

Kode/Nama Rumpun Ilmu :371/Ilmu
keperawatan

LAPORAN HASIL PENGABMAS



SENAM LANSIA DI DUSUN IV DESA BATU BELAH

TIM PENGUSUL

KETUA : NS.INDRAWATI,S.Kep,M.KL (1008088003)

ANGGOTA : ADELIA NOPRIYANTI,Str.Keb, M.Kes

MAHASISWA: MUHAMMAD RADITO

LATHIFA FACHIRA ESAT

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS PAHLAWAN
TUANKU TAMBUSAI
TA.2022/2023**

IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

1. Judul PKM : Senam Lansia di Dusun IV desa Pulau Rambai
2. Tim PKM : 1. Ns. Indrawati,S.Kep, M.KL
2. Adelia Nopriyarti, STr.Keb, MKM
3. Muhammmad Radito

No	Nama	Jabatan	Bidang Keahlian	Program Studi
1.	Ns. Indrawati,S.Kep, M.KL	Dosen	Kesehatan	D III Keperawatan
2.	Adelia Nopriyarti, STr.Keb, MKM	Dosen	Kesehatan	S1 Kebidanan
3.	Muhammad Radito	Mahasiswa	Kesehatan	D III Keperawatan

3. Objek Penelitian : Lansia
4. Masa Pelaksanaan : Bulan Februari s/d Juli 2023
5. Lokasi Penelitian : Desa Pulau Rambai
6. Instansi lain yang terlibat : tidak ada
7. Skala perubahan dan peningkatan kapasitas sosial kemasyarakatan dan atau pendidikan yang ditargetkan
8. Jurnal ilmiah yang menjadi sasaran : Jurnal PKM

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Pengabmas : Senam Lansia di Dusun IV Desa Pulau Rambai.

Ketua PKM

- a. Nama Lengkap : Ns.Indrawati,S.Kep, M.KL
- b. NIDN : 1008088003
- c. Jabatan Fungsional : Lektor
- d. Program Studi : Keperawatan
- e. Nomor HP/ Surel : 085364845180

Anggota PKM (1)

- a. Nama Lengkap : Adelia Nopriyarti, S.Tr Keb, M.Kes
 - b. NIDN : 1024028501
 - c. Nama Lengkap : Ade Qurniati, SKM, M.Si
 - d. Mahasiswa : Muhamad Radito
Lathifa Fachira Esat
 - e. Perguruan Tinggi : Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
- Lama Pengabmas Keseluruhan : 6 (Enam) Bulan
- Biaya Pengabmas Keseluruhan : Rp **6.200.000**

Bangkinang, 28 Januari 2023

Ketua PKM

Menyetujui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai



Anggriani Harahap, M.Keb

Ns. Indrawati, S.Kep, M.KL

Mengetahui,

LPPM Universitas Pahlawan

Ketua



Dr. Musyar Indra Daulay, M.Pd

RINGKASAN

Trens peningkatan jumlah lansia atau usia diatas 60 tahun di Indonesia perlu dibarengi dengan kebijakan yang tepat agar angka harapan hidup lansia semakin meningkat.Penuaan yang sehat akan meningkatkan kesehatan fisik,sosial,dan mental lansia untuk dapat berperan aktif dalam masyarakat.Serta menikmati kehidupan yang mandiri tanpa diskriminasi.

Salah satu usaha untuk meningkatkan kesehatan lansia adalah dengan mengadakan senam lansia. Senam lansia adalah olahraga ringan dan mudah dilakukan,tidak memberatkan pada lansia.Aktifitas olahraga ini tidak membutuhkan alat,tenaga,dan waktu yang banyak sehingga cocok sebagai pengisi waktu luang.Senam lansia dirancang khusus guna melatih bagian tubuh,pinggang,kaki,dan tanagan untuk mendapatkan peregangan untuk para lansia,akan tetapi gerakan tersebut tidak boleh berlebihan.

