

Lampiran 1.

JADWAL KEGIATAN

No	Kegiatan	TA 2017/2018																																			
		Oktober				November				Desember				Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1	Analisa situasi dan pembuatan proposal																																				
	Pengumpulan proposal																																				
2	Masa review proposal																																				
3	Penerbitan sprint Direktur																																				
4	Pencairan dana tahap I (70%)																																				
5	Pelaksanaan Pengabdian																																				
6	Monitoring dan Evaluasi																																				
7	Penyerahan laporan akhir pengabdian																																				
8	Pencairan dana tahap II (30%)																																				

Lampiran 2

**A. Identitas Diri Ketua Tim**

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Ardhiles WK, S.Kep Ners, M.Kep
2	Jenis Kelamin	Laki-Laki
3	Jabatan Fungsional	Tenaga Pengajar
4	NIP/NIK/Identitas lainnya	
5	NIDN/NUPN	0717048301
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Jember, 17 April 1983
7	E-mail	<a href="mailto:ardhi17wk@gmail.com">ardhi17wk@gmail.com</a>
8	Nomor Telp/HP	081331757183
9	Alamat Rumah	Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Jl. Sudanco Supriyadi No. 22 Malang
10	Nomor Telp/Faks	0341-335750
11	Status dalam Penelitian	D-3 Keperawatan= 605orang
12	Mata Kuliah yang Diampu	1. Kep. Gadar Bencana 2. Kep Gadar Trauma 3. Keperawatan Medikal Bedah

**B. Riwayat Pendidikan**

	S-1	S-2
Nama Perguruan Tinggi	Univ. Airlangga Surabaya	Univ. Brawijaya Malang
Bidang Ilmu	-	Keperawatan Gawat Darurat
Tahun Masuk-Lulus	2002 – 2007	2015 – 2017
Judul Skripsi/Tesis/Disertasi	Pengaruh modifikasi senam aerobik terhadap penurunan tekanan intraokular pasien glaukoma sudut terbuka di RS dr Soetomo	Analisis faktor perilaku perawat dalam pendokumentasian asuhan keperawatan di IGD menggunakan <i>theory of planed behavior</i> .
Nama Pembimbing/Promotor	Dr. Nursalam, M.Nurs (Hons) Ns. Joni Hariyanto, M.Si Ns. Arie Sunarno, S.Kep	Dr. Ahsan, S.Kp, M.Kes Ns. Setyoadi, S.Kep, M.Kep, Sp.Kep.Kom

\*) Coret yang tidak perlu

### C. Pengalaman Penelitian dalam 5 Tahun terakhir

NO	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jml ( Juta Rp )
1	2012	Hubungan Pengetahuan Keluarga Tentang Dekubitus Dengan Pencegahan Dekubitus Pada Pasien CVA Di Ruang (Mawar, Melati, Dan Kenanga) Rumah Sakit Militer Malang	Poltekkes	3.650.000,00
2	2013	Hubungan Antara Peran Perawat Sebagai Pendidik Dengan Keterlibatan Keluarga Dalam Perawatan Pasien Stroke Di Ruang Kenanga Rumah Sakit Militer Kota Malang	Poltekkes	3.970.000,00
3	2016	Analisa Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Kinerja Perawat Pada Penanganan Pasien Cedera Kepala di Ruang Gawat Darurat	Poltekkes	3.500.000,00

### D. Pengalaman Pengabdian Masyarakat dalam 5 Tahun terakhir

NO	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jml ( Juta Rp )
1	2012	Program Pendidikan Kesehatan Masyarakat Tentang Napza Di Desa Petungsewu Kecamatan Wagir Kab Malang	Poltekkes	2.000.000,00
2	2013	Program Pendidikan Kesehatan Masyarakat Tentang Napza Di Desa Sukodadi Kecamatan Wagir Kab Malang	Poltekkes	2.000.000,00
3	2016	Program Pendidikan Kesehatan Anak Remaja Tentang Kegawatan Miras Oplosan Dan Bahaya Merokok Di Desa Gondowangi Kecamatan Wagir Kab Malang	Poltekkes	2.000.000,00

3	2017	Hubungan Sikap Dan <i>Perceived Behavior Control</i> Dengan Intensi Dalam Pendokumentasian Asuhan Keperawatan Di Igd Menggunakan <i>Theory Of Planed Behavior</i>	Jurnal Hesti Wira Sakti Poltekkes RS dr Soepraoen	p-ISSN : 2302-4283 e-ISSN : 2580-9571 Vol 5, No 2, April 2017, p. 96-99
4	2018	Hubungan intensi dengan perilaku perawat dalam pendokumentasian asuhan keperawatan di IGD	Mesencephalon STIKes Kapanjen	p-ISSN : 2252-5637 e-ISSN : 2528-2603 Vol 4, No 1, April 2018, p. 41-46

### A. Pemakalah seminar ilmiah dalam 5 tahun terakhir

No	Nama Pertemuan Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
----	-------------------------------	----------------------	------------------

