

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



PELAKSANAAN SENAM SEGAR, SEHAT PADA IBU-IBU

DI RW 3

OLEH:

DOSEN PEMBIMBING

1. Leon Candra SKM, M.Kes NIDN : 1016108801

KETUA

2. Saskiya Ghaaniya Awananda NIM : 20011024

ANGGOTA

3. Ahmad Luqman Saqif NIM : 20011063
4. Ainur Rofiqi NIM : 20011068
5. Hastim Yolanda NIM : 20011039
6. Laura Yusra Spaincer NIM : 20011112
7. Muhammad Amri Shiddiq NIM : 20011045
8. Sofiya NIM : 20011111

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS HANG TUAH PEKANBARU

TAHUN 2023

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN PENGABDIAN

1. Judul : Pelaksanaan Senam Sehat, Segar, Ceria pada Ibu-Ibu di RW.03 Kelurahan Tanjung Rhu Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru.
2. Bidang Keilmuan : Kesehatan Masyarakat
3. Nama Pembimbing Akademik : Leon Candra, SKM, M.Kes
4. Nama Ketua Pelaksana : Saskiya Ghaaniya Awananda
5. Jumlah Anggota : 6 Orang
 - a. Nama Anggota I : Ahmad Luqman Saqif
 - b. Nama Anggota II : Ainur Rofiqi
 - c. Nama Anggota III : Hastim Yolanda
 - d. Nama Anggota IV : Laura Yusra Spincer
 - e. Nama Anggota V : Muhammad Amri Shiddiq
 - f. Nama Anggota VI : Sofiya
6. Jangka Waktu Kegiatan : 1 bulan 2 kali
7. Bentuk Kegiatan : Pengabdian Masyarakat
8. Lokasi Kegiatan : di RW/03, Kel. Tanjung Rhu, Kec. Lima Puluh, Kota Pekanbaru
9. Biaya Pengabdian : Rp. 120.000
 - a. Sumber dari, (Pribadi) : Dana Kelompok

Pekanbaru, 24 Januari 2023

Ketua Pelaksana,

Mengetahui:

Pembimbing Akademik



(Leon Candra, SKM, M.Kes)

NIDN : 1016108801



(Saskiya G. Awananda)

NIM : 20011024

RINGKASAN

Senam merupakan suatu cabang olahraga yang melibatkan performa gerakan yang membutuhkan kekuatan, kecepatan dan keserasian gerakan fisik yang teratur (Sayuti Syahra, 2007:15). Namun ketika di lingkungan luas, banyak orang melakukan senam aerobik, ataupun senam lain termasuk meditasi untuk menenangkan diri. Senam aerobik banyak diminati oleh masyarakat sebagai alternatif kegiatan olahraga dengan tujuan untuk menurunkan berat badan, membentuk tubuh, menjaga kebugaran jasmani, meningkatkan kualitas hidup, dan lain sebagainya. Senam aerobik merupakan latihan yang menggabungkan berbagai gerak, berirama, teratur dan terarah serta pembawaannya yang menggembirakan arena didukung jenis musik yang riang. Hal ini sesuai yang diutarakan oleh Jane Fonda (1988), bahwa berolahraga dengan musik terasa lebih mudah dan menyenangkan, rasa sakit dan lelah seolah hilang dan terlupakan, sebab pada dasarnya setiap manusia memiliki jiwa seni dan musik. Pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk praktek bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan tubuh dengan melakukan senam aerobik di kawasan RW.03 Kelurahan Tanjung Rhu Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru. Metode kegiatannya dimulai dari survei tempat pengabdian yaitu RW 03 Kelurahan Tanjung Rhu Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru membuat materi penyuluhan dan pelaksanaan praktek langsung senam. Dan selanjutnya setelah pengabdian dilaksanakan, kegiatan ini akan dijadikan laporan pengabdian masyarakat Mahasiswa PBL I Kelompok 15. Laporan Pengabdian Masyarakat selain untuk publikasi diharapkan juga dapat menjadi sumber informasi bagi target capaian yaitu masyarakat di RW.03 Kelurahan Tanjung Rhu Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru tentang pentingnya meningkatkan kesegaran jasmani, dan praktik keterampilan senam.