Dengan mengikuti senam lansia,efek minimalnya adalah lansia merasa senang,bisa tidur lebih nyenyak,menghilangkan kejenuhan dan pikiran tetap segar.Selain itu,senam lansia juga dapat digunakan sebagai pencegah penyakit masuk ke tubuh.Pun dapat digunakan sebagai pengobatan atau mengurangi rasa sakit karena penyakit,misalnya penyakit karena adanya kelemahan sirkulasi darah,kelainan pembuluh darah tepi,dan osteoporosis.Manfaat lain adalah dapat merehabilitasi tubuh yang sudah mengalami degradasi karena perubahan usia,juga mempermudah tubuh dalam penyesuaian kesehatan jasmani,selain itu juga untuk memperbaiki tenaga cadangan ketika fungsi tubuh menurun.

Kegiatan ini akan lebih menarik jika dilakukan bersama sama sehingga dapat juga digunakan sebagai forum untuk berbagi dan berdiskusi permasalahan yang dihadapi para lansia. Diusahakan frekuensi latihan per minggu minimal tiga kali dan optimal lima kali. Dilakukan di pagi hari lebih baik agar masih tetap dapat menghirup udara segar. Adapun gerakannya menghindari gerakan meloncat loncat, maju mundur, kaki menyilang dan menyentak nyentak. Latihan bersama dilakukan secara teratur dan rutin dengan durasi 15 sampai 60 menit. Diharapkan peserta peserta dapat melakukan senam secara mandiri setelah mendapat bekal dan pengetahuan yang cukup.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dengan mengucapkan Alhamdulillah, segala puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT, berkat rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat memperoleh kemampuan dalam menyelesaikan pengabdian masyarakat ini. Pengabdian Masyarakat ini diajukan guna memenuhi Tri Darma Perguruan Tinggi.

Adapun judul dari pengabdian masyarakat ini adalah “ Senam Lansia di desa Pulau Rambai Kecamatan Kampa tahun 2023”.

Peneliti menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya atas masukan yang sangat bermanfaat dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung

Bangkinang, Maret 2023

Ketua

DAFTAR ISI

	Hal
LEMBAR JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
RINGKASAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
BAB I. PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Program.....	3
1.4 Luaran yang diharapkan.....	4
1.5. Kegunaan.....	4
BAB II. GAMBARAN UMUM MASYARAKAT	
A. Gambaran Umum Masyarakat	5
BAB III. METODE PELAKSANAAN	
3.1. Tahap Persiapan	7
3.2 Tahap Pelaksanaa	7
3.3 Tahap Evaluasi	9
BAB IV. BIAYA DAN JADWAL	
4.1 Anggaran biaya.....	10
4.2 Jadwal Kegiatan	10
BAB V. HASIL DAN PEMBAHAN	
A. Hasil dan Pembahana.....	12
LAMPIRAN	

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Usia lanjut adalah sesuatu yang harus diterima sebagai suatu kenyataan dan fenomena biologis. Usia ini ditempuh setelah melewati masa anak-anak, remaja dan dewasa. Tanda-tanda masa tua disertai dengan adanya kemunduran kemampuan panca indera, gangguan fungsi alat-alat tubuh, perubahan psikologi serta adanya berbagai penyakit.

Dengan banyaknya perubahan yang terjadi pada lansia banyak pula masalah yang dihadapi, baik masalah fisik maupun psikologis. Contoh masalah fisik yang sering dialami adalah berkurangnya daya pikir, penglihatan, pendengaran, kemampuan beraktivitas dan berkomunikasi. Sedangkan masalah psikologis diantaranya kesepian, gangguan keseimbangan hingga pikun.

Dikutip dari National Geographic Indonesia, jumlah lansia di Indonesia, semakin tahun semakin meningkat proporsinya. Pada tahun 2013, 8,9% penduduk Indonesia adalah lansia. Kondisi ini sungguh perlu mendapat perhatian khusus, jika tidak akan menjadikan beban tanggungan tenaga non produktif yang berat. Selama ini, pemerintah memang sudah mencanangkan berbagai program yang pro lansia, mulai dari Puskesmas Santun Lanjut Usia hingga klinik geriatri. Namun tetap saja kondisi sosial ekonomi dan kesehatan lansia di pedesaan umumnya memprihatinkan. Sekitar 2,7 juta lansia terlantar. Bahkan 98,5 persen dari total lansia, dalam keadaan sakit.

