular seperti hipertensi, asam urat dan diabetes melitus. Tujuan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan kualitas Kesehatan dan pengetahuan siswa akan pencegahan penyakit tidak menular

Metode pengabdian yaitu model *Community development*, sosialisasi, dan metode pendampingan. Pengabdian kepada masyarakat berupa pelayanan Kesehatan dan konsultasi gizi dilaksanakan pada tanggal 26 Februari 2022 di laboratorium SMA Teknologi Pekanbaru, diikuti oleh 37 siswa dengan hasil ; 1) Antusias mitra terhadap pelayanan Kesehatan dan konsultasi gizi sebesar 100 %, 2) Meningkatnya pengetahuan mitra akan pencegahan penyakit tidak menular.

Kesimpulan pengabdian meningkatnya pengetahuan mitra akan pencegahan penyakit tidak menular. Saran Kepada mitra agar dapat melakukan pemeriksaan Kesehatan secara berkala.

**Kata Kunci: Pelayanan Kesehatan, konsultasi gizi, penyakit tidak menular**



## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1 Analisis Situasi**

Saat ini Indonesia sebagai salah satu negara berkembang memiliki tantangan utama masalah kesehatan yaitu penyakit tidak menular (PTM). Diantara penyakit tidak menular tersebut adalah hipertensi, asam urat dan diabetes melitus. Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020 penyakit tidak menular dapat menyebabkan 73% kematian di dunia.

Hipertensi merupakan penyakit yang ditandai dengan adanya peningkatan tekanan darah melebihi normal. Dampaknya berbahaya karena seringkali keberadaannya tidak disadari dan tidak menimbulkan keluhan berarti, sampai nantinya terjadi komplikasi jantung, otak, ginjal, mata, pembuluh darah atau organ vital lainnya.

Asam urat merupakan hasil metabolisme akhir dari purin. Penyakit asam urat merupakan gangguan metabolisme purin yang ditandai oleh hiperurisemia dan serangan synovitis akut berulang-ulang. Asam urat sering terjadi pada laki-laki dibandingkan perempuan. Keadaan hiperurisemia akan beresiko timbulnya artritis gout, nefropati gout atau batu ginjal.

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolic dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya. Diabetes melitus ditandai dengan penurunan sekresi insulin karena kurangnya fungsi sel beta pancreas secara progresif yang disebabkan oleh resistensi insulin.

Begitu pentingnya untuk mengetahui dan mencegah penyakit hipertensi, asam urat dan diabetes melitus sejak dini sedari remaja. Penyakit tersebut dapat dipengaruhi oleh konsumsi makanan remaja. Pola hidup sehat dan pola makan sehat merupakan pilihan tepat untuk menjaga diri agar terbebas dari penyakit tidak menular.

Namun berdasarkan hasil survey pada siswa SMA Teknologi Pekanbaru, belum pernah dilakukan pemeriksaan kesehatan di sekolah tersebut disebabkan minimnya tenaga kesehatan dan alat kesehatan. Fokus tim pengabdian masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai ada pada kesehatan siswa SMA Teknologi Pekanbaru agar proses belajar mengajar selama pandemic COVID-19 dapat berjalan lancar. Pola makan yang baik untuk mencegah terjadinya penyakit tidak menular juga dapat dikonsultasikan pada ahli gizi yang bertugas pada pengabdian masyarakat.

Melalui upaya pengabdian masyarakat yang merupakan salah satu dari Tri Dharma Perguruan Tinggi, maka tim pengabdian masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai sangat berkeinginan untuk melakukan pelayanan kesehatan dan konsultasi gizi pada siswa SMA Teknologi Pekanbaru

### **1.2 Permasalahan Mitra/ Kelompok Masyarakat**

Melalui diskusi dengan pihak SMA Teknologi Pekanbaru maka permasalahan prioritas yang akan ditangani adalah sebagai berikut:

<b>No</b>	<b>Prioritas Permasalahan</b>
1	Kurangnya pengetahuan mengenai pencegahan penyakit tidak menular seperti hipertensi, asam urat dan diabetes melitus
2	Kurangnya fasilitas pelayanan Kesehatan seperti tenaga Kesehatan dan alat Kesehatan untuk pemeriksaan tekanan darah, asam urat dan gula darah

## BAB 2 SOLUSI DAN TARGET LUARAN

### 2.1 Solusi Permasalahan

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi mitra maka direncanakan solusi untuk mengatasi permasalahan tersebut dan target luarannya sebagai berikut:

