

LAPORAN
PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)



PELATIHAN TANAMAN HIDROPONIK
MENINGKATKAN GERAKAN MAKAN SAYUR
DI PANTI ASUHAN SITI WALIDAH JAKARTA TIMUR

Oleh :

dr. Bety Semara Lakhsmi, MKM (NIDN 0328116806/Ketua)
dr. Irena Ujianti, M.Biomed (NIDN 310108104 /Anggota)
dr. Zahra Nurushofa (NIDN 307028704 /Anggota)

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
2021

**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN
PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)**

1	Judul	:	Pelatihan Tanaman Hidroponik Meningkatkan Gerakan Makan Sayur Di Panti Asuhan Siti Walidah Jakarta Timur
2	Mitra Program PKM	:	Panti Asuhan Putri Siti Walidah
3	Jenis Mitra	:	Mitra Non Produktif
4	Ketua Tim Pengusul	:	
	a. Nama	:	dr. Bety Semara Lakhsmi, MKM
	b. NIDN	:	0328116806
	c. Jabatan/ Golongan	:	Dosen Tetap Persarikatan/ Penata/III-C
	d. Program Studi/Fakultas	:	Pendidikan Dokter/Fak Kedokteran
	e. PerguruanTinggi	:	Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA
	f. Bidang Keahlian	:	Kesehatan Masyarakat
	g. Alamat Kantor/Telp/Faks/Email	:	Jl. Raden Fatah, Parung Serab, Kota Tangerang
	h. Alamat Rumah/Telp/Faks/Email	:	081210598261
5	Anggota Tim Pengusul	:	
	a. Jumlah Anggota	:	Dosen 2 (dua) orang
	b. Nama Anggota 1/bidang keahlian	:	dr. Irena Ujjianti. M.Biomed/Fasiologi
	c. Nama Anggota 2/bidang keilmuan	:	dr. Zahra Nurushofa, Sp.PA/Patologi Anatomi
	d. Mahasiswa yang terlibat	:	3 orang
6	Lokasi Kegiatan/Mitra 1	:	
	a. Wilayah Mitra (Desa/Kecamatan)	:	Pisangan
	b. Kabupaten/Kota	:	Pulo Gadung
	c. Propinsi	:	DKI Jakarta
	d. Jarak PT ke Lokasi Mitra (km)	:	30 Km
	e. Alamat Mitra/Telp/Fax	:	☎ 021 22476381
7	Luaran yang dihasilkan	:	Publikasi Ilmiah pada Jurnal ber-ISSN/Prosiding/online/video kegiatan
8	Jangka Waktu Pelaksanaan	:	4 bulan
9	Biaya Total yang diajukan	:	
	a. LPPM UHAMKA	:	Rp 7.000.000,-(Tujuh Juta Rupiah)

Jakarta, 14 Februari 2022

Ketua Program Studi,



Dr. Endin Nokik Stujana, Ph.D
NIDN. 306078805

Ketua LPPM UHAMKA



Dr. Chiron Amirullah, M.Pd
NIDN 0319057402

Ketua Tim Pengusul



dr. Bety Semara Lakhsmi, MKM
NIDN. 0328116806

Mengetahui,

Dekan,
Kedokteran UHAMKA



Dr. dr. Wawang S. Sukarya, Sp.OG (K), MARS.,MH.Kes
NIDN.

SURAT PERJANJIAN PELAKSANAAN PENGABDIAN DAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT



143

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
LEMBAGA PENGABDIAN DAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT
Jl. Raya Bogor, KM 23 No. 99. Flyover Pasar Rebo, Jakarta Timur, 13830
Tlp. (021) 8401780, Fax. 87781809, E-mail : lppm@uhamka.ac.id Web: <https://lppm.uhamka.ac.id>

Nomor : 0895/H.04.02/2021
Tanggal : 22 September 2021

Pada hari ini Rabu Tanggal Dua Puluh Dua September Dua Ribu Dua Puluh Satu (22-09-2021) telah dilaksanakan kegiatan perjanjian pelaksanaan pengabdian masyarakat antara:

1. Prof. Dr. Nani Solihati, M.Pd. bertindak untuk dan atas nama Ketua Lembaga Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA, selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA**

2. Dr. BETY SEMARA LAKHSMI M.K.M bertindak untuk dan atas nama penerima bantuan biaya pelaksanaan Pengabdian dan Pemberdayaan Pada Masyarakat yang selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**.

Kedua belah pihak bersama-sama telah sepakat untuk melakukan perjanjian pelaksanaan Pengabdian Pada Masyarakat dengan ketentuan sebagai berikut :

Pasal 1

PIHAK PERTAMA memberikan tugas kepada PIHAK KEDUA dan PIHAK KEDUA bersedia menerima tugas dari PIHAK PERTAMA untuk melaksanakan Pengabdian Pada Masyarakat dengan judul *Pelatihan Tanaman Hidroponik Meningkatkan Gerakan Makan Sayur di Panti Asuhan Siti Walidah Jakarta Timur*. Kegiatan pengabdian masyarakat tersebut berisi luaran wajib dan tambahan yang telah disampaikan dalam laman simakip.uhamka.ac.id.

Pasal 2

PIHAK PERTAMA memberi bantuan biaya Pengabdian Pada Masyarakat tersebut pada pasal 1 sebesar 7.000.000(Tujuh Juta). Pembayaran bantuan tersebut pada ayat (1) dilakukan dua tahap, yaitu :

1. Tahap pertama sebesar Rp4.900.000 (Empat Juta Sembilan Ratus Ribu Rupiah) dibayarkan setelah surat perjanjian ini ditandatangani oleh dua belah pihak.
2. Tahap kedua sebesar Rp2.100.000 (Dua Juta Seratus Ribu Rupiah) dibayarkan setelah PIHAK KEDUA menyerahkan laporan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat beserta luarannya kepada PIHAK PERTAMA.

Pasal 3

1. PIHAK KEDUA diwajibkan melaksanakan kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat seperti tersebut pada pasal 1 dengan sungguh-sungguh dan penuh rasa tanggung jawab serta menjunjung tinggi/menjaga wibawa dan citra positif Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA
2. PIHAK KEDUA harus menyelesaikan Pengabdian Pada Masyarakat tersebut pada pasal 1 dalam kurun waktu 4 (Empat) bulan terhitung sejak tanggal surat ini ditandatangani. PIHAK KEDUA wajib menyampaikan laporan, luaran wajib, dan luaran tambahan kegiatan pengabdian pada masyarakat sebagaimana tersebut pada pasal 1 di laman simakip.uhamka.ac.id
3. PIHAK PERTAMA akan melakukan monitoring dan evaluasi pelaksanaan kegiatan

2

sebagaimana disebutkan pada pasal 1.

4. PIHAK KEDUA wajib menyampaikan laporan hasil kegiatan pengabdian masyarakat, luaran wajib, dan tambahan paling lambat tanggal 22 Desember 2021.

5. Jika PIHAK KEDUA terlambat menyerahkan laporan hasil kegiatan pengabdian masyarakat, maka PIHAK KEDUA dikenakan denda sebesar 1% (satu persen) setiap hari dari nilai surat perjanjian pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.

6. Jika PIHAK KEDUA tidak bisa melaksanakan kegiatan tersebut pada pasal 1, maka PIHAK KEDUA wajib mengembalikan seluruh biaya yang telah diberikan oleh PIHAK PERTAMA.

Pasal 4

Hal yang belum diatur dalam perjanjian ini akan ditentukan oleh kedua belah pihak secara musyawarah.

PIHAK PERTAMA



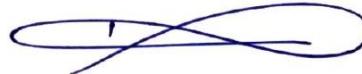
Prof. Dr. Nani Solihati, M.Pd

PIHAK KEDUA,



Dr. BETY SEMARA LAKHSMI M.K.M

Mengetahui,
Wakil Rektor II,



Dr. Zamah Sari, M.Ag

RINGKASAN

Faktor risiko perilaku penyebab terjadinya penyakit tidak menular berdasarkan data Riskesdas 2018 adalah kurangnya konsumsi buah dan sayur, kebiasaan merokok, dan kurangnya aktifitas fisik. Perilaku hidup sehat dimulai dari kelompok masyarakat terkecil yaitu melalui pendekatan keluarga.

Judul Pengabdian Kepada Masyarakat adalah “Pelatihan Tanaman Hidroponik Meningkatkan Gerakan Makan Sayur Di Panti Asuhan Siti Walidah Jakarta Timur”. Panti asuhan Siti Walidah dikelola oleh Bapak M. Naufal Ahlan, dan Ibu Kasmiatun, DCN, MKM terletak di Jakarta Timur dapat dikatakan sebagai sebuah keluarga besar yang menampung anak asuh yang tinggal di Panti sebanyak 12 anak dan yang tinggal bersama keluarganya masing-masing di sekitar panti ada 39 anak. Sehingga total ada 51 anak asuh menjadi tanggung jawab institusi dan pengelola. Tanggung jawab pengelola Panti adalah mengupayakan terutama keberlanjutan pendidikan dan yang tak kalah pentingnya adalah juga menjaga kebersihan dan kesehatan di lingkungan Panti, termasuk memantau tumbuh kembang anak asuh.