Desa Pulau Rambai adalah salah satu desa di kabupaten Kampar yang memiliki banyak penduduk lansia. Pada tahun 2022, 1674 jiwa dari 6554 penduduk di daerah ini adalah lansia. Artinya, 25% dari total penduduk di daerah ini adalah lansia. Jumlah tersebut belum dibarengi dengan kebijakan dan berbagai program pro lansia yang memadai.

Oleh karena belum adanya panti jompo, para lansia di daerah ini menghabiskan masa tuanya di rumah bersama keluarga. Mereka hanya mengisi waktu luang dengan kegiatan ringan di dalam rumah yang belum tentu dapat meningkatkan kesehatan dan kebugaran. Sedangkan pengetahuan tentang arti penting menjaga kesehatan dan cara mencegah penyakit hanya diperoleh dari lingkungan keluarga. Padahal tidak semua keluarga di daerah ini mempunyai pengetahuan tentang kesehatan yang memadai. Kesadaran tentang arti penting upaya preventif terhadap penyakit juga belum mendapat perhatian serius. Selama ini kesadaran mereka terbatas pada upaya pengobatan jika sudah terserang penyakit.

Salah satu solusi yang tepat adalah dengan mengadakan pelatihan dan pembinaan untuk meningkatkan kebugaran dan kesehatan lansia. Para lansia yang tinggal di rumah dapat dilatih berbagai macam aktifitas yang bermanfaat bagi kesehatan mereka. Salah satu aktivitas yang mudah dilakukan adalah senam lansia. Kegiatan ini tidak membutuhkan tempat dan peralatan yang banyak. Apabila diperhatikan, senam lansia membuat pesertanya tidak banyak bergerak layaknya senam aerobik. Tujuannya ialah supaya stamina serta energi para lansia tidak terkuras.

Diharapkan dengan adanya program ini dapat meningkatkan kesehatan serta angka harapan hidup para lansia. Selain berguna bagi kesehatan fisik, senam lansia juga berguna bagi kebugaran mental, seperti lansia akan merasakan kebahagiaan dan kegembiraan. Ditambah lagi, senam lansia sering dilaksanakan secara berkelompok sehingga bisa memberikan perasaan aman dan nyaman ekonomi dan kesehatan lansia di pedesaan umumnya memprihatinkan. Sekitar 2,7 juta lansia terlantar. Bahkan 98,5 persen dari total lansia, dalam keadaan Sakit .

1.2 Perumusan Masalah

Berdasar latar belakang di atas, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut :

1. Bagaimana cara menyadarkan lansia tentang arti penting senam lansia dalam meningkatkan kesehatan dan kebugaran
2. Bagaimana menerapkan metode senam lansia yang benar dan efektif sehingga dapat meningkatkan kesehatan dan kebugaran

1.3 Tujuan Program

Tujuan yang ingin dicapai dalam program ini adalah :

1. Mengetahui cara menyadarkan lansia tentang arti penting senam lansia dalam meningkatkan kesehatan dan kebugaran
2. Mengetahui cara menerapkan metode senam lansia yang benar dan efektif sehingga dapat meningkatkan kesehatan dan kebugaran

1.4 Luaran yang Diharapkan

Target luaran yang diharapkan dari program ini yaitu :

1. Adanya kesadaran lansia tentang arti penting senam lansia dalam meningkatkan kesehatan dan kebugaran
2. Penggunaan metode senam lansia yang benar dan efektif sehingga dapat meningkatkan kesehatan dan kebugaran

1.5 Kegunaan

Kegunaan program ini adalah :