No	Bidang	Prioritas Permasalahan	Solusi	Luaran
1	Sarana dan prasarana	Minimnya fasilitas layanan pemeriksaan Kesehatan baik alat maupun tenaga kesehatan	Memberikan pelayanan kesehatan	Terjadi peningkatan kesehatan
2	Konsultasi gizi	Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai penyakit tidak menular seperti hipertensi, asam urat dan diabetes melitus	Pendampingan melalui konsultasi gizi	Terjadi peningkatan pengetahuan

## 2.2 TARGET LUARAN

**Tabel 2.2 Target Capaian Luaran**

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian
Luaran Wajib		
1	Publikasi pada media masa (Cetak/elektronik)	<i>draft</i>
2	Peningkatan daya saing (peningkatan kualitas, kuantitas, serta nilai tambah barang, jasa, atau sumber daya lainnya sesuai dengan jenis kegiatan yang diusulkan)	Ada
3	Peningkatan kualitas siswa (kelengkapan kualitas organisasi formal dan non formal/kelompok masyarakat di desa)	Ada
4	Perbaikan tata nilai masyarakat (seni budaya, social, politik, keamanan, ketentraman, pendidikan, kesehatan)	Ada

## **BAB 3. METODE PELAKSANAAN**

### **3.1 Metode Pendekatan Kegiatan**

Pelaksanaan kegiatan PKM kepada siswa SMA Teknologi Pekanbaru dilakukan melalui beberapa pendekatan, antara lain :

1. Model *Community development* yaitu pendekatan yang melibatkan masyarakat secara langsung sebagai subjek dan objek pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
2. Model *Participatory Rural Appraisal* (PRA) yang menekankan keterlibatan masyarakat secara keseluruhan mulai dari perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan
3. Model pendekatan sosialisasi, penyuluhan dan pelatihan sebagai sarana transfer ilmu pengetahuan kepada masyarakat

### **3.2 Teknis Pelaksanaan Kegiatan**

Pelaksanaan kegiatan PKM pada siswa SMA Teknologi Pekanbaru adalah sebagai berikut:

#### 1. Persiapan

Pada tahap persiapan ini dilakukan untuk menginventarisasi kondisi SMA Teknologi Pekanbaru yang telah menyatakan kesediaan untuk bekerjasama. Diskusi dengan pihak SMA Teknologi Pekanbaru untuk memilih dan mengelompokkan permasalahan-permasalahan yang harus diselesaikan terlebih dahulu dan menyusun solusi pemecahan masalah. Menginventarisasi kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan secara berurutan dan dibuat jadwal yang telah disepakati.

#### 2. Pelaksanaan kegiatan

Pelaksanaan kegiatan disepakati dengan kepala sekolah dan guru-guru dan merujuk kepada waktu pelaksanaan yang telah ditentukan.

#### 3. Evaluasi dan monitoring

Evaluasi dan monitoring kegiatan dilakukan secara berkala dan terjadwal dengan melibatkan pihak Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Pelaksanaan evaluasi akan dilakukan setelah kegiatan dilaksanakan untuk melihat pencapaian keberhasilan.

### **3.3 Pemeriksaan Tekanan Darah**

Tekanan darah adalah salah satu komponen tanda vital. Alat yang dapat digunakan antara lain manometer raksa (*manometer mercury*), *aneroid sphygmomanometer*, dan *digital sphygmomanometer*.

*Digital sphygmomanometer* dapat digunakan sebagai alat pengontrol tekanan darah di rumah oleh masyarakat awam, misalnya pada mereka yang memiliki hipertensi, gagal jantung, atau riwayat sindrom koroner akut.

Berikut merupakan langkah-langkah yang dapat diterapkan apabila seseorang akan melakukan pemeriksaan tekanan darah dengan *digital sphygmomanometer* :