Kegiatan persiapan diawali dengan kunjungan tim ke Panti, bertemu dengan Pengelola dan anak asuh yang tinggal di Panti, meminta kesediaan untuk kegiatan Pengabdian Masyarakat, serta mengumpulkan data awal. Didapatkan data bahwa Panti ini adalah Panti Asuhan Putri, usia bervariasi dari yang paling kecil usia 11 tahun sampai 23 tahun. Sedangkan pendidikan dari kelas 5 SD sampai Perguruan Tinggi. Kehidupan sehari-hari di Panti adalah mereka menyiapkan sendiri makan utama dengan memasak secara bergiliran. Dari menu yang dihidangkan terlihat minim sekali dengan ketersediaan sayur. Hal ini dikarenakan anak-anak tidak terlalu suka mengkonsumsi sayuran dan juga keterbatasan waktu dalam menyiapkan masakan sayur. Selain itu dari 12 anak asuh yang tinggal di Panti didapatkan data 2 anak diantaranya memiliki perawakan kecil dibandingkan dengan teman sebayanya.

Dari data awal yang didapatkan pada kunjungan pertama maka tim mengusulkan kegiatan Program Kemitraan Masyarakat berupa “Pelatihan Tanaman Hidroponik Meningkatkan Gerakan Makan Sayur Di Panti Asuhan Siti Walidah Jakarta Timur”. Edukasi tentang sayuran diharapkan dapat meningkatkan pemahaman tentang pentingnya vitamin dan mineral yang terdapat dalam sayuran untuk mendukung metabolisme tubuh. Edukasi tentang sayuran diikuti dengan pelatihan menanam tanaman hidroponik diharapkan dapat menumbuhkan perubahan perilaku gemar makan sayur. Selanjutnya pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk memantau tumbuh kembang anak asuh yang masuk dalam kategori usia anak dan remaja.

Kegiatan pengabdian masyarakat di Panti Asuhan Putri Siti Walidah jalan Gading 8, Pulo Gadung Jakarta Timur dilaksanakan pada hari Minggu, 5 Desember 2021. Tim terdiri dari 3 orang dosen dr. Bety Semara Lakshmi, MKM, dr. Irena Ujianti, M. Biomed dan dr. Zahra Nurushofa, Sp.PA serta 3 orang mahasiswa Nofrizal, Ananda Nabila Putri dan Fahmi Prodi Pendidikan Kedokteran Program Sarjana. Dari Pengelola Panti yang hadir ada 5 orang beserta 45 anak asuh. Pada pagi hari dimulai dengan pendaftaran dan pemeriksaan status kesehatan dasar anak asuh, keluhan dan penyakit yang dialami dalam 1 (satu tahun terakhir). kemudian menilai pemahaman tentang sayur-sayuran. Kegiatan edukasi tentang pentingnya sayuran diberikan dalam diskusi 2 arah, dengan model presentasi. Setelah itu keterampilan pembuatan tanaman hidroponik mulai dari pembenihan, pemindahan, perawatan sampai tanaman siap panen.

Sarana pendukung kegiatan berupa poster dan spanduk, alat penimbang berat badan dan tinggi badan, kuesioner, komputer dan Liquid Crystal Display (LCD) serta alat-alat peraga yang dibutuhkan untuk tanaman hidroponik. Kegiatan diakhiri dengan pembagian sayuran hasil panen dari tanaman hidroponik yang sudah disiapkan oleh tim dosen dan mahasiswa.

Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat di Panti Asuhan Siti Walidah yang diikuti oleh 45 peserta. Jenis kelamin anak asuh terdiri dari laki-laki 20 orang dan perempuan 25 orang, terdiri dari 13 anak dan 32 remaja. Terdapat 6 orang anak yang pada pengukuran tinggi badan kurang dari standar yaitu 6 orang. Sedangkan hasil pengukuran Indeks Masa Tubuh (IMT) didapatkan yang masuk ke dalam kriteria kurus 23, normal 15 orang, berat badan lebih 2 orang dan obesitas 5 orang. IMT kurus atau $< 18,5$ didapatkan pada 23 anak atau sebesar 51,1% dari 45 peserta.

Berdasarkan hasil tersebut di atas, saran yang dapat kami usulkan adalah dilakukan kajian lebih mendalam dalam hal monitoring tumbuh kembang, diberikan pengetahuan tentang kesehatan secara rutin terutama tentang tumbuh kembang kepada anak asuh, keluarga dan pengelola Panti. Tim juga menyerahkan alat periksa tinggi badan dan berat badan agar pengukuran tinggi badan dan berat badan dapat dilakukan secara rutin minimal 1 (satu) bulan sekali secara mandiri.

Respon dari anak asuh dan pengelola Panti sangat antusias sekali terhadap kegiatan pengabdian dan pemberdayaan masyarakat oleh tim FK UHAMKA. Tingkat kehadiran anak asuh hadir 45 dari 51 anak atau mencapai 88,2%, anak asuh yang tidak hadir karena ada kegiatan di sekolah. Seluruh pengelola Panti hadir full tim sebanyak 5 orang.

KATA PENGANTAR

Program Kemitraan Masyarakat ini merupakan kegiatan Dosen sebagai bentuk kepedulian sosial di lingkungan masyarakat yang sangat didukung dan difasilitasi oleh Lembaga Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat (LPPM) UHAMKA. Dosen dengan mengikutsertakan mahasiswa terjun ke masyarakat, mengajak dan memberdayakan masyarakat untuk bersama-sama mengkaji permasalahan yang muncul dan mengambil langkah pemecahan masalah untuk pengambilan solusi yang sesuai.

Panti Asuhan Putri Siti Walidah terpilih menjadi mitra Pengabdian Masyarakat batch I tahun 2021 karena ada 51 anak asuh yang menjadi tanggung jawab Panti. 12 anak asuh yang tinggal di Panti didapatkan data 2 anak diantaranya memiliki perawakan kecil dibandingkan dengan teman sebayanya, sedangkan 39 anak yang lain tetap tinggal bersama keluarganya masing-masing. Kehidupan sehari-hari di Panti adalah mereka menyiapkan sendiri makan utama dengan memasak secara bergiliran. Dari menu yang dihidangkan terlihat minim sekali dengan ketersediaan sayur. Hal ini dikarenakan anak-anak tidak terlalu suka mengkonsumsi sayuran dan juga keterbatasan waktu dalam menyiapkan masakan sayur.

Program Kemitraan Masyarakat yang dilaksanakan di Panti berupa “Pelatihan Tanaman Hidroponik Meningkatkan Gerakan Makan Sayur Di Panti Asuhan Siti Walidah Jakarta Timur”. Edukasi tentang sayuran diharapkan dapat meningkatkan pemahaman tentang pentingnya vitamin dan mineral dilanjutkan dengan pelatihan menanam tanaman hidroponik diharapkan dapat menumbuhkan perilaku gemar makan sayur. Selanjutnya pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk memantau tumbuh kembang anak asuh yang masuk dalam kategori usia anak dan remaja. Penyerahan alat ukur tinggi badan dan berat badan serta paket menanam hidroponik untuk Panti

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Ketua LPPM beserta staf, Dekan Fakultas Kedokteran UHAMKA, teman-teman dosen dan mahasiswa yang telah mendukung mulai dari penyusunan proposal, persiapan, pelaksanaan, dan pelaporan serta publikasi Program Kemitraan Masyarakat ini.

Tim Pengabdian Masyarakat

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN SAMPUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERJANJIAN PELAKSANAAN	iii
RINGKASAN	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Analisis Situasi	1
1.2 Permasalahan Mitra	3
BAB II SOLUSI DAN TARGET LUARAN	
2.1 Solusi	4
2.2 Target Luaran	5
BAB III METODE PELAKSANAAN	
3.1 Langkah Pelaksanaan	6
3.2 Pelaksanaan Kegiatan	6
BAB IV KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI	
4.1 Kinerja LPPM	8
4.2 Kualifikasi Tim Pelaksana	8
BAB V HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI	10
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
6.1 Simpulan	12
6.2. Saran	12
DAFTAR PUSTAKA	
DAFTAR LAMPIRAN	
Lampiran 1. Biodata Tim Pelaksana	
Lampiran 2. Gambaran Iptek atau Materi	
Lampiran 3. Artikel Luaran dan Produk Pengabdian	
Lampiran 4. Surat Kesediaan Mitra	
Lampiran 5. Foto Kegiatan	
Lampiran 6. Daftar Hadir	
Lampiran 7. Seminar Proposal	
Lampiran 8. Formulir Kendali Mutu	
Lampiran 9. Justifikasi Anggaran	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Tinggi Badan Sesuai Umur dan Jenis Kelamin

Tabel 2. Target Kegiatan

Tabel 3. Kualifikasi Tim Program Kemitraan Masyarakat

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Submit Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia (JPKMI)

Gambar 2. Foto kegiatan

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Analisis Situasi

Pembangunan kesehatan mempunyai tujuan menumbuhkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya yang dapat memenuhi asas pemerataan dan adil di seluruh masyarakat di wilayah Indonesia. Saat ini masalah kesehatan dihadapkan oleh berbagai tantangan seperti masih tingginya angka kematian ibu dan anak, semakin kompleksnya masalah gizi, masih tingginya angka kematian diakibatkan penyakit menular dan penyakit tidak menular serta permasalahan kesehatan jiwa yang semakin besar dan menimbulkan beban kesehatan yang cukup signifikan. Di sisi lain biaya kesehatan untuk penanggulangan penyakit juga semakin meningkat. Dari data BPJS beban biaya rawat inap tertinggi adalah untuk 5 penyakit menular yaitu jantung, stroke, ginjal, diabetes dan kanker. Tanpa intervensi yang berarti, beban pengeluaran kesehatan di Indonesia diproyeksikan akan dapat terus meningkat. (Germas, 2017)

Faktor risiko perilaku penyebab terjadinya penyakit tidak menular berdasarkan data Riskesdas 2018 adalah kurangnya konsumsi buah dan sayur, kebiasaan merokok, dan kurangnya aktifitas fisik. Perilaku hidup sehat dimulai dari kelompok masyarakat terkecil yaitu melalui pendekatan keluarga. Berdasarkan latar belakang terkait masalah kesehatan tersebut di atas, maka diperlukan sebuah upaya kesehatan untuk dapat menciptakan perilaku sehat di mulai dari kelompok masyarakat terkecil yaitu keluarga. Muhammadiyah memiliki 4 panti asuhan yang tersebar di Jabodetabek yaitu Panti Asuhan Putra di Rawamangun, Panti Asuhan Putri di Pulo Gadung, Panti Asuhan di Tanah Abang dan di Sawangan.