Kata Kunci : *Senam, Aerobik, Kesegaran Jasmani*

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT, yang mana atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga kami dapat menyusun dan menyelesaikan Laporan Pengalaman Belajar (PBL) yang dilaksanakan di Kelurahan Tanjung Rhu, Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru sebagai salah satu kegiatan yang dilakukan dalam kurikulum Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru. Dalam penulisan laporan ini kami banyak mendapatkan bimbingan, pengarahan, saran, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini kami ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Syafrani, M.Si, Selaku Rektor Universitas Hang Tuah Pekanbaru.
2. Bapak, Ns. Abdurrahman Hamid, M.Kep, Selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Hangtuah Pekanbaru
3. Bapak Dr. Reno Renaldi, SKM, M.Kes, selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Hang Tuah Pekanbaru.
4. Bapak Leon Candra, SKM, M.Kes, selaku Pembimbing Akademik yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan pengarahan, dukungan dan bimbingan yang sangat bermanfaat dalam penyelesaian laporan ini.
5. Bapak Indra Maulana M., S.STP., M.Si, Selaku Camat Lima Puluh yang telah bersedia menerima mahasiswa Universitas Hang Tuah Pekanbaru untuk melaksanakan kegiatan PBL di Kecamatan Lima Puluh dan telah memberikan pengarahan, dukungan dan bimbingan yang sangat bermanfaat dalam penyelesaian laporan ini.
6. Ibu drg. Meri Delfitri, Selaku Kepala UPTD Puskesmas Lima Puluh yang telah memberikan pengarahan, dukungan dan bimbingan yang sangat bermanfaat dalam penyelesaian laporan ini.
7. Bapak Rusli, S.Sos, selaku Lurah Tanjung Rhu yang telah bersedia membimbing dan

menerima Kelompok XIX untuk melaksanakan kegiatan Pengalaman Belajar Lapangan.

8. Bapak Tengku Muhammad Agus, selaku Pembimbing Lapangan yang telah bersedia membimbing dan menerima Kelompok XV untuk melaksanakan kegiatan Pengalaman Belajar Lapangan.

Semoga semua bantuan yang telah diberikan mendapat imbalan dari Allah SWT, Aamiin. Akhir kata kami mengucapkan permohonan maaf jika terdapat kesalahan dalam penulisan laporan ini, semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Pekanbaru, 27 Januari 2023

Kelompok XV

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN PENGABDDIAN	i
RINGKASAN.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
BAB II.....	4
SOLUSI PERMASALAHAN.....	4
BAB III.....	5
METODE PELAKSANAAN.....	5
BAB IV.....	9
RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA	9
BAB V	10
KESIMPULAN DAN SARAN.....	10
DAFTAR PUSTAKA.....	11
LAMPIRAN	12

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Kepakaran dan Tugas Anggota Tim.....	6

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Pemecahan Masalah.....	4

DAFTAR LAMPIRAN

1. Susunan Organisasi tim pengabdian dan pembagian tugas
2. Gambaran/Peta Lokasi Pengabdian

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Senam merupakan suatu cabang olahraga yang melibatkan performa gerakan Aktif secara fisik menjadi salah satu cara untuk memelihara kesehatan jantung”(Anggara 2018).Gerakan senam jantung sehat merupakan suatu gerakan pembangunan kesehatan di masyarakat, Gerakan senam jantung sehat adalah bagian dari rangkaian kegiatan yang dilaksanakan atas dasar gotong royong dan swadaya dalam rangka menolong diri sendiri, memecahkan masalah untuk memenuhi kebutuhannya yang berkaitan dengan kemampuan dalam mencapai kehidupan sehat dan sejahtera, serta memperbaiki denyut nadi agar selalu dalam kondisi normal dan stabil”(Hardiyanti 2016). Senam jantung sehat merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk menjaga agar jantung terus bekerja dengan baik, membuat tubuh lebih berkeringat dan detak jantung menjadi lebih cepat dan tubuh sehat”. Fungsi dari senam jantung sehat yaitu membuat aliran oksigen ke seluruh tubuh meningkat, otot jantung lebih kuat, dan membuat fungsi jantung bekerja lebih optimal. Senam jantung sehat bertujuan untuk mempertahankan kadar gula darah dalam rentang normal, salah satunya dengan latihan jasmani senam jantung sehat. Senam jantung sehat menggunakan semua otot-otot besar, pernapasan dan jantung. Variasi gerakan -gerakan yang banyak terutama gerakan dasar pada kaki dan jalan dapat memenuhi kriteria CRIPE (continous, rhythmical, interval, progresif dan endurance) sehingga sesuai dengan tahapan kegiatan yang harus dilakukan. Disamping itu senam jantung yang dilakukan secara berkelompok akan memberi rasa senang pada anggota kelompok dan juga dapat memotivasi anggota yang lain untuk terus melakukan olah raga secara kontinue dan teratur.