1. Bagi lansia : (a)Memperoleh manfaat senam lansia bagi lansia (b)Dapat mengisi waktu luang dengan kegiatan yang bermanfaat bagi kesehatan dan kebugaran (c)Meningkatkan interaksi dan keakraban sesama lansia
2. Bagi mahasiswa : (a)Sebagai penambah bekal mahasiswa sebelum terjun ke masyarakat (b)Mewujudkan salah satu Tri Dharma Perguruan Tinggi yaitu melakukan pengabdian, dan (c)Mengasah kepekaan dalam membangun masyarakat

BAB II

GAMBARAN UMUM MASYARAKAT SASARAN

Desa Pulau Rambai adalah salah satu desa yang terdapat di kecamatan Kampa. Seperti daerah-daerah lainnya, daerah ini juga dihuni oleh berbagai kelompok usia, mulai dari kelompok usia muda, usia produktif dan usia tua.

Buku demografi desa Pulau Rambai menunjukkan bahwa dari tahun ke tahun jumlah penduduk usia tua di daerah ini terus mengalami peningkatan. Tahun 2019 jumlah penduduk usia 65 tahun ke atas mencapai angka 1658 jiwa dari 6498 penduduk. Tahun berikutnya jumlah lansia mengalami kenaikan menjadi 1674 jiwa dari 6554 total penduduk. Hal ini menunjukkan bahwa kurang lebih 25% dari total penduduk sekarang adalah lansia. Oleh karena itu, peningkatan angka harapan hidup lansia harus menjadi fokus perhatian pihak terkait.

Sebagian besar lansia di daerah ini menghabiskan masa tuanya di rumah bersama keluarga. Tidak adanya panti jompo atau lembaga pemberdayaan lansia adalah salah satu alasannya. Mereka hanya mengisi waktu luang dengan aktifitas kecil di dalam rumah yang belum tentu bermanfaat bagi kesehatan dan kebugaran. Padahal aktifitas olahraga ringan seperti senam, sangat dibutuhkan para lansia untuk meningkatkan kemampuan raga secara fungsional.

Selain itu, kurangnya pengetahuan mengakibatkan rendahnya kesadaran terhadap kesehatan lansia di daerah ini. Mereka tidak mengetahui tentang cara-cara preventif terhadap suatu penyakit sehingga tak banyak aktivitas fisik yang dilakukan. Kesadaran

kesehatan yang mereka miliki selama ini terbatas hanya melakukan pengobatan jika sudah sakit. Sehingga dengan adanya program ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan para lansia tentang arti penting kesehatan.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

Metode yang akan digunakan dalam program ini adalah memberikan pelatihan senam lansia yang bermanfaat bagi kesehatan dan kebugaran. Pelatihan ini melibatkan lansia di kelurahan Sekaran. Program ini mulai dilakukan pada bulan pertama setelah pendanaan dengan dilakukan pemantauan dan kemajuan selama satu setengah bulan setelah pelatihan awal di wilayah Desa . Adapun pelaksanaannya akan dilaksanakan dalam beberapa tahap sebagai berikut :

3.1 Tahap Persiapan

Tahap persiapan yang dilakukan untuk melaksanakan program ini meliputi :

1. Survei tempat pelaksanaan kegiatan
2. Pembuatan proposal kegiatan dan menyelesaikan administrasi perijinan pada instansi yang akan dilibatkan pada pelaksanaan kegiatan
3. Pembuatan CD pelatihan senam lansia
4. Pembuatan dan penyebaran pamflet publikasi ke warga Sekaran dengan sasaran utama penduduk usia tua
5. Pembuatan dan penyebaran surat undangan ke masing masing penduduk usia tua yang akan terlibat dalam Pelatihan

3.2 Tahap Pelaksanaan

a. Mitra Kerja

Dalam hal ini yang menjadi mitra kami adalah lansia di Desa Pulau Rambai

b. Kepanitiaan (crew)