	-	-	-

**B. Karya buku dalam 5 tahun terakhir**

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1	Buku Kegawatdaruratan Trauma	2016	76	IRDH

**C. Perolehan HKI dalam 5 – 10 Tahun terakhir**

No	Judul/Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
	-	-	-	-

**D. Pengalaman Merumuskan kebijakan publik / rekayasa sosial lainnya dalam 5 tahun terakhir**

No	Judul/Tema/Jenis Rekayasa sosila lainnya yang telah ditetapkan	Tahun	Tempat Penerapan	Respon Masyarakat
	-	-		

**E. Penghargaan dalam 10 tahun terakhir ( dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya )**

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
	-	-	-

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

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan dana pengabmas internal

**Ardhiles Wahyu K, M.Kep  
NIDN 0717048301**

Lampiran 3. Identitas Diri Anggota

**A. Identitas Anggota**

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Mahendra Yuda
2	Jenis Kelamin	Laki-laki
3	Jabatan Fungsional	Anggota
4	NIP/NIK/Identitas lainnya	-
5	NIDN/NUPN	-
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Malang, 14-06-1996
7	E-mail	mahendrayuda21@gmail.com
8	Nomor Telp/HP	083833173531
9	Alamat Rumah	Jl.Sawojajar V No.40 F, RT 06 RW 01, Sawojajar, Kedungkandang, Malang
10	Nomor Telp/Faks	083833173531
11	Status dalam Pengabmas	<b>Ketua/Anggota*)</b>
12	Mata Kuliah yang Diampu	-
		-
		-

#### B. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2

Lampiran 3. Format Justifikasi Anggaran Pengabdian Masyarakat

<b>1. Honor</b>				
<b>Honor</b>	<b>Honor/jam</b>	<b>Waktu (jam/minggu)</b>	<b>Minggu</b>	<b>Total Honor</b>
Ketua	25.000/jam	3	2	Rp. 150.000
Anggota 1	18.750./jam	2	2	Rp. 75.000
			<b>Sub Total (Rp)</b>	<b>Rp. 300.000</b>

<b>2. Peralatan Penunjang</b>				
<b>Material</b>	<b>Justifikasi Pemakaian</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>Harga Satuan (Rp)</b>	<b>Total Harga Penunjang</b>
Spanduk Banner 3x1,5 m	Publikasi	1	Rp. 82.000	Rp. 82.000
Leaflet	Ringkasan materi	46	Rp. 1.000	Rp 92.000
Booklet	Materi	46	Rp. 3.800	Rp. 174.800
			<b>Sub Total (Rp)</b>	<b>Rp. 348.800</b>

<b>3. Bahan Habis Pakai</b>				
<b>Material</b>	<b>Justifikasi Pemakaian</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>Harga Satuan (Rp)</b>	<b>Total Biaya Bahan</b>
Bingkisan peserta & kader	Sirup Freish	48	@ Rp. 8.750	Rp. 420.000
	Wafer Tanggo	48	@ Rp. 24.000	Rp. 1.152.000
	Sembako (minyak goreng, gula)	48	(@Rp.13.000 x 48, + @Rp.12.500 x 48)	Rp. 624.000 Rp. 600.000
			<b>Sub Total (Rp)</b>	<b>Rp. 2.796.000</b>

<b>4. Perjalanan</b>
----------------------

<b>Perjalanan</b>	<b>Justifikasi Perjalanan</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>Harga Satuan (Rp)</b>	<b>Total Biaya Bahan</b>
Survei lahan	survei	2 orang x 2 kali	Rp. 30.000	Rp. 120.000
Mengurus administrasi	Ke Bakesbangpol, dinkes, puskesmas	2 orang x 3 kali	Rp. 30.000	Rp. 180.000
BBM mengangkut bingkisan & perlengkapan	Hari H pengabmas	1	Rp. 100.000	Rp. 100.000
			<b>Sub Total (Rp)</b>	<b>Rp. 400.000</b>

<b>5. Lain-lain</b>				
<b>Kegiatan</b>	<b>Justifikasi</b>	<b>Kuantitas</b>	<b>Harga Satuan (Rp)</b>	<b>Total Biaya Bahan</b>
Proposal dan penjiilidan	perijinan	8	Rp 10.000	Rp. 80.000
Laporan dan penjiilidan	Hasil	5	Rp. 15.000	Rp. 75.000
			<b>Sub Total</b>	<b>Rp. 155.000</b>
Total Anggaran yg diperlukan			<b>Total</b>	<b>Rp. 3.999.000</b>