Senam merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah dikenal banyak

orang sejak dulu. Jika melihat sejarah perkembangan senam ternyata belum diketahui sejak kapan senam itu berada namun sebagai patokan menurut Hidayat dalam Atmaja (2008:17) mengatakan “senam dalam arti yang sebenarnya baru berkembang pada abad ke-18, akan tetapi unsur-unsur senam dalam bentuk latihan akrobatik, latihan pernapasan dan latihan penyembuhan sudah ada sejak zaman kebudayaan kuno”. Dengan pernyataan ini jelas sudah senam ini memang sudah dikenal sejak lama diperkirakan sejak abad ke-18 atau bahkan lebih awal lagi. Di era modern sekarang, cabang olahraga ini sudah menjadi salah satu bagian penting dalam dunia pendidikan, pembelajaran senam sudah diberikan dari mulai sekolah tingkat dasar sampai tingkat perguruan tinggi, ini membuktikan bahwa senam merupakan salah satu cabang olahraga yang baik untuk menunjang kebugaran anak didik dan dunia pendidikan. Senam adalah salah satu cabang olahraga yang di dalamnya terdapat berbagai aktivitas gerakan fisik yang ditampilkan mulai dari gerakan yang sederhana hingga gerakan kompleks, serta disusun dan dipilih dengan sedemikian rupa sehingga membentuk gerakan yang artistik dan indah untuk ditonton.

Kegiatan ini dilakukan sebagai upaya menyegarkan fisik, serta mental juga dapat mempersatukan kekuatan dan keakraban warga di lingkungan khususnya di RW/03, Kelurahan Tanjung Rhu, Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana pengetahuan ibu-ibu di sekitar lingkungan RW.03 tentang Senam Sehat dan upaya yang tepat untuk sekitar lingkungan RW.03 agar berkegiatan diluar rumah.

C. Tujuan Kegiatan

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini tujuan yang dicapai sebagai

pengalaman praktik keterampilan senam serta mampu memberikan dampak langsung kepada masyarakat khususnya ibu-ibu di RW.03. Adapun beberapa tujuan yang secara khusus adalah:

1. Bagi masyarakat mendapat pengetahuan langsung tentang pentingnya menjaga kebugaran jasmani.
2. Bagi lingkungan luas agar dapat memanfaatkan sumber daya serta fasilitas yang tersedia, serta dapat mengisi waktu luang masyarakat untuk menjaga kesehatan.
3. Bagi pimpinan rukun warga serta kelurahan Tanjung Rhu agar bisa senantiasa mengadakan program-program maupun kegiatan-kegiatan di setiap ruang lingkup lingkungan.

D. Manfaat Kegiatan

1. Membantu program-program Dinas Kesehatan sebagai sarana kesehatan terdekat.
2. Mahasiswa dapat mengaplikasikan ilmu yang didapat di perkuliahan kepada masyarakat tentang kesehatan sekaligus sebagai pengalaman belajar mengenali masalah kesehatan dan menentukan langkah penyelesaiannya.
3. Sebagai wujud pengabdian kepada masyarakat secara langsung

BAB II

SOLUSI PERMASALAHAN

Pentingnya olahraga untuk menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh pada Ibu-Ibu di lingkungan RW.03 agar membantu meningkatkan fungsi jantung, bermanfaat dalam mengembangkan komponen fisik dan kemampuan gerak. Dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat di lingkungan RW.03.