Panitia penyelenggara kegiatan ini adalah tim penyusun Program dan Mahasiswa, beserta aparatur desa Pulau Rambai yang turut membantudalam program ini

c. Alat alat yang diperlukan dalam kegiatan

1. Media pelatihan senam lansia
2. Video Shooter
3. Camera Digital

e. Wawancara

Kegiatan wawancara ini akan dilakukan kepada lansia, tenaga kesehatan dan aparatur desa Pulau Rambai yang terlibat. Wawancara ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana program kegiatan ini berhasil

f. Penghargaan

Penghargaan diberikan kepada desa Pulau Rambai atas terselenggaranya kegiatan dengan memberikan plakat sebagai rasa terima kasih atas segala partisipasi masyarakat setempat

3.3 Tahap Evaluasi dan Pelaporan

a. Evaluasi akan dilakukan secara kontinyu di desa Pulau Rambai mengenai sejauh mana progress perkembangan kemajuan program kegiatan melalui laporan secara langsung kepada tim pelaksana. Kemudian tim pelaksana akan menganalisis kendala, kritik dan saran untuk perbaikan pelatihan selanjutnya. Kemudian tim akan melakukan wawancara sebagai tolak ukur keberhasilan program kegiatan

b. Evaluasi pasaca kegiatan

Evaluasi pasca kegiatan ini akan dilakuakn oleh panitia untuk mengetahui sejauh man hasil kegiatan yang dicapai secara menyeluruh (tujuan, proses pelatihan, luaran yang diharapkan, dan sebagainya). Evaluasi inilah yang akan dijadikan pijakan untuk menyusun laporan kegiatan

c. Laporan kegiatan disusun sebagai laporan pertanggung jawaban atas apa yang telah dilakukan Laporan disusun berdasarkan proses kegiatan yang telah dilaksanakan serta hasil evaluasi yang telah diadakan.

BAB IV
BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

4.1 Anggaran Biaya

No	Jenis Pengeluaran	Biaya yang diusulkan
		Tahun 1
1	Gaji dan Upah	1.800.000
2	Peralatan Penunjang dan Bahan Habis Pakai	2.3000.000
3	Perjalanan	1.000.000
4	Lain-lain(Publikasi, Seminar, Laporan)	1.100.000
Jumlah (Rp)		6.200.000

4.2 Jadwal Kegiatan

Berikut jadwal kegiatan yang kami laksanakan :

no	Kegiatan	Bulan 1				Bulan 2				Bulan 3				Bulan 4			
		Minggu ke				Minggu ke				Minggu ke				Minggu ke			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Perijinan kegiatan	v															
2	Pengenalan dan penyuluhan program		v														
3	Produksi media pembelajaran			v	v	v	v	v	v	v							

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil dan pembahasan

Kegiatan dilaksana pada tanggal 4 Februari 2023 di desa Pulau Rambai Kecamatan Kampa Kabupaten Kampar yang di ikuti oleh lansia sebanyak 15 orang juga di ikuti oleh kader dan aparat desa Pulau Rambai. Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi lansia tersebut. Kegiatan ini ber jalan dengan lancar tanpa hambahan satu pun.

A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	Ns. Indrawati,S.Kep,M.KL
2.	Jenis Kelamin	Perempuan
3.	Jabatan fungsional	Asisten Ahli/ IIIb
4.	Jabatan Struktural	Dosen S1 Keperawatan
5.	NIP Y	096 542 066
6.	NIDN	1008088003
7.	Tempat Tanggal Lahir	Batu Belah, 8 Agustus 1980
8.	e-mail	indrawatiigo@gmail.com
9.	No Telepon/ HP	085364845180
10	Alamat kantor	Jln. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang
11	No Telepon/ Faks	(0762) 21677
12	Lulusan Yang Telah Dihasilkan	S1 = - orang, S2 = - orang
13	Mata Kuliah Yang Diampu	1. Keperawatan dasar 2. Keperawatan Keluarga 3. Keperawatan Komunitas

B. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2	S-3
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Riau	Universitas Riau	-
Bidang Ilmu	Keperawatan	Kesehatan Lingkungan	-
Tahun Masuk-Lulus	2005-2008	2013-2015	-
Judul Skripsi/ Tesis/			-
Nama Pembimbing/Promotor	1. 1. Imalia Dewi Asih, MSN	1. Prof.Dr. Zulkarnaini, M.Si 2. dr. Suyanto, M.Ph	

C. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

Tahun	Judul Penelitian	Satuan	Keterangan/ Bukti Fisik
2018	Hubungan Response Tome Pelayanan instalasi Gawat Darurat (IGD)denganTingkat Kepuasan Pasiendi RSUD Bangkinang Tahun 2018.	Jurnal	Terbit di Jurnal Ners UPTT
2018	Efetifitas Kompres Jahe MerahTerhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Lansia YangMenderita Rheumatoid Arthritis di Puskesmas	Jurnal	Terbit di Jurnal Ners UPTT
2019	Huibungan Anemia Pada Ibu Hamil dengan Kejadian BBLR di RSUD Bankinang Tahun 2018	Jurnal	Terbit di Jurnal Ners UPTT
2019	Faktor –Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian Vitamin A pada Balita di Posyandu desa Beingin Lestari	Jurnal	Terbit di Jurnal Ners UPTT

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidak-sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan usulan penelitian.

Bangkinang, Juli 2022

(Ns. Indrawati,S.Kep,M.KL)
NIDN. 1008088003

Lampiran 2 . Biodata Anggota Peneliti

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap	Adelia Nopriyarti, STr.Keb, MKM
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	-
4	NIP	-
5	NIDN	1019119101
6	Tempat Tanggal Lahir	Batu Belah/19 November 1991
7	e-mail	nopriyartiadelia2018@gmail.com
8	No Telepon/HP	081275777349
9	Alamat Kantor	Jln. Tuanku Tambusai no 23 Bangkinang Kab. Kampar Provinsi Riau
10	No Telepon/Faks	-
11	Lulusan Yang telah Dihasilkan	D3 = - orang D4= - orang
12	Mata Kuliah Yang diampu	1. Etika dan Hukum Kesehatan 2. Epidemiologi

B. Riwayat Pendidikan

	D4	S-2	S-3
Nama Perguruan Tinggi	STIKes Tuanku Tambusai	STIKes Hang Tuah Pekanbaru	
Bidang Ilmu	Kebidanan	Kesehatan Masyarakat	
Tahun Masuk-Lulus	2013-2014	2017-2019	
Judul Skripsi/Tesis/Disertasi	Perbedaan Lama Pelepasan Tali Pusat Pada Bayi yang dimandikan ke Dalam Air Hangat dengan Bayi yang dilap Handuk Basah di RB/BPS Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru Tahun 2014	Faktor Pendukung dan Faktor Penghambat Pelaksanaan Program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) di Kota Pekanbaru Tahun 2019	
Nama Pembimbing/Promotor	1. Dr. Emdas Yahya 2. John Taruna, M.Kes	1. Ns. Yufitriana A, S.Kep,MSc, Ph.D 2. Nurlisis, SKM,M.Kes	

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidak-sesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Pengabdian Masyarakat Iptek Bagi Masyarakat.

Bangkinang, 31 Agustus 2022

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Adelia Nopriyarti', with a large circular flourish above the name.