1. Usahakan pasien dalam keadaan tenang dan istirahatkan pasien dari seluruh aktivitas selama kurang lebih 15 menit sebelum dilakukan pengukuran
2. Gunakan *digital sphygmomanometer* yang telah teruji validitasnya
3. Posisikan pasien dalam kondisi berbaring atau duduk dengan posisi kaki tidak menyilang dan kedua telapak kaki menapak pada lantai
4. Komunikasikan pada pasien untuk menyingsingkan pakaian yang menutupi lengan kanan hingga sekitar 2 cm di atas garis siku. Pastikan lengan pasien tidak terjerat oleh lengan pakaian yang telah disingsingkan sebelumnya
5. Pasangkan manset pada lengan secara perlahan dengan memperhatikan posisi selang, yakni sejajar dengan jari tengah lengan kanan
6. Setelah manset menempati posisi yang benar, rekatkan manset dengan tekanan sedang (tidak terlalu longgar dan juga tidak terlalu erat)
7. Posisikan alat pengukur tekanan darah sebisa mungkin sejajar dengan dada kiri (posisi jantung)
8. Instruksikan pasien untuk tetap tenang selama pemeriksaan dan anjurkan pasien untuk tidak berbicara selama proses pengukuran tekanan darah. Pastikan lengan pasien telah diposisikan dengan benar dan telapak tangan pasien dalam keadaan terbuka secara rileks (tidak menggenggam). Pastikan pula selang yang terdapat pada alat pengukur tekanan darah dalam keadaan lurus, bebas dari tekanan maupun lekukan
9. Tekan tombol “*START/STOP*” untuk mengaktifkan alat pengukur tekanan darah
10. Biarkan alat pengukur tekanan darah melakukan proses pengukuran tekanan darah hingga seluruh parameter yang ingin diukur (tekanan darah sistolik, tekanan darah diastolik, *mean arterial pressure*, dan nadi) terbaca pada monitor
11. Lakukan pengukuran dengan langkah-langkah tersebut sebanyak 2 kali, dengan memberikan jeda antar pengukuran selama 2-5 menit dan pastikan lengan pasien terbebas dari manset saat jeda
12. Pastikan pasien tetap rileks hingga proses pengukuran berikutnya

13. Bila didapati selisih antar pengukuran melebihi 10 mmHg, maka lakukan pengukuran ketiga dengan memberikan jeda 10 menit terhitung sejak selesainya proses pengukuran tekanan darah yang kedua
14. Catat hasil pengukuran dengan merata-rata nilai yang diperoleh dari seluruh pengukuran



<b>Klasifikasi Tekanan Darah</b>	<b>TDS* mmHg</b>	<b>TDD* mmHg</b>
Normal	< 120	< 80
Pre-Hipertensi	120-139	80-89
Hipertensi Stage 1	140-159	90-99
Hipertensi Stage 2	>160	>100

TDS : Tekanan Darah Sistolik  
TDD : Tekanan Darah Diastolik

### 3.4 Pemeriksaan Asam Urat dan Gula Darah

Langkah-langkah pemeriksaan asam urat dan gula darah:

- Pasang batrai ke alat easy touch GCU meter, lalu masukan active chip yang berwarna kuning, jika sudah muncul tulisan OK lepas chip test maka easy touch GCU meter siap digunakan.
- Siapkan Blood lancet (jarum suntik) & Pen Lancing Device untuk ambil sample darah, putarlah tutup pen, lalu masukan Blood lancet, putar yg bulat untuk memunculkan jarumnya kemudian tutup, sedangkan untuk mengatur kedalaman jarum menusuk kulit, kita atur letak angka pada tanda panah disisi pen.
- Masukan test strip gula darah ke easy touch GCU meter, nanti akan muncul kode chip, begitupun jika chip asam urat dimasukan maka akan muncul kode masing-masing chip.
- Ambil sample darah dengan Pen Lancing Device, sebisa mungkin darah yang keluar banyak untuk memenuhi strip agar hasilnya maksimal, kemudian darahnya di masukan ke test strip, tunggu beberapa detik maka hasil akan muncul,

- Setelah tangan ditusuk menggunakan Pen Lancing Device sample darah pertama untuk tes gula yang hasilnya hanya 10 detik dulu, kemudian asam urat yang hasilnya 20 detik. Jangan lupa untuk mengganti chip sesuai hasil test apa yang kita inginkan,

Kadar gula darah yang normal :

- sebelum makan kisaran 70~130mg/dL
- dua jam setelah makan kurang dari 140mg/dL
- setelah puasa(tidak makan)-/+ 8 jam kurang dari 100mg/dL
- menjelang tidur kisaran 100~140mg/dL

Kadar asam urat yang normal :

- Perempuan : 2,4~6.0mg/dL
- Laki-laki : 3,4~7.0mg/dL
- Anak-anak : 2.0~5.5mg/dL

## **BAB 4. KELAYAKAN KEPAKARAN**

### **4.1. Kinerja LPPM Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai telah dilakukan sejak Tahun 2010. Pada Tahun 2013 arah pengabdian kepada masyarakat lebih diarahkan kepada pemberdayaan masyarakat yang ada di lingkungan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai dengan memanfaatkan, serta menggali potensi yang ada di setiap daerah sesuai dengan keahlian peneliti.