Panti asuhan Siti Walidah yang terletak di Jakarta Timur dipilih sebagai mitra kegiatan Pengabdian Masyarakat karena memiliki anak asuh sebanyak 51 orang, terdiri dari 12 orang yang menetap dan tinggal di panti dan 39 orang tinggal bersama keluarga masing-masing di sekitar panti. Salah satu tanggung jawab institusi dan pengelola panti adalah mengupayakan terutama keberlanjutan pendidikan dan tak kalah pentingnya adalah juga menjaga kebersihan dan kesehatan anak asuh. Sebagai sebuah keluarga yang tinggal dalam satu rumah penerapan pola hidup sehat dapat ditekankan sejak sedini mungkin. Kesadaran perilaku hidup sehat diharapkan timbul dari kesadaran diri sendiri kalau anak asuh dapat memahami manfaat pola hidup sehat. Kehidupan di dalam panti menggambarkan kebersamaan aktifitas sehari-hari bersama sebagai

sebuah keluarga kendati mereka berasal dari daerah yang berbeda-beda sehingga manfaat dari kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat menjangkau keluarga-keluarga di sekitar panti.

Berdasarkan kategori umur menurut Depkes RI tahun 2009, masa kanak-kanak: 5-11 tahun, masa remaja awal: 12-16 tahun dan masa remaja akhir: 17-25 tahun. Maka anak asuh di Panti ini masuk kelompok umur anak dan remaja.

Menurut WHO, batasan anak dianggap pendek berdasarkan usia dan jenis kelamin terlihat pada tabel 1 dibawah ini,

Tabel 1. Tinggi Badan Sesuai Umur dan Jenis Kelamin

Usia (dalam tahun)	Tinggi Badan (dalam cm)	
	Laki-laki	Perempuan
6	106,1	104,9
7	111,2	109,9
8	116	115
9	120,5	120,3
10	125	125,8
11	129,7	131,7
12	134,9	137,6
13	141,2	142,5
14	147,8	145,9
15	153,4	147,9
16	157,4	148,9
17	159,9	149,5
18	161,2	149,8

1.2 Permasalahan Mitra

Didapatkan data bahwa usia anak asuh bervariasi dari yang paling kecil usia 11 tahun sampai 23 tahun. Sedangkan pendidikan dari kelas 5 SD sampai Perguruan Tinggi. Selain itu dari 12 anak asuh yang tinggal di Panti didapatkan data 2 anak diantaranya memiliki perawakan kecil dibandingkan dengan teman sebayanya. Kehidupan sehari-hari di Panti adalah mereka menyiapkan sendiri makan utama dengan memasak secara bergiliran. Dari menu yang dihidangkan terlihat minim sekali dengan ketersediaan sayur. Hal ini dikarenakan anak-anak

tidak terlalu suka mengkonsumsi sayuran dan juga keterbatasan waktu dalam menyiapkan masakan sayur, lokasi pasar yang jauh juga merupakan alasan sulitnya menyediakan sayuran dalam menu sehari-hari. Disinilah pentingnya memberikan pemahaman kepada anak asuh bagaimana pentingnya menu seimbang dalam makanan sehari-hari terutama pemenuhan vitamin dan mineral yang bersumber dari sayur dan buah.

1.2.1. Solusi yang ditawarkan

Berdasarkan permasalahan mitra, dan menilai potensi yang dimiliki dari Panti Asuhan Siti Walidah pengabdian masyarakat yang dilaksanakan melalui Program Kemitraan Masyarakat berupa edukasi tentang pentingnya sayuran diberikan dalam diskusi 2 arah, dengan model presentasi dan media buku saku. Dengan materi edukasi pentingnya vitamin dan mineral dalam sayur akan meningkatkan pengetahuan tentang nilai gizi yang dibutuhkan tubuh, meningkatkan daya tahan tubuh supaya tidak mudah sakit. Kemudian diharapkan akan dapat merubah perilaku kebiasaan makan sayur. Gerakan makan sayur dimulai dari diri sendiri, dan dari sekarang. Sumber sayur-mayur bisa didapat dengan menanam sendiri di rumah dengan halaman yang terbatas sekalipun melalui pelatihan menanam tanaman hidroponik mulai dari pembenihan, pemindahan, perawatan sampai tanaman siap panen.

Kegiatan dilengkapi dengan pemeriksaan status kesehatan dasar anak asuh, dengan melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan. Pemeriksaan status kesehatan ini penting pada anak asuh yang masih dalam tahap tumbuh kembang.

BAB II

SOLUSI DAN TARGET LUARAN

2.1. Solusi

Dengan materi gerakan makan sayur, kandungan vitamin dan mineral dalam sayuran, jenis –jenis sayuran, manfaat vitamin dan mineral, cara memasak sayuran dan berapa porsi sayur yang harus dikonsumsi setiap hari yang dilanjutkan dengan pelatihan menanam sayuran hidroponik diharapkan akan :

- a. Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman kandungan vitamin dan mineral dalam sayuran;
- b. Memahami kebutuhan sayuran dalam menu makanan;
- c. Memahami jenis-jenis sayuran;
- d. Meningkatkan sikap dan perilaku gemar makan sayur.
- e. Membudidayakan sayuran hidroponik secara berkelanjutan di Panti.

Pendekatan aspek pencegahan dan promosi kesehatan melalui gerakan masyarakat gemar makan sayur akan meningkatkan daya tahan tubuh agar tidak mudah sakit, meningkatkan kualitas kesehatan yang baik yang pada akhirnya akan meningkatkan kualitas pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Perubahan perilaku sehat harus dilakukan sedini mungkin dan dilakukan secara terus menerus. Pengetahuan dan perilaku hidup sehat melalui pendekatan keluarga, kelompok dan masyarakat sekitar yang peduli terhadap kesehatan akan semakin memperkuat kualitas hidup baik pribadi maupun sosial.

Gerakan makan sayur juga merupakan salah satu program pemerintah dalam Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas), sebuah gerakan yang bertujuan untuk memasyarakatkan budaya hidup sehat serta meninggalkan kebiasaan dan perilaku masyarakat yang kurang sehat. Melalui kegiatan berkebun berupa pelatihan keterampilan menanam tanaman hidroponik diharapkan menumbuhkan ketertarikan pada sayuran. Melalui kegiatan berkebun dengan menanam sayuran hidroponik yang dapat dilakukan bersama-sama seluruh anak asuh dalam suasana gembira, dalam ikatan kekeluargaan yang erat dapat menyediakan sayuran dari lahan terbatas yang dimiliki. Hidroponik juga dapat dikembangkan untuk produksi sayuran dalam skala yang lebih besar.

Pemeriksaan tinggi badan dan berat badan dimaksudkan untuk monitoring tumbuh kembang anak dalam masa pertumbuhan. Setelah tinggi badan dan berat badan diukur maka dapat dilakukan penghitungan Indeks masa Tubuh (IMT). IMT di bawah 18,5 artinya berat badan kurang, 18,5 – 22,9 adalah berat badan normal, 23 – 24,9 adalah berat badan berlebih, serta > 27 sudah masuk kategori obesitas. Apabila pertumbuhan terlambat dapat dideteksi sedini mungkin maka dapat segera dilakukan tindakan intervensi untuk mengejar pertumbuhan.