Adelia Nopriyarti, STr.Keb, MKM

Daftar Pustaka

- Permenkes RI (2013). Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 42 Tahun 2013 tentang Penyelenggaraan Imunisasi. Jakarta : Depkes RI
- Kepmenkes RI (2005). Kepmenkes Nomor 1611/MENKES/SK/XI/2005 tentang *Pedoman Penyelenggaraan Imunisasi*. Jakarta : Kemenkes RI
- Bapelitbangkes RI (2009). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar. Provinsi Jambi. Jakarta : Kemenkes RI
- Kemenkes RI (2009). Brosur berikan imunisasi dasar lengkap untuk melindungi sibuah hati. Jakarta : Pusat Promosi Kesehatan.
- Dirjen PP dan PL Kemenkes RI (2013). Petunjuk Teknis introduksi Imunisasi SPT-HB-Hib (Pentavalen) Pada Bayi dan Pelaksanaan Imuinisasi Lanjutan Pada Anak Batita. Jakarta : Kemenkes RI
- Desi F (2013). Sekilas Tentang Imunisasi DPT-HB-Hib. Diakses melalui <https://dinkeskebumen.wordpress.com/>
- Gobel F (2010). *Mempromosikan Bahaya Laten Penyakit Hepatitis: Catatan Hari Hepatitis Sedunia*. Diakses melalui <http://www.kompasiana.com/>
- Hastono, Sutanto. (2007). *Analisa Data Kesehatan*. Jakarta: Universitas Indonesia
- Hidayat A (2007). *Metodologi Penelitian Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Jannah Makamban dkk (2014) tentang “faktor yang berhubungan dengan cakupan imunisasi dasar lengkap pada bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Antara Kota Makassar. Diakses melalui www.repository.unhas.ac.id
- Mulyanti (2013). Faktor-faktor internal yang berhubungan dengan kelengkapan Imunisasi Dasar Balita Usia 1 - 5 Tahun di Kecamatan Situ Gintung Ciputat Tahun 2013. Diakses melalui <http://repository.uinjkt.ac.id/>
- Notoadmodjo, S (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Manusia*. Jakarta : EGC
- Notoadmodjo, S (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta

Puspitaningrum (2013). Hubungan peran keluarga dengan kelengkapan imunisasi dasar lengkap pada bayi usia 10-12 bulan di desa batusari RW 3, 4, 5 dan 32 Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak Tahun 2013. Diakses melalui <http://jurnal.unimus.ac.id/>

Suparyanto (2011). Konsep Kelengkapan Imunisasi. Diakses melalui <http://dr-suparyanto.blogspot.co.id/>



UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT

e-mail : lppm.tambusai@yahoo.co.id

Alamat : Jl. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang-Kampar-Riau

Kode Pos. 28412

Telp. (0762)21677, 085278005611, 085211804568

SURAT PERINTAH TUGAS

Nomor : 0314 /LPPM/UPTT/II/2023

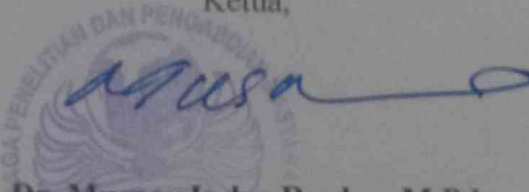
Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai,
dengan ini menugaskan kepada:

Nama : Ns. Indrawati, S.Kep, M.KL 1008088003
Ade Qurniati, SKM, M.Si
Adelia Nopryarti
M. Radito
Jabatan : Dosen Prodi DIII Keperawatan
Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan

Melaksanakan kegiatan Pengabdian Masyarakat di Desa Pulau Rambai dengan kegiatan "PKM Senam Hipertensi pada Lansia di Desa Pulau Rambai" pada Februari Tahun 2023. Dengan dikeluarkannya surat tugas ini, maka yang bersangkutan wajib melaksanakan tugas dengan sebenarnya dan bertanggungjawab kepada Ketua LPPM Tuanku Tambusai Riau.

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



Bangkinang, 04 Februari 2023
Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Ketua,


Dr. Musnar Indra Daulay, M.Pd
NIP - TT 096.542.108

Tembusan:

Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

KETERANGAN
DARI PEJABAT YANG MEMBERI TUGAS

Tempat kedudukan pegawai yang memberi tugas	Berangkat	Tiba kembali
	Tanggal, tandatangan	Tanggal, tandatangan
	<p style="text-align: center;">..... Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Ketua,</p>  <p style="text-align: center;"><u>Dr. Musnar Indra Daulay, M.Pd</u> NIP-TT. 096.542.108</p>	<p style="text-align: center;">..... Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Ketua,</p>  <p style="text-align: center;"><u>Dr. Musnar Indra Daulay, M.Pd</u> NIP-TT. 096.542.108</p>