Lembaga pengabdian kepada masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai sebagai lembaga tingkat institusi bertugas melaksanakan kegiatan edukatif dibidang pengabdian masyarakat. Sejak awal berdirinya, lembaga ini telah melaksanakan berbagai kegiatan pengabdian kepada masyarakat baik yang dilakukan oleh dosen ataupun oleh mahasiswa. Pola program kegiatan masyarakat terdiri atas pelayanan masyarakat, pendidikan dan pelatihan untuk masyarakat, serta forum kajian atau lokakarya.

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, telah menghasilkan beberapa karya baik dalam penelitian dan pengabdian masyarakat. Selama ini kegiatan Pengabdian Masyarakat di Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai dilakukan dengan dana mandiri dosen serta dana dari Yayasan Pahlawan Tuanku Tambusai Riau. Selama 1 tahun terakhir, LPPM Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai telah berhasil melaksanakan berbagai kegiatan pengabdian masyarakat dengan memberdayakan potensi dosen dan stakeholder. Berdasarkan data tahun 2014, terdapat 39 kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah berhasil dilaksanakan dengan pendanaan dari DIPA Yayasan dengan besaran dana Rp. 1.500.000,- sampai dengan Rp.10.000.000,-. Tahun 2015 Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai mendapatkan Hibah IbM dari DIKTI sebanyak Rp.84,5jt2 kelompok pengusul untuk pendanaan tahun 2016. Demikian juga untuk hibah bersaing, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai meloloskan 2 kelompok pengusul yang dibiayai DIKTI. Hal ini menunjukkan kinerja yang cukup membanggakan.

### **4.2. Kelayakan Tim Pengusul**

1. Eka Roshifita Rizqi, S.Gz, MPH. Ketua tim adalah dosen muda dari Program Studi S1 Gizi yang memiliki semangat tinggi dalam penelitian dan pengabdian masyarakat. Ketua Tim merupakan dosen gizi yang mengajar mata kuliah Ilmu Gizi, Perkembangan Gizi Terkini, Dietetik, Epidemiologi Gizi

dan Gizi Olahraga. Sesuai dengan dasar keilmuan yang dimiliki ketua tim, ketua tim biasa berinteraksi dengan masyarakat, baik penyuluhan maupun pelatihan yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang dan status gizi

## **BAB 5. HASIL KEGIATAN**

Kegiatan PKM pelayanan Kesehatan dan konsultasi gizi dilaksanakan pada tanggal 26 Februari 2022 di Laboratorium SMA Teknologi Pekanbaru, diikuti oleh 37 siswa secara acak dari kelas X, XI dan XII. Kegiatan yang dilakukan yaitu:

1. Layanan pemeriksaan Kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah, asam urat dan gula darah menggunakan metode stik dengan alat Easy Touch GCU untuk pencegahan penyakit tidak menular seperti hipertensi, asam urat dan diabetes melitus
2. Konsultasi gizi pada siswa yang memiliki hasil pemeriksaan tekanan darah, asam urat dan gula darah tidak normal, agar dapat meningkatkan derajat Kesehatan melalui pola makan dan gaya hidup yang sehat

Dalam pelaksanaan kegiatan ini tim pengabdian bersifat sebagai narasumber, fasilitasi dan observasi.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dicapai sebagai berikut:

1. Antusias siswa terhadap pelayanan Kesehatan dan konsultasi gizi ini sangat membantu kegiatan berjalan lancar. Namun agar tetap dapat menjaga protocol Kesehatan di masa pandemic Covid-19, siswa hanya diperbolehkan memasuki ruangan laboratorium berganti-gantian, maksimum jumlah siswa hanya 8 orang saja agar tetap dapat menjaga jarak.
2. Meningkatkan pengetahuan siswa akan pencegahan penyakit tidak menular seperti hipertensi, asam urat dan diabetes melitus melalui pemeriksaan rutin tekanan darah, asam urat dan gula darah.
3. Berdasarkan kegiatan pemeriksaan yang dilakukan, didapatkan siswa pre hipertensi sebanyak 3 siswa (8%), hasil gula darah rendah <70 mg/dl sebanyak 2 siswa (5,4%) dan asam urat 1 siswa (2,7%)