Tabel 2. Target Kegiatan

Aspek Permasalahan	Pendekatan Solusi	Implementasi Riil
Preventif	Pemeriksaan kesehatan dasar	Pengukuran tinggi dan berat badan
Promotif	Peningkatan kesehatan (promotif) berupa penyuluhan tentang kandungan sayuran, kebutuhan sayuran, cara pengolahan sayuran.	Edukasi
Pemanfaatan lahan dan waktu luang	Pemeliharaan tanaman hidroponik mulai dari pembenihan, pemindahan, dan perawatan.	Pelatihan dengan demonstrasi
Pembentukan karakter	Agar dapat menolong dirinya sendiri dan sesama, bertanggung jawab dan berperilaku hidup sehat	Kegiatan bersama dalam sebuah keluarga

Mitra berperan dalam menyiapkan undangan, peserta, ruangan, Liquid Crystal Display (LCD), dan sound sistem untuk pemberian materi serta izin dari tokoh masyarakat

2.2. Luaran

Kegiatan ini memiliki luaran yang ditargetkan :

- a. Publikasi Ilmiah pada Jurnal ber-ISSN/Prosiding/Online
- b. Buku saku “Gerakan Gemar Makan sayur”
- c. Video Kegiatan Pengmas

BAB III

METODE PELAKSANAAN

3.1 Langkah Pelaksanaan

Tahapan awal adalah pendekatan dan menghubungi pengurus Panti atau penanggung jawab untuk menyampaikan maksud dan tujuan. Dilanjutkan dengan kunjungan awal bertemu dengan Pengelola dan anak asuh yang tinggal di Panti, meminta kesediaan untuk kegiatan Pengabdian Masyarakat, serta mengumpulkan data awal. Didapatkan data bahwa Panti ini adalah Panti Asuhan Putri, memiliki anak asuh sebanyak 51 anak, yang 12 diantaranya tinggal menetap di Panti. Usia bervariasi dari yang paling kecil usia 11 tahun sampai 23 tahun. Sedangkan pendidikan dari kelas 5 SD sampai Perguruan Tinggi. Program-program yang dilaksanakan untuk anak asuh antara lain adalah sholat berjamaah, kursus bahasa Arab, kursus bahasa Inggris dan tahsin. Jumlah peserta ditargetkan 40 orang.

Setelah mendapat persetujuan pelaksanaan kegiatan, tim mulai menyiapkan materi edukasi, merancang kuesioner, membeli alat dan bahan tanaman hidroponik, mulai dari benih, media tanam, pot dan lainnya, merekrut mahasiswa yang mau ikut dalam kegiatan, dan mengadakan rapat teknis serta terus berkoordinasi dengan pengelola Panti untuk menentukan waktu pelaksanaan serta merancang spanduk.

3.2 Pelaksanaan Kegiatan

3.2.1 Waktu dan Tempat Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan pada,

Hari/tanggal : Minggu, 5 Desember 2021

Waktu : 08.00 – 12.00 WIB

Tempat : Panti Asuhan Putri Siti Walidah jl. Gading VIII, Pisangan Pulo Gadung,
Jakarta Timur

3.2.2 Jumlah Peserta

Kegiatan ini diikuti oleh 45 peserta anak asuh dan 5 orang dari pengelola Panti serta 6 orang dari tim FK UHAMKA.

3.2.3 Tahapan Kegiatan

Di mulai dengan mengecek persiapan ruangan, sound sistem dan LCD. Kemudian peserta mengisi daftar hadir dan mengisi biodata dan wawancara keluhan dan gejala yang sering muncul atau yang dirasakan mengganggu dalam 1 (satu) tahun terakhir. Pemeriksaan kesehatan meliputi berat badan dan tinggi badan. Acara dibuka dengan sambutan dari Tim FK UHAMKA dilanjutkan sambutan dari ketua Panti. Dalam sambutannya Bapak Naufal menyatakan kegembiraannya adanya kegiatan pengabdian masyarakat dan berharap acara ini dapat diadakan secara rutin. Pemberian edukasi gerakan makan sayur berisi kandungan vitamin dan mineral dalam sayuran, cara makan yang sehat dengan “isi piringku”. Setelah itu dilakukan pelatihan dan demonstrasi pembuatan dan pemeliharaan tanaman hidroponik. Kegiatan diakhiri dengan penyerahan alat ukur tinggi badan dan berat badan untuk dapat dimanfaatkan di panti memantau tumbuh kembang rutin secara mandiri. Setelah kegiatan selesai peserta diminta untuk menyampaikan manfaat apa yang telah didapat dari kegiatan pengabdian masyarakat, memberikan masukan, saran maupun kritik untuk narasumber maupun untuk proses pelaksanaan.

Tahap Evaluasi dilaksanakan dengan menghitung Indeks Masa Tubuh anak asuh, menganalisa dengan tinggi badan sesuai umur standar WHO dan melakukan rekapitulasi pretes untuk menilai pengetahuan dasar tentang sayuran.

Keberlanjutan program yang diharapkan setelah memahami pentingnya sayuran dalam menu makanan sehat, dan terampil menanam tanaman hidroponik, peserta dapat mengembangkan menanam sayuran hidroponik secara mandiri untuk memenuhi kebutuhan sayuran segar dalam menu makan mereka sehari-hari.

BAB IV

KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI

4.1. Kelayakan Perguruan Tinggi

Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA dengan akreditasi institusi A sangat memfasilitasi pelaksanaan Catur Dharma Perguruan Tinggi Muhammadiyah untuk dosen-dosennya. UHAMKA memberikan kontribusi pendanaan kepada dosen tetap untuk melaksanakan pengabdian masyarakat skala lokal 1 kali setiap tahun, skala nasional 1 kali setiap 2 tahun dan skala internasional 1 kali dalam 3 tahun.

Kegiatan pengabdian masyarakat mencakup empat jenis kegiatan, yaitu Program Kemitraan Masyarakat, Program Pengabdian Masyarakat Al-Islam Kemuhammadiyah (PPM AIK), Program Pengabdian Masyarakat Kuliah Kerja Nyata (PPM KKN), Program Pengabdian Masyarakat Internasional (PPM Internasional), dan Program Inovasi.

LPPM UHAMKA juga memfasilitasi dengan mempublikasikan hasil-hasil pengabdian dan pemberdayaan masyarakat secara berkala sebagai tanggung jawab ilmiah dalam jurnal Solma.

4.2. Kualifikasi Tim Pengusul

Tim pelaksana terdiri dari ketua dan 2 anggota dosen dan 3 orang mahasiswa dari Prodi Kedokteran yang memberikan materi tentang gerakan makan sayur, manfaat vitamin dan mineral bagi tubuh. Selain itu juga melakukan pelatihan keterampilan berupa demonstrasi penanaman tanaman hidroponik serta melakukan pemeriksaan kesehatan dasar tinggi badan dan berat badan.

Tugas Ketua adalah berkoordinasi dengan pengelola Panti Asuhan, membuat proposal, dan mengkoordinir anggota tim dan mahasiswa yang terlibat dalam Program Kemitraan. Tugas anggota adalah membantu koordinasi, menyusun materi, merancang leaflet, membuat ppt. Tugas mahasiswa adalah membuat desain undangan, mencetak leaflet, menyiapkan formulir, daftar hadir, menyiapkan sarana dan prasarana serta menyebarkan undangan serta surat-surat lainnya, serta melakukan pemeriksaan timbang berat badan, tinggi badan dan tekanan darah.

Tabel 3. Kualifikasi Tim Program Kemitraan Masyarakat

Nama	Peran	Keahlian	Tanggungjawab
dr. Bety S. Lakshmi	Ketua	Kesehatan Masyarakat	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan koordinasi. 2. Mengkoordinir mahasiswa 3. Membuat proposal
dr. Irena Ujianti, M. Biomed	Anggota	Ilmu Fisiologi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bersama ketua menyusun proposal 2. Berkoordinasi dengan Penanggung jawab Panti 3. Menyusun kuesioner
dr. Zahra Nurushofa, Sp.PA	Anggota	Patologi Anatomi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Merancang kesesuaian permasalahan mitra dengan tema/judul dan bentuk solusi permasalahan. 2. Merancang pemeriksaan kesehatan
Nofrizal	Anggota	Kedokteran	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mencetak formulir, daftar hadir, buku saku. 2. Mendokumentasikan kegiatan
Ananda Putri Nabila			<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyiapkan materi edukasi 2. Melakukan edukasi melakukan pemeriksaan tinggi badan
Fahmi			<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyiapkan ruangan, meja, kursi dan asisten sorot. 2. Memeriksa dengan BIA

BAB V

HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

5.1 HASIL

Edukasi tentang gemar makan sayur dan pelatihan menanam hidroponik diikuti oleh semua peserta sampai selesai, dan anak asuh akan mulai menanam hidroponik di Panti dengan pakaet benih dan media tanam dari tim. Dengan alat ukur berat badan dan tinggi badan yang, maka tumbuh kembang dapat dimonitor secara rutin minimal 1 (satu) bulan sekali oleh anak asuh yang berusia > 18 tahun maupun oleh pengelola.

Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat di Panti Asuhan Siti Walidah yang diikuti oleh 45 peserta. Jenis kelamin anak asuh terdiri dari laki-laki 20 orang dan perempuan 25 orang, terdiri dari 13 anak dan 32 remaja. Terdapat 6 orang anak yang pada pengukuran tinggi badan kurang dari standar yaitu 6 orang. Sedangkan hasil pengukuran Indeks Masa Tubuh (IMT) didapatkan yang masuk ke dalam kriteria kurus 23, normal 15 orang, berat badan lebih 2 orang dan obesitas 5 orang. IMT kurus atau < 18,5 didapatkan pada 23 anak atau sebesar 51,1% dari 45 peserta.

Respon dari anak asuh dan pengelola Panti sangat antusias sekali terhadap kegiatan pengabdian dan pemberdayaan masyarakat oleh tim FK UHAMKA. Tingkat kehadiran anak asuh hadir 45 dari 51 anak atau mencapai 88,2%, anak asuh yang tidak hadir karena ada kegiatan di sekolah. Seluruh pengelola Panti hadir full tim sebanyak 5 orang.