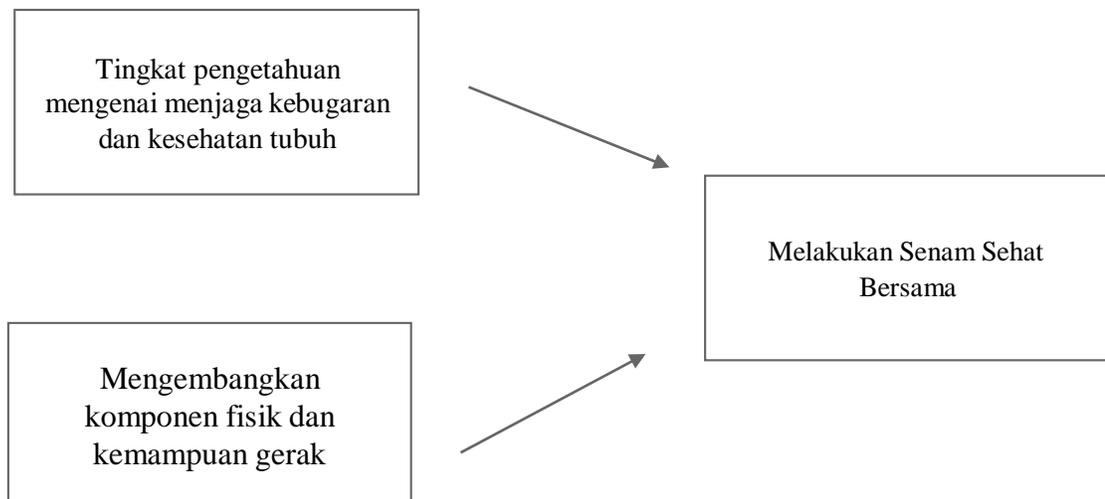
Berdasarkan permasalahan di bab I diatas, maka dirumuskan solusi pemecahan permasalahan mengenai menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh sebagai berikut:

1. Memberikan wawasan ilmu pengetahuan mengenai menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh.
2. Melakukan senam sehat bersama warga di lingkungan RW.03 setiap seminggu sekali.

Kerangka Pemecahan masalah dalam pengabdian kepada masyarakat dapat digambarkan sebagai berikut:

Kerangka Pemecahan Masalah

Gambar 1.



BAB III

METODE PELAKSANAAN

Metode yang akan digunakan dalam kegiatan ini adalah praktek langsung gerakan senam pada ibu-ibu di RW/03, Kelurahan Tanjung Rhu, Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru.

A. Waktu

Waktu pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu, 18 Januari 2023, di halaman rumah warga RW/03, Kelurahan Tanjung Rhu, Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru.

B. Peserta

Peserta dalam kegiatan ini merupakan ibu-ibu RW/03, Kelurahan Tanjung Rhu, Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru.

C. Pendanaan

Pendanaan dalam kegiatan ini bersifat mandiri, serta pemanfaatan swadaya dari warga. Adapun pelaksanaannya akan dilaksanakan dalam beberapa tahap sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan yang dilakukan untuk melaksanakan program ini meliputi:

- a. Pembuatan surat izin kepada ketua RT
- b. Membuat pengumuman atau sebaran kegiatan kepada ibu-ibu RW/03, Kelurahan Tanjung Rhu, Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru.
- c. Menyiapkan bahan yang diperlukan.

2. Tahap Pelaksanaan
 - a. Sasaran Ibu-Ibu di RW/03, Kelurahan Tanjung Rhu, Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru.
 - b. Kepanitiaan Panitia penyelenggara kegiatan ini adalah mahasiswa PBL Kelompok 15 dan sebagian masyarakat dari beberapa ibu-ibu yang terlibat.
3. Alat alat yang diperlukan dalam kegiatan
 - a. Tipe
 - b. Pengeras Suara
 - c. Mic Rophone

D. Kepakaran dan Tugas Anggota Tim Pengabdian Kepada Masyarakat

Tabel 1

Kepakaran Anggota Tim Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Nama/NIDN	Instansi Asal	Kepakaran
1	Saskiya Ghaaniya Awananda	Universitas Hang Tuah Pekanbaru	Ketua
2	Ahmad Luqman Saqif	Universitas Hang Tuah Pekanbaru	Anggota
3	Ainur Rofiqi	Universitas Hang Tuah Pekanbaru	Anggota
4	Hastim Yolanda	Universitas Hang Tuah Pekanbaru	Anggota
5	Laura Y. Spaincer	Universitas Hang Tuah Pekanbaru	Anggota
6	Muhammad Amri Shiddiq	Universitas Hang Tuah Pekanbaru	Anggota

7	Sofiya	Universitas Hang Tuah Pekanbaru	Anggota
---	--------	------------------------------------	---------

Uraian tugas masing-masing anggota pengabdian kepada masyarakat dirinci sebagai berikut:

1. Ketua

- a. Mengkoordinir kegiatan studi pendahuluan dan Survey Lapangan
- b. Mengkoordinir pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat

2. Anggota

- a. Melakukan studi pendahuluan
- b. Mengurus perizinan di Rukun Warga
- c. Menyusun Laporan Pengabdian Masyarakat
- d. Mengatur anggaran pengabdian dan peralatan yang digunakan dalam pengabdian
- e. Pelaksanaan Kegiatan pengabdian masyarakat

E. Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan

a. Evaluasi Input

Evaluasi input dilakukan sebelum kegiatan dimulai. Yang dinilai dalam evaluasi input adalah sarana dan prasarana yang perlu tersedia untuk terlaksananya kegiatan pengabdian dalam rangka menghasilkan Output dan tujuan pengabdian seperti, tenaga pelatih senam, peserta senam yang datang tepat waktu, spanduk, laptop dan speaker yang berfungsi baik, tempat pelaksanaan yang kondusif, sumber dana yang mencukupi dan lain-lain.

b. Evaluasi Proses

Evaluasi proses dilakukan sewaktu kegiatan dimulai. Yang dinilai dalam

evaluasi proses adalah semua sasaran mengikuti dengan baik, dan antusias.

c. Evaluasi Akhir

Evaluasi hasil dilakukan setelah kegiatan pengabdian selesai dilaksanakan. Setelah materi mengenai pentingnya menjaga kebugaran jasmani, sasaran mampu memahami materi.

BAB IV

RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA

A. Rencana Tahap Berikutnya

Setelah pengabdian ini dilakukan, maka upaya selanjutnya dilakukan adalah :

- 1) Melaksanakan cek, yaitu menganalisis dan melihat apakah setelah dilaksanakan pengabdian apakah ada perubahan terhadap perilaku kebiasaan ibu terhadap pentingnya menjaga kebugaran jasmani.
- 2) Jika ada perubahan positif dari masyarakat di lingkungan tempat tinggal, program ini perlu diteruskan oleh pihak RW dan RT didalam upaya meningkatkan kesegaran jasmani.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Beberapa hal yang dapat disimpulkan dari kegiatan ini yaitu, sebagai berikut:

1. Pengetahuan masyarakat bertambah dalam bagaimana mengingat kebugaran jasmani, serta keterampilan untuk di terapkan kepada masyarakat luas.
2. Memberikan pengetahuan tentang manfaat senam segar sehat ceria. olahraga baik secara fisik maupun mental serta menjalin kebersamaan antar warga di RW/03, Kelurahan Tanjung Rhu, Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru.

B. Saran

Hal yang dapat disarankan dari hasil kegiatan ini sebagai berikut:

1. Pemberian pengetahuan tentang kesehatan serta kebugaran jasmnai tidak hanya lewat senam saja tetapi juga pengetahuan tentang kesehatan rumah tangga.
2. Bagi masyarakat agar lebih bisa tertib serta memiliki kesadaran tentang melaksanakan kegiatan-kegiatan kesehatan jasmani yang berkaitan di lingkungan sekitar.

DAFTAR PUSTAKA

Yasril, A. I., Bangun, H. A., & Putri, E. M. (2021). Senam Jantung Sehat guna Meningkatkan Kesehatan Tubuh dengan Media Leaflet pada Ibu-Ibu Kelompok Senam Comera. *Empowering Society Journal*, 2(3).

Anggara, N. (2018). PENGENALAN SENAM SEGAR SEHAT CERIA PADA KELOMPOK PEMBINAAN KESEJAHTERAAN KELUARGA (PKK) KOMPLEK PUSKOPAD BANJARBARU. *PENGENALAN SENAM SEGAR SEHAT CERIA PADA KELOMPOK PEMBINAAN KESEJAHTERAAN KELUARGA (PKK) KOMPLEK PUSKOPAD BANJARBARU*.

LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

A. Dosen Pembimbing

Identitas diri

1	Nama Lengkap	Leon Candra, SKM, M.Kes
2	Jabatan fungsional	Lektor
3	NIDN	1016108801
4	Tempat dan tanggal lahir	Muaro Sentajo, 16 Oktober 1988
5	Alamat rumah	Jl. Muhajirin Gg. Kuantan No. 1 Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru Provinsi Riau
6	No. Telp/Faks/HP	085278618243
7	Alamat Kantor	Jln. Mustafa Sari No 5
8	Alamat e-mail	leoncandra@gmail.com
9	Lulusan yang telah dihasilkan	S1 Kesehatan Masyarakat
10	Mata Kuliah yang diampu	Manajemen RS