**BAB 6**  
**BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN**

**6.1 Anggaran Biaya**

No	Komponen	Biaya Yang Diusulkan (Rp)
1	Bahan habis Pakai dan Peralatan	1.510.000
2	Konsumsi dan Transportasi	870.000
3	Luaran pengabdian	220.000
	<b>Jumlah</b>	<b>2.600.000</b>

**6.2 Jadwal Kegiatan**

Pelaksanaan kegiatan Program Kemitraan Masyarakat ini dilaksanakan selama 1 bulan dengan jadwal pelaksanaan sebagai berikut :

No	Kegiatan	Minggu 1	Minggu 2	Minggu 3	Minggu 4
1	Persiapan pelaksanaan kegiatan dan pengurusan izin				
2	Pertemuan dengan mitra				
3	Penyusunan proposal				
4	Penyuluhan dan Pelatihan pengukuran antropometri dan penilaian status gizi balita				
5	Evaluasi dan pengolahan				
8	Laporan				



## **BAB 7. PENUTUP**

### **7.1 Kesimpulan**

1. Tingginya antusias mitra terhadap layanan pemeriksaan Kesehatan dan konsultasi gizi
2. Meningkatnya pengetahuan siswa akan pencegahan penyakit tidak menular seperti hipertensi, asam urat dan diabetes melitus

### **7.2 Saran**

1. Kepada mitra sebaiknya melakukan pemeriksaan Kesehatan secara berkala untuk Kesehatan optimal dan melakukan konsultasi gizi untuk pencegahan penyakit tidak menular tidak hanya kepada siswa saja tetapi juga guru-guru

## REFERENSI

Almatsier, S. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta (id), PT Gramedia Pustaka Utama.

Hardinsyah, (2017). *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Jakarta, Buku Kedokteran.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kemenkes RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia*. Jakarta: Peraturan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia No. 28 Tahun 2019.

Supriasa, I. D. N., B. Bakri & I. Fajar. (2016). *Penilaian Status Gizi*. EGC, Jakarta.

Taslim, NA dan Primana DA. (2020). *Panduan Praktis Penatalaksanaan Nutrisi COVID-19*. Jakarta: PDGKI.



## Lampiran 1

### FORMULIR USULAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI

1. Judul Pengabdian : Pelayanan Kesehatan dan Konsultasi Gizi pada Siswa SMA  
Teknologi Pekanbaru
2. Kategori Pengabdian :
3. Ketua : Eka Roshifita Rizqi, S.Gz, MPH  
NIP/NIDN : 1004059101  
Jabatan Fungsional : Asisten Ahli  
Program Studi : S1 Gizi  
No. Telp/Hp : 082134460024  
e-mail : ekarizqi4591@gmail.com
4. Anggota /NIP/NIDN/NIM :
  - a. Widawati, SP, MHS/ 1013107401
  - b. Nikmatul Jannah/ 1813211018
  - c.
5. Lokasi Pengabdian : SMA Teknologi Pekanbaru
6. Mitra : SMA Teknologi Pekanbaru
7. Biaya Usulan : Rp

Bangkinang, 26 Januari 2022

Menyetujui,  
Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat  
Ketua,



  
D. Musnar Indra D, M.Pd  
NIP-TT 096.542.108

Ketua Pelaksana



(Eka Roshifita Rizqi, S.Gz, MPH)  
NIP.TT 096. 542. 185

**Lampiran 2.**

**BERITA ACARA PENGABDIAN MASYARAKAT**

Pada hari Sabtu tanggal Dua Puluh Enam Februari Dua Ribu Dua Puluh Dua telah dilakukan kegiatan Pengabdian Masyarakat di SMA Teknologi Pekanbaru dengan judul sebagai berikut :

**“Pelayanan Kesehatan dan Konsultasi Gizi pada Siswa SMA Teknologi Pekanbaru”**

Demikianlah berita acara ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ketua Tim Pengabdian



(Eka Roshifita Rizqi, S.Gz, MPH)  
NIP TT 096.542.185

Mengetahui,

Pimpinan di Tempat Pengabdian Masyarakat



( Firly Y. Damanik )