DARI PEJABAT DI TEMPAT YANG DIKUNJUNGI

Tempat kedudukan pegawai yang dikunjungi	Tiba di	Berangkat dari
	Tanggal, tandatangan	Tanggal, tandatangan
	 	 

BERITA ACARA PENGABDIAN MASYARAKAT

Pada hari ini tanggal Empat bulan Februari tahun Dua Ribu Dua Puluh Tiga telah dilaksanakan Pengabdian Masyarakat dengan Tema "Senam Hipertensi pada Lansia di Desa Pulau Rambai" dengan Anggota:

1. Na Indrawati, S.Kep, M.KL
2. Ade Qurian, SKM, M.Si
3. Adelia Nopriyanti, STR Keb, MCM
4. M. Radino

Handwritten signature: Na Indrawati
Handwritten signature: Ade Qurian
Handwritten signature: Adelia Nopriyanti
Handwritten signature: M. Radino

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

Ketua Pengabdian

Handwritten signature of Na Indrawati

(Dr. Indrawati, S.Kep, M.KL.)

Mengetahui,
Kepala Desa Pulau Rambai

Handwritten signature of Kepala Desa Pulau Rambai
The stamp is circular with a purple border. The text inside the stamp includes "KABUPATEN KAROLIA" at the top, "SEKRETARIAT" in the center, and "KEMENTERIAN KEMENTERIAN" at the bottom.

Mengetahui
Ketua Lembaga Pengabdian dan
Pengembangan Masyarakat

Handwritten signature: MUSA
The stamp is circular with a blue border. It features a central emblem and the text "MUSA" in large letters across the middle.

(Dr. Muliati Indra Daulay, M.Pd)

ABSENSI KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT (PKM)

Hari/Tanggal : Senin, 04 Februari 2023
Tempat : Desa Pulau Rambai
Topik PKM : Senam Hipertensi pada Lansia

No.	Nama	Tanda Tangan
1	Sakinah	Sakinah
2	Suhaimi	Suhaimi
3	Ardiansyah	Ardiansyah
4	Gusmawati	Gusmawati
5	Khairul Fahmi	Khairul Fahmi
6	Murhanudin	Murhanudin
7	Rahma	Rahma
8	Sakdiyah	Sakdiyah
9	Salim	Salim
10	Nuraini	Nuraini
11	Syafriyah	Syafriyah
12	Lismawati	Lismawati
13	Nurmayanti	Nurmayanti
14	Adriani	Adriani
15	Yusmanidar	Yusmanidar

Ketua Pengabdian

(Ns. Indrawati, S.Kep, M.KL)

Mengetahui,
Kepala Desa Pulau Rambai



Justifikasi Anggaran Penelitian

1. Honor				
HONOR				Total (Rp)
Ketua				900.000
Anggota				900.000
SUB TOTAL (RP)				1.800.000
2. Peralatan Penunjang				
Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga Satuan	Harga (Rp)
Sewa camera digital	Dokumentasi	1	500.000	500.000
Software pengolahan data	SPSS	1	50.000	200.000
			Sub total (Rp)	700.000
3. Bahan Habis Pakai				
Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga Satuan	Harga (Rp)
Kertas HVS	ATK kegiatan	4 Rim	50.000	200.000
Cartridge hitam	ATK kegiatan	4 bh	75.000	200.000
Cartridge warna	ATK kegiatan	2 bh	75.000	200.000
Konsumsi (snack + makan)	Konsumsi di lapangan	2 orang x 10 hari	30.000	1.000.000
SUB TOTAL (RP)				1.600.000
4. Perjalanan				
Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga Satuan	Harga (Rp)
Dari dan ke tempat penelitian	Transportasi ke lapangan	5 hari	200.000	1.000.000
5. Lain-Lain				
Kegiatan	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga Satuan	Harga (Rp)
Pembuatan proposal	Beli kerta, tinta dan photocopi	1 Paket	300.000	500.000
Pembuatan laporan	Beli kerta, tinta dan photocopi	1 Paket	400.000	600.000
SUB TOTAL				1.100.000
GRAND TOTAL				6.200.000