RIWAYAT PENDIDIKAN

- ✚ Starata 1 : Ilmu Kesehatan Masyarakat STIKes Hang Tuah Pekanbaru
- ✚ Starata 2 : Magister Kesehatan Masyarakat, STIKes Hang Tuah Pekanbaru

RIWAYAT PEKERJAAN

- ✚ Tahun 2011 – 2013 : Asisten Wakil Ketua I STIKes Hang Tuah Pekanbaru
- ✚ Tahun 2014 – 2018 : Bagian Akademik Prodi S1 Kesmas STIKes Hang Tuah Pekanbaru
- ✚ Tahun 2018 – 2021 : Bagian Kemahasiswaan Prodi S1 Kesmas STIKes Hang Tuah Pekanbaru
- ✚ Tahun 2016 – 2018 : Konsultan Rumah Sakit (*Hospital Consultant*)
- ✚ Tahun 2013 – Sekarang : Dosen Prodi S1 Kesmas STIKes Hang Tuah Pekanbaru

PENGALAMAN ORGANISASI

- ✚ Tahun 2008 – 2009 : Ketua Ikatan Pemuda Mahasiswa Kuantan Tengah (IPMKT) Pekanbaru
- ✚ Tahun 2009 – 2010 : Pengurus Ikatan Remaja Keluarga Sentajo (IRKS) Pekanbaru
- ✚ Tahun 2009 – 2010 : Ka. Bidang Kaderisasi Satma PP Kota Pekanbaru
- ✚ Tahun 2010 – 2011 : Pengurus IPMAKUSI Pekanbaru
- ✚ Tahun 2011 – 2014 : Anggota Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia (IAKMI) Pengda Riau
- ✚ Tahun 2015 – 2018 : Anggota Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia (IAKMI) Pengda Riau
- ✚ Tahun 2018 – 2021 : Anggota Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia (IAKMI) Pengda Riau
- ✚ Tahun 2021 – 2024 : Pengurus Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia (IAKMI) Pengda Riau

PENELITIAN

- ✚ 2016 : Efektivitas Coaching Pada Tenaga Keperawatan Ruang Rawat Inap Kelas III Terhadap Pemahaman budaya Patient Safety di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau
- ✚ 2017 : *Relations Between The Quality Of Health Service With Out Patient Loyalty in Poly Obgyn RSIA Eria Bunda Pekanbaru*
- ✚ 2017 : Pemanfaatan Media Dalam Strategi Pemasaran di Rumah Sakit Syafira
- ✚ 2018 : Analisis Sistem Manajemen Dalam Pemeliharaan Sarana dan Prasarana di Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan
- ✚ 2018 : Analisis Pengelolaan Sampah Pasar Kayujati Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir
- ✚ 2018 : Determinan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Reteh Kecamatan Reteh Kabupaten Indragiri Hilir

- ✚ 2019 : Kondisi Fisik Rumah dan Sisa Makanan Terhadap Keberadaan Vektor Tikus di Kelurahan Sukajadi Kecamatan Sukajadi Kota Pekanbaru
- ✚ 2019 : Perilaku PSK Terhadap Penggunaan Kondom Dalam Upaya Pencegahan HIV/AIDS di Perum Jondul Lama Kota Pekanbaru
- ✚ 2019 : Analisis Lingkunga Fisik dengan Kejadian Malaria di Desa Sekip Hilir Kecamatan Rengat
- ✚ 2020 : Analisis Penyimpanan Dokumen Rekam Medis di RSUD Puri Husada Tembilahan
- ✚ 2021 : *Development of a Contextual Based on E-Learning (CBE) Model : The Effectiveness of Virtual Learning During the Covid-19 Pandemic for Health Policy Subjects.*

PENGABDIAN

- ✚ Tahun 2017 : Pelaksanaan Penyuluhan HIV dan AIDS SMK Muhammadiyah 1 Pekanbaru
- ✚ Tahun 2017 : Pelaksanaan Penyuluhan Seks Bebas SMAN 14 Pekanbaru
- ✚ Tahun 2017 : Pelaksanaan Penyuluhan Metode Pembuatan Tata Kura Desa Rempak Kec. Sabak Auh Kab. SIAK
- ✚ Tahun 2017 : Pelaksanaan Penyuluhan Bahaya Narkoba Pada Remaja SMK Muhammadiyah 2 Pekanbaru
- ✚ Tahun 2018 : Pelaksanaan Penyuluhan Demam Berdarah Dengue (DBD) Kelurahan Rejosari, Kec. Sail Kota Pekanbaru
- ✚ Tahun 2018 : Pelaksanaan Penyuluhan ASI dan Makanan Pendamping ASI Tangkerang Labuai, Kec. Bukit Raya Kota Pekanbaru
- ✚ Tahun 2018 : Pelaksanaan Penyuluhan Pencegahan DBD Kel. Meranti Pandak, Kec Rumbai Pesisir Kota Pekanbaru
- ✚ Tahun 2019 : Penyuluhan Kompos di Rw 02 Kelurahan Tengkerang Labuai Kota Pekanbaru