Mengetahui

Ketua Lembaga Penelitian dan Pengembangan Masyarakat



UNIVERSITAS PAHLAWAN

**Dr. Musnar Indra D, M.Pd**

**NIP TT 096.542.108**

### Lampiran 3 Surat Perintah Tugas



YAYASAN PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI  
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI  
**LEMBAGA PENGABDIAN DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT**  
e-mail: lppm@universitaspahlawan.ac.id  
Alamat : Jl. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang-Riau Telp (0762) 21677, 085278005611/085211804568

### SURAT PERINTAH TUGAS

Nomor: /LP2M/UPTT/II/2022

Ketua Lembaga Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, dengan ini menugaskan kepada:

1. Eka Roshifita Rizqi, S.Gz, MPH
2. Widawati, SP, MHS
3. Nikmatul Jannah

Melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “**Pelayanan Kesehatan dan Konsultasi Gizi pada Siswa SMA Teknologi Pekanbaru**” pada tanggal 26 Februari 2022. Dengan dikeluarkannya surat tugas ini, maka yang bersangkutan wajib melaksanakan tugas dengan sebenarnya dan bertanggung jawab kepada Ketua Lembaga Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.

Demikian surat tugas ini dibuat, untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Bangkinang, 24 Februari 2022  
Lembaga Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat



Dr. Musnar Indra D, M.Pd

NIP TT 096 542 108

**KETERANGAN**

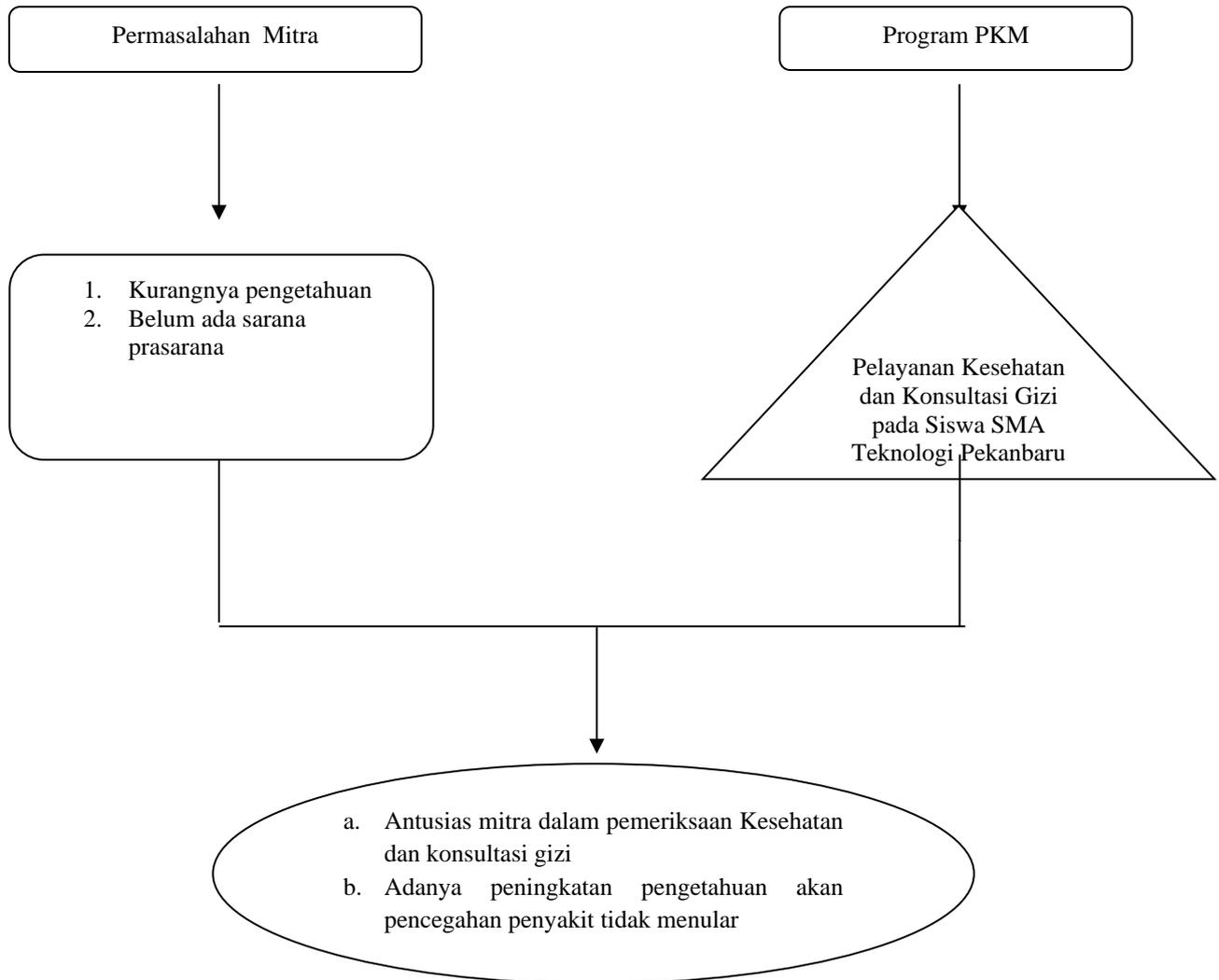
**DARI PEJABAT YANG MEMBERI TUGAS**

Tempat kedudukan pegawai yang memberi tugas	Berangkat	Tiba kembali
	Tanggal, tanda tangan	Tanggal, tanda tangan
	..... Lembaga Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Ketua  	..... Lembaga Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Ketua  

**DARI PEJABAT DI TEMPAT YANG DIKUNJUNGI**

Tempat kedudukan pegawai yang dikunjungi	Tiba di	Berangkat dari
	Tanggal, tanda tangan	Tanggal, tanda tangan
		

#### Lampiran 4 Gambaran Iptek Kegiatan Pengabdian Masyarakat



## Lampiran 5. Peta Lokasi

SMA Teknologi Pekanbaru, Jala

**Sekolah Menengah Atas Teknologi Pekanbaru**  
4,9 ★★★★★ 16 ulasan Sekolah

Rute Simpan Di Sekitar Kirim ke ponsel Anda Bagikan

Jl. Kubang Raya No.KM 1,5, Tuah Karya, Kec. Tampan, Kota Pekanbaru, Riau 28293

0822-9530-9065

F929+JG Tuah Karya, Kota Pekanbaru, Riau

Restoran Hotel Tempat menarik Transportasi Umum Parkir Apotek ATM

Kedai Harian Puri Toko Perengkapan Rumah Pengetaman Iqbal Apotek Laksmana Perumahan Fatikha Residence Pekanbaru Perumahan Astam House Indomaret Kubang Raya Dapur DCC MA Cendekia Bangsa TOSERBA VIVA Toserba Sekolah Menengah Atas Teknologi Pekanbaru Perumahan Tuah Karya House Gg. Mirama I Mesjid al Ikhwan Bebek petelur Laris Jaya Teknik Elektro Toko Elektronik PERUMAHAN GRIYA IDAMAN Zailani Ampera 'Nia' Padang Ampera Miso Arima Cluster Sanjai Jaso Mande Masjid Al BAROKAH

Perumahan Ardyan Graha Panam Waitau Collagen Riau Toko Kesehatan dan Kecantikan Kost Putri Muslimah Day Store's KOS PUTRI DHUH. Perumahan Perumahan Perumahan

Google

Data ©2022 Indonesia Perawatan Privasi Kirim masukan 100 m

Lampiran 6

DOKUMENTASI



(Tampak depan Gedung sekolah)



(Kegiatan Pelayanan Kesehatan dan Konsultasi Gizi)

Lampiran 6. Absensi

**DAFTAR HADIR**  
**PELAYANAN KESEHATAN DAN KONSULTASI GIZI**  
**SMA TEKNOLOGI PEKANBARU**  
*Sabtu, 26 Februari 2022*

NO	NAMA PESERTA	HASIL PEMERIKSAAN		
		TENSI (mm/Hg)	Gula drh (mg/dl)	Aa.Urat (mg/dl)
1.	Rani H	90/60	70	2,4
2.	Akmal I	85/60	130	3,0
3.	Mawardi Ati	100/80	100	3,5
4.	Dul Muswid	120/80	80	4,1
5.	Muesil	70/60	180	2,7
6.	Faidra P	75/60	90	3,7
7.	Muzaleka	110/80	100	4,5
8.	Ampu	85/60	70	3,
9.	Sandra Y	90/60	140	4
10.	Yulky hanna	120/80	100	2,5
11.	Herman	100/80	70	5,0
12.	Sulasta Malyah	90/60	85	3,4
13.	Abu Rizal Z	80/60	120	4,2
14.	Mersarah Azza	75/60	70	6,0
15.	Rukmah	100/80	100	5,7
16.	Halimah Siti	75/60	120	7,0
17.	Khotola hani	120/80	90	4,5
18.	Ampati hanna	90/60	140	5,7