Lampiran 4. Evaluasi Kinerja Program

**Borang Kegiatan Pengabdian Masyarakat**

Mitra Kegiatan	Posyandu Lansia Desa Jedong
Jumlah Mitra	1 lembaga
Pendidikan Mitra	- S-3 : 0 orang - S-2 : 1 orang - S-1 : 12 orang - Diploma : 0 orang - SMA : 0 orang - SMP : 0 orang - SD : 0 orang - Tidak Berpendidikan : 0 orang
Persoalan Mitra:	Perilaku diet rendah garam pada keluarga lansia penderita hipertensi
Status Sosial Mitra:	Pendidikan Kesehatan
<b>LOKASI</b>	
Sarana transportasi: Angkutan umum, motor, jalan kaki (sebutkan yang sesuai)	Motor, jalan kaki
Sarana Komunikasi: Telepon, Internet, Surat, Fax, Tidak ada sarana komunikasi (sebutkan yang sesuai)	Telepon, Internet, Surat,
<b>IDENTITAS</b>	
Tim Pengabdian Masyarakat	
Jumlah Dosen	1 orang
Jumlah Mahasiswa	1 orang
Gelar Akademik Tim	S-3 : 0 orang S-2 : 1 orang S-1 : 0 orang D-4 : 0 orang D-3 : 0 orang Mahasiswa D3 : 1 Orang
Jenis Kelamin	Laki-laki : 2 orang Perempuan : 0 orang
Program Studi	Keperawatan
<b>AKTIVITAS PENGABDIAN MASYARAKAT</b>	
Metode Pelaksanaan Kegiatan:	Pendidikan Kesehatan dan Pelatihan
Waktu Efektif Pelaksanaan Kegiatan	6 bulan
<b>EVALUASI KEGIATAN</b>	
Keberhasilan	Berhasil
<b>INDIKATOR KEBERHASILAN</b>	



Keberlanjutan Kegiatan di Mitra	Berhenti
Persoalan Masyarakat Mitra	Terselesaikan
Biaya Program	Rp 4.000.000,00
<b>LIKUIDITAS DANA PROGRAM</b>	
a) Tahapan pencairan dana	Mendukung kegiatan
b) Jumlah dana	Diterima 100%
<b>KONTRIBUSI MITRA</b>	
Peran Serta Mitra Dalam Kegiatan:	Aktif
Kontribusi Pendanaan	Menyediakan tempat pengabdian
Peranan Mitra	Objek Kegiatan
<b>KEBERLANJUTAN</b>	
Alasan Kelanjutan Kegiatan Mitra	Keputusan bersama
<b>USUL PENYEMPURNAAN PROGRAM PENGABDIAN MASYARAKAT</b>	
Model Usulan Kegiatan	
Anggaran Biaya	
Lain-lain	
<b>DOKUMENTASI (FOTO KEGIATAN DAN PRODUK)</b>	
Produk/kegiatan yang dinilai bermanfaat dari berbagai perspektif (Sebutkan)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pendidikan Kesehatan</li> <li>- Leaflet &amp; Booklet</li> </ul>
Potret permasalahan lain yang terekam	Rendahnya pengetahuan keluarga lansia tentang penyebab hipertensi lansia khususnya pada diet garam
<b>LUARAN PROGRAM PENGABDIAN MASYARAKAT DAPAT BERUPA</b>	
- Jasa	Penyuluhan/Penyadaran
- Metode	Pendidikan kesehatan perilaku diet rendah garam pada keluarga lansia penderita hipertensi
- Paten	

Lampiran 5. Dokumentasi Kegiatan



Sambutan pembukaan oleh Perawat Desa : Ibu Emilia



Sambutan pembukaan oleh Ketua Tim Pengabmas



Penyampaian materi 1



Penyampaian materi 1



Penyampaian materi 2



Penyampaian materi 2



Peserta menyimak penyuluhan



Peserta menyimak penyuluhan



Foto Bersama



Foto Bersama

Lampiran 6. Materi

Materi 1

Hipertensi Pada Lansia



## Mengenali dan Mencegah Hipertensi pada Lansia

OLEH :  
Mahendra Yudha N

### Menjadi **TUA** adalah suatu proses yang alamiah

## LANSIA

Pra Lansia : Seseorang yang berusia 45 – 60 tahun  
Lansia : Seseorang yang berusia > 60 tahun  
Lansia Risiko : Seseorang yang berusia Tinggi > 70 tahun

Siklus hidup manusia



### PENYEBAB HIPERTENSI



KONSUMSI TINGGI GARAM



STRESS

### PENYAKIT LAIN



GINJAL



JANTUNG



DIABETES / KENCING MANIS

### TANDA DAN GEJALA HIPERTENSI



KEPALA CENUT-CENUT



DADA BERDEBAR-DEBAR



KEPALA PUSING




SUSAH TIDUR

### KOMPLIKASI

**A. AKUT (KRISIS HIPERTENSI)**  
berhubungan dengan tingginya tekanan darah

**B. Kronik**  
berhubungan dengan aterosklerosis

1. Otak
2. Mata
3. Jantung
4. Ginjal



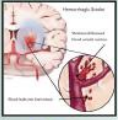
### FASE KRISIS HIPERTENSI

1. PECAH PEMBULUH DARAH OTAK
2. NYERI DADA
3. MIMISAN

### HIPERTENSI KRONIS



## HIPERTENSI KRONIS



18

CARA MENCEGAH  
KEPARAHAN  
HIPERTENSI