✚ Tahun 2020 : Penyuluhan 3m Plus di Desa Teluk Kenidai
Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar

✚ Tahun 2021 : Pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan tentang
Pencegahan Kanker Serviks pada ibu-ibu wirid rw 02
Kelurahan Sialangrampai.

PENGAJARAN (Mata Kuliah yang diajar)

- ✚ Dasar – dasar IKM
- ✚ Pengorganisasian dan Pengembangan Masyarakat
- ✚ K3 Rumah Sakit
- ✚ Perilaku Organisasi Rumah Sakit
- ✚ Residensi Rumah Sakit
- ✚ Sistem Informasi Manajemen Rumah Sakit
- ✚ Manajemen Mutu dan Akreditasi Rumah Sakit

PEMAKALAH SEMINAR ILMIAH

- ✚ Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Makanan
Pendamping Asi (Mp Asi) Pada Bayi Usia 0-6 Bulan
- ✚ *Factors Associated With Nutritional Status Of Youth Vocational High
School of Pharmaceutical Ikasari Pekanbaru 2015*

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksinya. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Penugasan (tulis skema penelitian/pengabdian).

Pekanbaru, 27 Januari 2023
Dosen Pembimbing

Leon Candra SKM, M.Kes

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

B. Ketua

1. Nama Lengkap : Saskiya Ghaaniya Awananda
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Bagan Siapi-Api / 19 Maret 2002
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Program Studi : S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat
5. NIM : 20011024
6. Bidang keahlian : Keselamatan Kesehatan dan Kerja
7. Kedudukan dalam Tim : Ketua Pelaksana
8. Alamat Kampus : Jl. Mustafasari No.05 Tangkerang Selatan
9. Alamat Rumah : Jl. Abidin
10. Telepon : 082217141746
11. E-mail : saskiaawananda@gmail.com

Pekanbaru, 27 Januari 2023

Ketua Pelaksana

(Saskiya Ghaaniya Awananda)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Anggota 1

1. Nama Lengkap : Laura Yusra Spaincer
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Pekanbaru / 2 Juni 2002
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Program Studi : S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat
5. NIM : 20011112
6. Bidang keahlian : Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku
7. Alamat Kampus : Jl. Mustafasari No.05 Tangkerang Selatan
8. Alamat Rumah : Perum Bumi Tangor Lestari Blok C 15-16
9. Telepon : 08117692969
10. E-mail : spaincerlaura@gmail.com

Pekanbaru, 27 Januari 2023

Anggota

(Laura Yusra Spaincer)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Anggota 2

1. Nama Lengkap : Sofiya
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Tanjung Balai Karimun/
30 Desember 2001
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Program Studi : S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat
5. NIM : 20011111
6. Bidang keahlian : Epidemiologi
7. Alamat Kampus : Jl. Mustafasari No.05 Tangkerang
Selatan
8. Alamat Rumah : Jl. Parit Indah
9. Telepon : 08318527330
10. E-mail : sofiya.ac4@gmail.com

Pekanbaru, 27 Januari 2023

Anggota

(Sofiya)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Anggota 3

1. Nama Lengkap : Hastim Yolanda
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Pekanbaru/ 18 Mei 2000
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Program Studi : S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat
5. NIM : 20011039
6. Bidang keahlian : Manajemen Rumah Sakit
7. Alamat Kampus : Jl. Mustafasari No.05 Tangkerang
Selatan
8. Alamat Rumah : Jl. Tengku Maharatu
9. Telepon : 081292646091
10. E-mail : hastimylnda20@gmail.com