## Lampiran 7 Biaya Pengabdian

Honorarium pengabdian kepada masyarakat mengacu pada Peraturan Menteri Keuangan Republik Indonesia Nomor 78 /PMK.02/2019 tentang Standar Biaya Masukan Tahun Anggaran 2020 dengan contoh rincian anggaran sebagai berikut :

No	Uraian	Satuan	Volume	Besaran	Volume x Besaran
<b>1</b>	<b>Bahan penelitian</b>				
	a. Bahan pengabdian habis pakai				
	Stick asam urat	OK	2	Rp 93.500	Rp 187.000
	Stick gula darah	OK	2	Rp 181.500	Rp 363.000
	Sewa alat Easy Touch GCU	OK	2	Rp 25.000	Rp 50.000
	Sewa alat digital sphygmomanometer	OK	1	Rp 100.000	Rp 100.000
	Leaflet	OK	1	Rp 160.000	Rp 160.000
	Banner	OK	1	Rp 150.000	Rp 150.000
	Souvenir	OK	1	Rp 500.000	Rp 500.000
	<b>Subtotal bahan penelitian</b>				Rp 1.510.000
<b>2</b>	<b>Pengumpulan data</b>				
	a. Konsumsi	OK	50	Rp 15.000	Rp 750.000
	b. Transportasi	OK	5	Rp 24.000	Rp 120.000
	<b>Subtotal pengumpulan data</b>				Rp 870.000
<b>3</b>	<b>Pelaporan luaran pengabdian</b>				
	a. Jilid laporan	OK	2	Rp 10.000	Rp 20.000
	c. Luaran pengabdian	OK	1	Rp 200.000	Rp 200.000
	<b>Subtotal pelaporan luaran penelitian</b>				Rp 220.000
<b>Total</b>					Rp 2.600.000

## Lampiran 7.

### BIODATA KETUA TIM PENGUSUL

#### A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap	Eka Roshifita Rizqi, S.Gz, MPH
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
4	NIP	096 542 185
5	NIDN	1004059101
6	Tempat Tanggal Lahir	Duri, 04 Mei 1991
7	Alamat Rumah	Jl Tuanku Tambusai, Perumahan YLZ Residence Blok C6 Bangkinang
8	Alamat Kantor	Jl. Tuanku Tambusai no.23 Bangkinang
9	Hp.	082134460024
10	Alamat e-mail	<a href="mailto:eka.roshifita@mail.ugm.ac.id">eka.roshifita@mail.ugm.ac.id</a>
12	Lulusan yang telah dihasilkan	S-1 = orang; s-2= ... orang; S3 = ...orang
	Mata Kuliah yang Diampu	1. Gizi Olahraga
		2. Ilmu Gizi Dasar
		3. Dietetik
		4. Gizi Kuliner
		5. Evaluasi Nilai Gizi
		6. Penilaian Status Gizi

#### B. Riwayat Pendidikan

	S1	S2	S3
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Gadjah Mada	Universitas Gadjah Mada	
Bidang Ilmu	Gizi Kesehatan	Gizi Kesehatan	
Tahun Masuk-Lulus	2009-2014	2014-2017	
Judul Skripsi/Tesis	Hubungan antara Dehidrasi dengan Respon Emosi Mahasiswa Universitas Gadjah Mada melalui Pendekatan Ortostatik	Hubungan antara Konsumsi Minuman dan Status Hidrasi dengan Kemampuan Konsentrasi Siswa di Sekolah yang Menggunakan AC dan Tanpa AC	
Nama Pembimbing	dr. Zaenal M.Sofro, AIFM, Sports&Circ.Med	Dr. dr. H. Zaenal M.Sofro, AIFM, Sport&Circ.Med	

	Mirza Hapsari STP, S.Gz, RD, MPH	dr. Mei Neni Sitaresmi, SpA(K), PhD	
--	-------------------------------------	--	--

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggung jawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini Sesuai dengan kenyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan **Pengabdian Masyarakat**.

Bangkinang, 26 Januari 2022

Pengusul,



(Eka Roshifita Rizqi, S.Gz, MPH)