5.2 LUARAN YANG DICAPAI

Kegiatan pengabdian masyarakat di Panti Asuhan Siti Walidah Jakarta Timur ini rencananya dimuat di Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia (JPKMI) masih dalam tahap review, dan videonya dapat dilihat pada link berikut :

JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)
 Available at <http://icsejournal.com/index.php/JPKMI>
 Open Access Journal

ISSN 2721-026X
 Member of
JPKM
 Asosiasi Jurnal Pengabdian
 Kepada Masyarakat

HOME | ABOUT | USER HOME | SEARCH | CURRENT | ARCHIVES | ANNOUNCEMENTS | TOPIC COVID-19

Home > User > Author > Active Submissions

Active Submissions

[ACTIVE](#) [ARCHIVE](#)

ID	MM-DD SUBMIT	SEC	AUTHORS	TITLE	STATUS
377	01-03	ART	Nursshofa	PELATIHAN TANAMAN HIDROPONIK DAN EDUKASI UNTUK...	Awaiting assignment

1 - 1 of 1 Items

Start a New Submission
[CLICK HERE](#) to go to step one of the five-step submission process.

QUICK MENU
[Editorial Team](#)
[Peer Review](#)
[Focus and Scope](#)
[Author Guidelines](#)
[Publication Ethics](#)
[Open Access Policy](#)
[Peer Review Process](#)
[Online Submission](#)

Gambar 1. Submit Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia (JPKMI)

<https://youtu.be/zXqJkybIhVI>

<https://drive.google.com/drive/folders/1p0GhDbNDdoHPrNNV8lVYde-jHVCz0P9b?usp=sharing>

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 SIMPULAN

Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat di Panti Asuhan Siti Walidah diikuti oleh 45 peserta. Jenis kelamin anak asuh terdiri dari laki-laki 20 orang dan perempuan 25 orang, terdiri dari 13 anak dan 32 remaja. Terdapat 6 orang anak yang pada pengukuran tinggi badan kurang dari standar yaitu 6 orang. 4 dari 6 orang yang memiliki tinggi badan kurang masih berusia < 18 tahun, maka diperlukan tindakan intervensi untuk dapat mengejar tumbuh kembang yang optimal dengan meningkatkan masukan gizi seimbang. Konsultasi dengan ahli gizi diperlukan untuk menghitung kebutuhan kalori dan protein secara individual. Edukasi kepada keluarga sangat dibutuhkan untuk menunjang program pemenuhan gizi seimbang.

Sedangkan hasil pengukuran Indeks Masa Tubuh (IMT) didapatkan yang masuk ke dalam kriteria kurus 23 orang, normal 15 orang, berat badan lebih 2 orang dan obesitas 5 orang. IMT kurus atau < 18,5 didapatkan pada 23 anak atau sebesar 51,1% dari 45 peserta. Meskipun perhitungan IMT tidak menggambarkan kondisi kesehatan yang sebenarnya dari individu karena tidak mempertimbangkan faktor lain, seperti usia, jenis kelamin, genetik, gaya hidup, dan riwayat kesehatan namun perlu perhatian untuk anak-anak yang kurus dan obesitas. Perlu dilakukan wawancara mendalam untuk mencari faktor penyebab dan apakah ada masalah kesehatan lainnya.

6.2 SARAN

Berdasarkan hasil tersebut di atas, saran yang dapat kami usulkan adalah dilakukan kajian lebih mendalam dalam hal monitoring tumbuh kembang, diberikan pengetahuan tentang kesehatan secara rutin terutama tentang tumbuh kembang kepada anak asuh, keluarga dan pengelola Panti. Berkoordinasi dengan Puskesmas setempat, kader kesehatan sebagai upaya peningkatan status kesehatan anak asuh, baik dalam preventif, promotif, dan kuratif.

DAFTAR PUSTAKA

1. Hermina, Prihatini S, Gambaran Konsumsi Sayur Dan Buah Penduduk Indonesia Dalam Konteks Gizi Seimbang: Analisis Lanjut Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) 2016, Indonesian Bulletin of Health Research
2. Pedoman Gizi Seimbang, 2014, Kementerian Kesehatan
3. Profil Kesehatan Indonesia, 2020, Kementrian Kesehatan
4. Riset Kesehatan Dasar, 2018, Kementrian Kesehatan
5. Suryani S, Heryani N, Peningkatan Aktivitas Fisik dan Pemanfaatan Pekarangan Rumah untuk Tanaman Sayuran dan Buah sebagai Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) di Desa Penyengat Olak Kecamatan Jambi Luar Kota Kabupaten Muaro Jambi 2020 jak.stikba.ac.id/index.php/jak/article/view/192
6. <https://promkes.kemkes.go.id/germas> Germas: Gerakan Masyarakat Hidup Sehat.

LAMPIRAN 1. BIODATA PENGUSUL

BIODATA KETUA



1. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	dr. Bety Semara Lakshmi, MKM
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
4	NIDN	0328116806
5	Tempat dan Tanggal Lahir	Yogyakarta, 28 November 1968
6	e-mail	bety_semara@uhamka.ac.id
7	Nomor Telepon /HP	081210598261
8	Alamat Kantor	Jl. Raden Patah Parung Serab Tangerang
9	Nomor Telepon / Fax	021 27564161
10	Lulusan yang telah dihasilkan	27
11	Mata kuliah yang diampu	1. Blok Kesehatan Masyarakat
		2. Epidemiologi Penyakit Tidak Menular
		3. Patofisiologi Penyakit Degeneratif
		4. Patofisiologi Penyakit Menular
		5. Tutorial
		6. Clinical Skill Lab

2. Riwayat Pendidikan

	S1	S2	S3
Nama PT	Universitas Diponegoro	Universitas Muh. Jakarta	
Bidang Ilmu	Kedokteran	Kesehatan Masyarakat	
Tahun Masuk- Lulus	1987 – 1994	2010 – 2013	
Judul Skripsi / Tesis / Disertasi	Hernia Inguinalis	Kepuasan Pasien Rawat Inap	
Nama Pembimbing / Promotor	Dr. Rifky Muslim, Sp.U	Dr. Bambang Hartono, SKM., M.Sc., MM	

3. Pengajaran

No	Mata Kuliah	Surat Tugas	Repository
	Genap 2020/2021		
1	Pencegahan Infeksi	SK Dekan Nomor : 565 /A.01.32/2021 tertanggal 08 Maret 2021	http://repository.uhamka.ac.id/id/eprint/10809
2	Tutorial Metabolisme Endokrin		http://repository.uhamka.ac.id/id/eprint/10805
3	4.3 Kesehatan Masyarakat dan Kesehatan		http://repository.uhamka.ac.id/id/eprint/10844 http://repository.uhamka.ac.id/view/subjects/RA0421.html

	Kerja 2		
--	---------	--	--

4. Buku yang dihasilkan

No	Judul	
1	Tuntunan Shalat Khusus di Kala Sehat dan Sakit	Umum
2	Standar Kompetensi Kerja Nasional Indonesia Kategori Aktifitas Kesehatan Manusia Dan Aktifitas Sosial Golongan Pokok Aktifitas Kesehatan Manusia Bidang Teknik Kardiovaskuler	https://skkni-api.kemnaker.go.id/v1/public/documents/001bbc29-12da-4618-ae54-aceb3ae673b5/download
3	Pedoman Penyusunan Karya tulis Ilmiah	TKV
4	Pedoman Praktik Klinik	TKV

5. Pengalaman Penelitian 5 tahun terakhir

No.	Tahun	Judul penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Juta Rp)
1	2021	Persepsi Masyarakat Dalam Penanganan Sampah Masker Pada Masa Pandemi Covid-19 di DKI Jakarta	Lemlit	7
2	2020	Analisis Motivasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran UHAMKA Pada Proses Perkuliahan Luring dan Daring Dengan Capaian Belajar	Lemlit	7
3	2020	Model Neuropsikiatri untuk Deteksi Dini Pra-Demensia Penduduk Lansia di Komunitas	Lemlit	12
4	2017	Peningkatan Pengetahuan Kader Muhammadiyah/Aisyiyah Setelah Mengikuti Pelatihan Penanganan Serangan Jantung	Lemlit	7
5	2017	Faktor Risiko Penyakit Hipertensi Pada Usia Produktif Dosen dan Karyawan FIKES UHAMKA	Lemlit	8

6. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat 3 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul pengabdian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Juta Rp)
1	2021	Pelatihan dan Pendampingan Pengukuran Gula Darah Sebagai Upaya Deteksi Dini Diabetes Militus Kelompok Geriatri PCM Pondok Aren	LPPM	7
2	2021	Pelatihan Pengelolaan Limbah Masker Sekali Pakai di Masa Pandemi Covid-19 Pada Ibu Rumah Tangga Sawangan Depok	LPPM	7
3	2020	Aksi Kemanusiaan Penanggulangan COVID-19 Berbasis Komunitas	LPPM	4.5
4	2019	Peningkatan Kualitas Hidup Pada Lansia Melalui Pendampingan Keluarga	LPPM	7
5	2019	Pencegahan Gangguan Tumbuh Kembang Pada	LPPM	9

		Anak di SD Muhammadiyah 47 dan TK Aisyiyah Bustanul Athfal 44 Bekasi		
6	2018	Akselerasi Tumbuh Kembang Melalui Upaya Kebersihan dan Kesehatan Gigi Mulut	LPPM	7
7	2018	Pendampingan Kreativitas Remaja dalam Preventif dan Promotif Pencegahan Penularan HIV pada Remaja	LPPM	8

7. Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal

No	Tahun	Judul Artikel Ilmiah	Volume / Nomor	Nama Jurnal
1	2021	Hipertensi Masa Kini Dalam Perspektif Kesehatan Masyarakat	https://journal.uhamka.ac.id/index.php/smj/article/view/6606	Sanus Medical Journal
2	2020	Online Student Oral Case Analysis During Covid-19 Pandemi	https://jurnal.ugm.ac.id/jpki/article/view/61822 https://doi.org/10.22146/jpki.61822	
3	2018	KIE Penyakit Jantung Pada Remaja Obesitas	Vol. 1 No. 1	Solma UHAMKA
4	2017	Faktor Risiko Penyakit Jantung Pada Usia Produktif	Vol. 2 No. 1 Januari-Juni 2017 Hal 105-115	Arkavi 2528-3294
5	2016	Teknik Penilaian Hipertrofi Ventrikel Kiri Pada Pemeriksaan ULJB	Vol. 1 No. 1 Januari-Juni 2016 Hal 13-22	Arkavi ISSN 2528-3294

8. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation)

No.	Tahun	Judul Artikel Ilmiah	
1	2020	Analisis Tingkat Motivasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Pada Proses Perkuliahan Konvensional dan Daring Terhadap Hasil Belajar	1-st International Conference in Natural and Social Science Education 2020

9. Perolehan HKI dalam 10 Tahun Terakhir

No.	Judul HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
1	Checklist Keselamatan Lansia	2020		EC00202012907

BIODATA ANGGOTA 1

Nama : dr.Irena Ujjanti, M.Biomed
 NIP/NIK : 3275055010810045
 Tmpt/Tgl Lahir : Jakarta, 10 Oktober 1981
 Jenis Kelamin : Wanita
 Golongan / Pangkat :
 Jabatan Akademik : Dosen
 Perguruan Tinggi : Univ. Muhammadiyah Prof.Dr.Hamka
 Alamat Rumah : The Akasia Serenity Blok C no.5 Jombang
 Telp./Faks. :
 Alamat e-mail : irena.sutanto@gmail.com

RIWAYAT PENDIDIKAN PERGURUAN TINGGI

B. Riwayat Pendidikan			
	S-1	S-2	S-3
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Sriwijaya	Universitas Indonesia	Universitas Indonesia
Bidang Ilmu	Pendidikan Dokter	Ilmu Biomedik	Ilmu Kedokteran
Tahun Masuk-Lulus	2000 – 2006	2016-2018	2018-
Judul Skripsi/Tesis/Disertasi	Pengetahuan Sikap dan Prilaku Terhadap Penyalahgunaan NAPZA di Kalangan Pelajar SMAN 13 Palembang Propinsi Sumatra Selatan	Dampak Restriksi Vitamin B12 Terhadap Kadar Homosistein, HOMA-IR dan Gambaran Histopatologi Perlemakan Hati Non Alkoholik Pada Tikus	Mekanisme Kerja Hibiscus Sabdariffa Linn Terhadap Steatosis Akibat Restriksi Vitamin B12
Nama Pembimbing/Promotor	dr. Mutiara Budi Azhar, MSc	dr. Imelda Rosalyn Sianipar, Ph.D	Prof. Dr. dr. Dewi Irawati, MSc

PELATIHAN PROFESIONAL

Tahun	Jenis Pelatihan Dalam/Luar Negeri	Penyelenggara	Jangka Waktu
2018	Pelatihan Lab.ELISA	Lab. Terpadu FKUI	2018
2021	Pelatihan Western Blot	Lab MBPCF IMERI	2021

PENGALAMAN MENGAJAR

Mata Kuliah	Program pendidikan	Program Studi	Tahun Akademik
-------------	--------------------	---------------	----------------

Fisiologi Fisiologi Kardiovaskular	Kedokteran Kedokteran	Pendidikan dokter Teknik kardiovaskular	2020/2021 2020/2021
--	--------------------------	--	------------------------

PENGALAMAN PENELITIAN

Tahun	Judul Penelitian	Ketua/ Anggota Tim	Sumber Dana
2020	Pengaruh Latihan Fisik Virtual Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Prof Dr.Hamka	dr.Irena Ujianti MBiomed	Lemlit Uhamka
2020	Potensi Hibiscuss Sabdariffa Linn Terhadap Steatosis Akibat Restrik Vitamin B12	<ul style="list-style-type: none"> • Prof.Dr.dr. Dewi Irawati MKes (Ketua) • dr.Irena Ujianti, MBiomed (anggota) 	Kementrian Riset dan Teknologi
2019	Patomekanisme steatosis akibat defisiensi vitamin B12; Kajian stres oksidatif	<ul style="list-style-type: none"> • dr. Endin Nokik Tsujanna, Ph.D (ketua) • dr. Irena Ujianti, MBiomed (anggota) 	Lemlit Uhamka
2019	Potensi H.Sabdariffa terhadap pencegahan steatosis	<ul style="list-style-type: none"> • Prof.Dr.dr. Dewi rawati MKes (Ketua) 	DRPM Univ.Indonesia

KARYA ILMIAH

A. Buku/Bab/Jurnal

No.	Tahun	Judul Artikel Ilmiah	Volume / Nomor	Nama Jurnal
1	2018	Cobalamin restriction with AIN-93M chow modification: Hematology and cardiovascular parameter Assessment	2019, AIP vol:2092 DOI: 10.1063/1.5096741	<i>AIP Conference Proceedings</i>
2	2019	Low vitamin B12 diet increases liver homocysteine levels and leads to liver steatosis in rats	2019,Universa Medicina 38(3):194-201 DOI: 10.18051/UnivMed.2019.v38 .194-201	Universa Medicina
3	2019	The impact of cobalamin deficiency on heart function: A study on abnormalities in electrocardiography patterns	2019, International Journal of Applied Pharmaceutics 11 (special issue)	International Journal of Applied Pharmaceutics

B. Makalah/Poster

Tahun	Judul	Penyelenggara
2020	Analysis of Nrf2 Plasma Levels in Rats with Vitamin B12 Restriction Diet	Lemlitbang Uhamka

C. Penyunting/Editor/Reviewer/Resensi

Tahun	Judul	Penerbit/Jurnal
2021	Gambaran Quantitative Electroencephalography (QEEG) Anak Laki-laki Penderita Attention-Deficit Disorder (ADD)	Sanus Medical Journal
	Hipertensi Masa Kini dalam Perspektif Kesehatan Masyarakat.	Sanus Medical Journal
	Telekardiologi dan Aplikasinya: Pendekatan Rumah Sakit selama Pandemi	Sanus Medical Journal

KONFERENSI/SEMINAR/LOKAKARYA/SIMPOSIUM

Tahun	Judul Kegiatan	Penyelenggara	Panitia/Peserta/ Pembicara
2020	The 1st Annual International Conference on Natural and Social Science Education (ICNSSE) 2020	Lemlitbang Uhamka	Peserta/Presenter
	Trisakti Occupational Medicine Symposium Safety Workplace For Healty Worker	FK Trisakti	Peserta/Presenter

KEGIATAN PROFESIONAL/PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Tahun	Jenis Kegiatan	Tempat
2019	Bakti Sosial Kesehatan, Pendidikan, Peningkatan sarana dan prasarana olahraga, Sarana Kesenian, Sarana Ibadah dalam rangkaian kesehatan nasional dan sebagai wujud pengabdian masyarakat oleh Mahasiswa Program Studi Doktoral Ilmu Kedokteran FKUI	Subang, Jawa Barat
2021	Pemeriksaan Swab Antigen pada karyawan Pt.Rekadaya	Jakarta

JABATAN DALAM PENGELOLAAN INSTITUSI

Peran/ Jabatan	Institusi	Jangka Waktu
Ka. Gugus Penjaminan Mutu FK UHamka	FK Uhamka	2020
Ka Lab Fisiologi	FK Uhamka	2020

PENGHARGAAN/PIAGAM

Tahun	Bentuk Penghargaan	Pemberi
2020	1 st Place Winner Of Oral Speech	FK Univ. TRisakti

ORGANISASI PROFESI/ILMIAH

Tahun	Jenis>Nama Organisasi	Jabatan/Jenjang Keanggotaan
2020	Ikatan Ahli Ilmu Faal Indonesia	Bendahara

Saya menyatakan bahwa semua keterangan dalam *Curriculum Vitae* ini adalah benar dan apabila terdapat kesalahan, saya bersedia mempertanggungjawabkannya sesuai aturan dan hukum yang berlaku.