Pekanbaru, 27 Januari 2023

Anggota

(Hastim Yolanda)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Anggota 4

1. Nama Lengkap : Ahmad Luqman Saqif
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Duri/ 6 April 2002
3. Jenis kelamin : Laki-laki
4. Program Studi : S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat
5. NIM : 20011063
6. Bidang keahlian : Manajemen Rumah Sakit
7. Alamat Kampus : Jl. Mustafasari No.05 Tangkerang
Selatan
8. Alamat Rumah : Jl. Suka Karya Panam Perumahan
Karya Pesona Mandiri
9. Telepon : 082288684199
10. E-mail : saqifluqman@gmail.com

Pekanbaru, 27 Januari 2023

Anggota

(Ahmad Luqman Saqif)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Anggota 5

1. Nama Lengkap : Ainur Rofiqi
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Rokan Hulu/ 10 Februari 2001
3. Jenis kelamin : Laki-laki
4. Program Studi : S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat
5. NIM : 20011068
6. Bidang keahlian : Gizi
7. Alamat Kampus : Jl. Mustafasari No.05 Tangkerang
Selatan
8. Alamat Rumah : Jl. Paus
9. Telepon : 082283875257
10. E-mail : rofiqainur@gmail.com

Pekanbaru, 27 Januari 2023

Anggota

(Ainur Rofiqi)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

PELAKSANA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Anggota 6

1. Nama Lengkap : Muhammad Amri Shiddiq
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Medan/ 11 Juni 2001
3. Jenis kelamin : Laki-laki
4. Program Studi : S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat
5. NIM : 20011045
6. Bidang keahlian : Kesehatan Lingkungan
7. Alamat Kampus : Jl. Mustafasari No.05 Tangkerang
Selatan
8. Alamat Rumah : Kab. Pelalawan Kec. Pangkalan
Lesung
9. Telepon : 081261833166
10. E-mail : sshiddiq116@gmail.com

Pekanbaru, 27 Januari 2023

Anggota

(Muhammad Amri Shiddiq)

Susunan Organisasi tim pengabdian dan Pembagian Tugas

No	Nama/NIDN	Instansi Asal	Kepakaran
1	Saskiya Ghaaniya Awananda	Universitas Hang Tuah Pekanbaru	Ketua
2	Ahmad Luqman Saqif	Universitas Hang Tuah Pekanbaru	Anggota
3	Ainur Rofiqi	Universitas Hang Tuah Pekanbaru	Anggota
4	Hastim Yolanda	Universitas Hang Tuah Pekanbaru	Anggota
4	Laura Y. Spaincer	Universitas Hang Tuah Pekanbaru	Anggota
4	Muhammad Amri Shiddiq	Universitas Hang Tuah Pekanbaru	Anggota
7	Sofiya	Universitas Hang Tuah Pekanbaru	Anggota

Uraian tugas masing-masing anggota pengabdian kepada masyarakat dirinci sebagai berikut:

1. Ketua
 - a. Mengkoordinir kegiatan studi pendahuluan dan Survey Lapangan
 - b. Mengkoordinir pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat
2. Anggota
 - a. Melakukan studi pendahuluan
 - b. Mengurus perizinan di Rukun Warga
 - c. Menyusun Laporan Pengabdian Masyarakat

- d. Mengatur anggaran pengabdian dan peralatan yang digunakan dalam pengabdian
- e. Pelaksanaan Kegiatan pengabdian masyarakat

Dokumentasi pengabdian kepada masyarakat









SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
HANG TUAH PEKANBARU

Jl. Mustafa Sari No. 5 Tangkerang Selatan Pekanbaru, Telp. (0761) 33815 Fax. (0761) 863646
Email : info.stikes@hangtuhapekanbaru.ac.id Izin Mendiknas : 226/D/O/2002 Website : www.hangtuhapekanbaru.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor : 01/STIKes–HTP/I/2023/0183

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru, dengan ini memberi tugas kepada :

1. Nama : Leon Candra, SKM, MKes
NIDN : 1016108801
Jabatan : Dosen STIKes Hang Tuah Pekanbaru
2. Maksud dan Tujuan : Senam Segar, Sehat pada Ibu-ibu
3. Tempat : Di RW/03, Kel. Tanjung Rhu, Kec. Lima Puluh, Kota Pku
4. Hari/ Tanggal : Selasa, 24 Januari 2023

Demikianlah surat tugas ini dibuat untuk dapat diketahui dan dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : P E K A N B A R U
Pada Tanggal : 23 Januari 2022
STIKes Hang Tuah Pekanbaru



Ahmad Hanafi, SKM, M.Kes
NIDN 1006064301