Mengetahui, Ketua Program Studi  dr. Endin Nokik Stujanna, Ph.D	Tangerang, 30 Mei 2021 Yang menyatakan  dr. Irena Ujianti MBiomed
---	--

BIODATA ANGGOTA 2

1. Identitas Diri



1	Nama Lengkap (dengan gelar)	dr. Zahra Nurushofa, SpPA
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	-
4	NIDN	0307028704
5	Tempat dan Tanggal Lahir	Bandung, 7 Februari 1987
6	e-mail	zahra.nurushofa@uhamka.ac.id
7	Nomor Telepon /HP	081290900782
8	Alamat Kantor	Jl. Raden Patah Parung Serab Tangerang
9	Nomor Telepon / Fax	021 27564161
10	Lulusan yang telah dihasilkan	-
11	Mata kuliah yang diampu	1. Histologi
		2. Patologi Anatomi
		3. Patologi Dasar

2. Riwayat Pendidikan

	S1		Program Studi Pendidikan Dokter Spesialis-1
Nama PT	Universitas Lampung		Universitas Padjadjaran Bandung
Bidang Ilmu	Kedokteran		Spesialis Patologi Anatomi
Tahun Masuk-Lulus	2005 – 2011		2016-2019
Judul Skripsi / Tesis / Disertasi	Hubungan efektivitas obat nyamuk bakar dan obat nyamuk elektrik terhadap nyamuk penyebab DBD, <i>Aedes Aegypti</i>		CD30 expression and Detection of Epstein-Barr Virus-Encoded Small RNA by Real-Time RT-PCR of Classic Hodgkin Lymphoma and Their Correlation with Risk Stratification
Nama Pembimbing / Promotor	dr. Betha		Prof Bethy S Hernowo, SpPA(K), PhD, dr. Sri Suryanti, SpPA(K), dr.Afiati, SpPA(K)

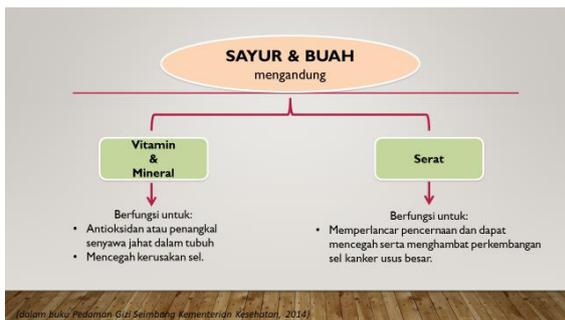
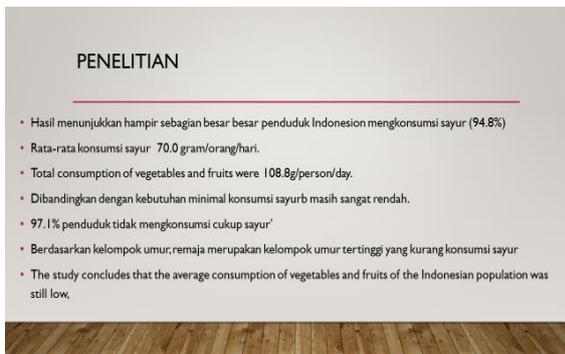
3. Pengalaman Penelitian 5 tahun terakhir

No.	Tahun	Judul penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Juta Rp)
1	2019	Upaya Peningkatan Hasil Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran (FK) UHAMKA Semester 2 Melalui Pembelajaran Dan Pengujian Jarak Jauh	Lemlit	10

4. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat 5 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul pengabdian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Juta Rp)
	2021	Edukasi Dan Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Pada Geriatri Sebagai Upaya Deteksi Dini Anemia	Lemlit	8

LAMPIRAN 2. GAMBARAN IPTEK YANG DILAKSANAKAN



MENANAM SAYURAN HIDROPONIK
dr. Bety Semara Lakhsmi, MKM

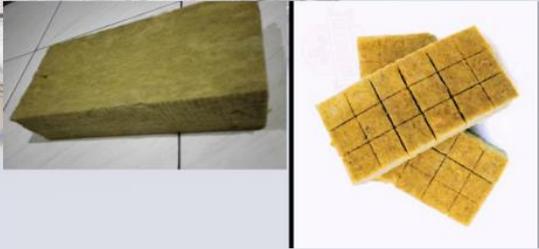
BAHAN-BAHAN

Benih

- Expired
- DB (daya berkecambah)
- kemurnian



Rockwool



Pot hidroponik



Media Tanam



Pupuk



Pelatihan Tanaman Hidroponik Dan Edukasi Untuk Meningkatkan Gerakan Makan Sayur di Panti Asuhan Jakarta

Bety Semara Lakhsmi¹, Zahra Nurushhofa², Irena Ujjanti²

Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Prof Dr. HAMKA, Tangerang, Indonesia¹

Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Prof Dr. HAMKA, Tangerang, Indonesia²

Email: zahra.nurushhofa@uhamka.ac.id

ABSTRAK

Faktor risiko perilaku penyebab terjadinya penyakit tidak menular berdasarkan data Riskesdas 2018 adalah kurangnya konsumsi buah dan sayur, kebiasaan merokok, dan kurangnya aktifitas fisik. Perilaku hidup sehat dimulai dari kelompok masyarakat terkecil yaitu melalui pendekatan keluarga. Panti asuhan ini terletak di Jakarta memiliki 51 anak asuh yang menjadi tanggung jawab institusi dan pengelola. Salah satu tanggung jawab pengelola Panti yang sangat penting adalah menjaga kesehatan dan memantau tumbuh kembang anak asuh. Didapatkan data bahwa anak asuh panti memiliki usia bervariasi dari yang paling kecil usia 11 tahun sampai 23 tahun. Sedangkan pendidikan dari kelas 5 SD sampai Perguruan Tinggi. Kehidupan sehari-hari di Panti adalah mereka menyiapkan sendiri makan utama dengan memasak secara bergiliran. Dari menu yang dihidangkan terlihat minim sekali dengan ketersediaan sayur. Selain itu dari 13 anak asuh yang tinggal di Panti didapatkan data 2 anak diantaranya memiliki perawakan kecil dibandingkan dengan teman sebayanya.

Edukasi tentang sayuran diharapkan dapat meningkatkan pemahaman tentang pentingnya vitamin dan mineral yang terdapat dalam sayuran untuk mendukung metabolisme tubuh. Edukasi tentang sayuran diikuti dengan pelatihan menanam tanaman hidroponik yang disesuaikan dengan keadaan panti yang tidak memiliki lahan untuk bercocok tanam.

Respon dari anak asuh dan pengelola Panti sangat antusias sekali terhadap kegiatan pengabdian dan pemberdayaan masyarakat oleh tim FK UHAMKA. Tingkat kehadiran anak asuh hadir 45 dari 51 anak atau mencapai 88,2%, anak asuh yang tidak hadir karena ada kegiatan di sekolah. Seluruh pengelola Panti hadir full tim sebanyak 5 orang, dan berharap kegiatan ini dapat dilaksanakan lagi pada kesempatan lain.

Kata kunci : pengabdian masyarakat, Pelatihan, Edukasi, Sayur Hidroponik

ABSTRACT

One of the risk factors that causes non-communicable diseases is consuming a lack of fruit and vegetables. Healthy living behaviors start through a family approach. The orphanage, located in Jakarta, has 51 foster children. One of the most important responsibilities of an orphanage is to maintain their foster children's health and to monitor their growth and development. This orphanage houses foster children of various ages, from 11 to 23 years old. The menu served appears to be extremely minimal in terms of the availability of vegetables. In addition, data obtained show that 2 out of 13 foster children currently living in the orphanage have small stature compared to their peers. Education around the benefits of vegetables is expected to increase their understanding of the importance of vitamins and minerals. Education around vegetables was accompanied with training on how to grow hydroponic plants, which were adapted to the conditions of the orphanage where there is no land to grow crops. In response to the initiative, the foster children and the manager of the orphanage were extremely enthusiastic about the community service. The attendance rate of foster children was 45 out of 51 children, or 88.2%. They hoped that this activity could be carried out again on another occasion.

Keywords: hydroponic vegetable, training, education, public service

PENDAHULUAN

Stunting atau garis pertumbuhan yang rendah (*height-for-age-Z* skor ≤ -2) adalah masalah kesehatan masyarakat yang besar diantara anak-anak secara global (Black et al., 2013). Indonesia merupakan negara kelima dengan angka stunting tertinggi di dunia (Titaley et al., 2019). Ketidakcukupan makronutrien dan mikronutrien akan mengakibatkan anemia, defisiensi besi dan vitamin, dan juga retardasi pertumbuhan (Dewey et al., 2020; Gowele et al., 2021). Anak-anak yang mengalami retardasi pertumbuhan, cenderung diet dengan keberagaman yang rendah (Dewey et al., 2020). Makanan yang bervariasi pada anak-anak, akan memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk memenuhi mikronutrien yang dibutuhkan. Jika anak-anak hanya mengonsumsi produk pangan hewani, tanpa mengonsumsi buah dan sayuran yang cukup, akan berdampak pada gangguan penyerapan protein hewani (Bloem et al., 2013).

Edukasi mengenai nutrisi dan higiene yang terintegrasi dengan program bercocok tanam di rumah dan sekolah ditemukan dapat menurunkan prevalensi anemia, stunting, defisiensi nutrisi, dan infeksi (Gowele et al., 2021). Ditemukan bahwa konsumsi tinggi akan produk susu, sayuran, dan buah akan menurunkan angka kejadian stunting (Melaku et al., 2018).

Sistem cocok tanam hidroponik adalah metode yang paling menguntungkan pada situasi dimana nutrisi pada media dapat dimodifikasi sebaik mungkin, tidak membutuhkan lahan yang luas maupun air yang banyak. Tanaman hidroponik juga dapat dimodifikasi sehingga konsentrasi nutrisinya dapat optimal (Nguyen et al., 2016; Sambo et al., 2019). Bayam adalah sayuran yang kaya akan mikronutrien seperti besi, mangan, *zinc*, dan magnesium yang juga mengandung vitamin E, A, C, K, folat, tiamin (B1), piridoksin (B6) dan riboflavin (B2) (Slavin & Lloyd, 2012).

METODE

Pengabdian masyarakat dilakukan di sebuah Panti Asuhan yang berlokasi di Jakarta. Panti ini memiliki 51 anak asuh. Pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan melakukan 2 kali kunjungan, yaitu pada tanggal 3 November 2021, untuk mengumpulkan data jumlah anak asuh dan melakukan survei lapangan untuk mengetahui jenis pengabdian masyarakat yang dibutuhkan oleh panti. Pada tanggal 5 Desember dilakukan kunjungan kedua. Pada kunjungan kedua ini, dilakukan penyuluhan melalui diskusi dua arah, mengenai pentingnya mengonsumsi sayuran, cara bercocok tanam hidroponik, disertai pengukuran berat badan dan tinggi badan anak asuh. Diserahkan kepada pihak panti, 3 kotak yang masing-masing terdiri dari 12 pot tanaman hidroponik yang sebagian sudah ditanam, benih tanaman, rockwool, dan pupuk. Benih dan

tanaman yang diserahkan adalah sayuran tinggi mineral dan besi, yaitu bayam hijau, bayam merah, sawi sendok, dan selada. Kegiatan ini diikuti oleh 2 orang dosen, 1 orang tendik, dan 3 orang mahasiswa dari FK UHAMKA.



Gambar 1. Tanaman hidroponik yang diserahkan kepada Panti

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Didapatkan data bahwa usia anak asuh bervariasi dari yang paling kecil usia 11 tahun sampai 23 tahun. Sedangkan pendidikan dari kelas 5 SD sampai Perguruan Tinggi. Selain itu dari 12 anak asuh yang tinggal di Panti didapatkan data 2 anak diantaranya memiliki perawakan kecil dibandingkan dengan teman sebayanya, dan ditemukan 4 orang anak asuh berusia remaja dan dewasa dengan perawakan pendek yang tinggal di sekitar panti. Kehidupan sehari-hari di Panti adalah mereka menyiapkan sendiri makan utama dengan memasak secara bergiliran. Dari menu yang dihidangkan terlihat minim sekali dengan ketersediaan sayur. Hal ini dikarenakan anak-anak tidak terlalu suka mengonsumsi sayuran dan juga keterbatasan waktu dalam menyiapkan masakan sayur, lokasi pasar yang jauh juga merupakan alasan sulitnya menyediakan sayuran dalam menu sehari-hari. Disinilah pentingnya memberikan pemahaman kepada anak asuh bagaimana pentingnya menu seimbang dalam makanan sehari-hari terutama pemenuhan vitamin dan mineral yang bersumber dari sayur dan buah.

Tabel 1. Data berdasarkan tinggi badan sesuai dengan usia

Anak Asuh	Jumlah	Perawakan Pendek
Anak-anak (< 18 tahun)	13	2
Remaja/Dewasa (> 18 tahun)	32	4
Total	45	6

Kusumaningsih *et al.* sudah melakukan penyuluhan mengenai pemanfaatan lahan pekarangan rumah masing-masing dengan menanam buah-buahan dan sayur-sayuran di rumah singgah di Desa Galiran Kabupaten Klungkung Bali (Kusumaningsih et al., 2021). Pengabdian masyarakat ini, berbeda dengan yang saat ini kami lakukan, dikarenakan kami menggunakan metode hidroponik yang lebih mudah dilakukan dan tidak membutuhkan lahan khusus.



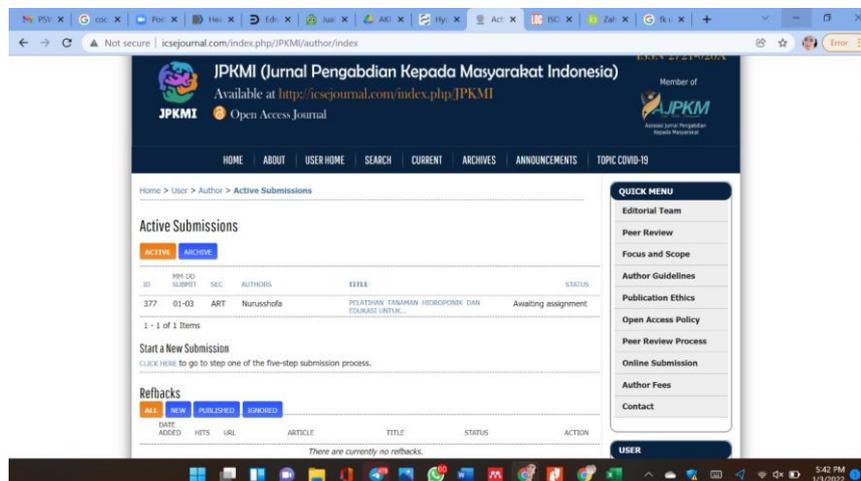
Gambar 2. Pengukuran berat badan dan tinggi badan anak asuh

SIMPULAN

Keberlanjutan program yang diharapkan setelah memahami pentingnya sayuran dalam menu makanan sehat, dan terampil menanam tanaman hidroponik, peserta dapat mengembangkan menanam sayuran hidroponik secara mandiri untuk memenuhi kebutuhan sayuran segar dalam menu makan mereka sehari-hari. .

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Lembaga Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat (LPPM) UHAMKA yang telah mendukung terlaksananya kegiatan ini.



LAMPIRAN 4. KESEDIAAN MITRA

Lampiran 5. Surat Pernyataan Kesiediaan Kerjasama Mitra



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
LEMBAGA PENGABDIAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT
Jl. Tanah Merdeka, Pasar Rebo, Jakarta Timur 13830
Telp. 021-8416624, Fax. 021-78881809

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

1. Nama : M. Naufal Ahlan
2. Jabatan : Ketua
3. Nama Mitra : Panti Asuhan Putri "Siti Walidah"
4. Bidang Usaha : Sosial Kemasyarakatan
5. Alamat : Jalan Gading Raya VIII RT 012 RW 010 Pisangan Timur,
Pulo Gadung, Jakarta Timur. Kode Pos 13230

Menyatakan bersedia untuk bekerja sama dalam pelaksanaan kegiatan Program Pemberdayaan dan Pengabdian Masyarakat yang berjudul "*PKM: Gerakan Makan Sayur Melalui Peningkatan Produktifitas Tanaman Hidroponik*", guna menerapkan IPTEK dengan tujuan mengembangkan produk/jasa atau target sosial lainnya, dengan:

Nama Ketua Tim Pengusul : dr. Bety Semara Lakhsmi, MKM
NIDN : 0328116806
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA

Bersama ini pula kami menyatakan dengan sebenarnya bahwa di antara Pelaksanaan Kegiatan Program ini tidak terdapat ikatan kekeluargaan dan usaha dalam wujud apapun juga.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab tanpa ada unsur pemaksaan di dalam pembuatannya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 4 Oktober 2021

Yang membuat pernyataan



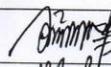
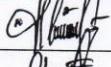
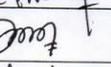
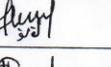
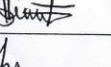
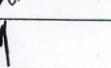
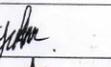
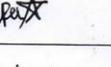
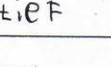
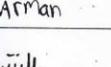
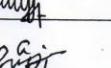
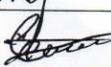
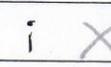
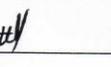
(M. Naufal Ahlan)

LAMPIRAN 5. FOTO KEGIATAN



LAMPIRAN 6. DAFTAR PRESENSI

PRESENSI KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
 FAKULTAS KEDOKTERAN
 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
 Ahad, 5 Desember 2021 M

NO.	NAMA	KETERANGAN	TTD
1.	Ulfatun Hidayah	Anak Asuh Panti Siti Walidah	
2.	Nur Hidayatul Karimah	Anak Asuh Panti Siti Walidah	
3.	Esa Nurjanah	Anak Asuh Panti Siti Walidah	
4.	Fika Adzikya Fadhlika	Anak Asuh Panti Siti Walidah	
5.	Sufyah Maysara	Anak Asuh Panti Siti Walidah	
6.	Nayla Auli Aprilia	Anak Asuh Panti Siti Walidah	
7.	Nurul Lu'lu'atul A.	Anak Asuh Panti Siti Walidah	
8.	Siti Mawaddah W.	Anak Asuh Panti Siti Walidah	
9.	Nayla	Anak Asuh Panti Siti Walidah	
10.	Arini Masalika Salamah	Anak Asuh Panti Siti Walidah	
11.	Yulya Maharani	Anak Asuh Panti Siti Walidah	
12.	Maaghfira Almusyafa	Anak Asuh Panti Siti Walidah	
13.	M. Syukron Latief	Anak Asuh PRA	Atief
14.	M. Sayid A.	Anak Asuh PRA	Arman
15.	Naila Aidillah	Anak Asuh PRA	
16.	Halimah Savira	Anak Asuh PRA	
17.	Mirza Dzaki R.	Anak Asuh PRA	
18.	Aina Zufaisyah	Anak Asuh PRA	i X
19.	Rifaldi Bayu S.	Anak Asuh PRA	

20.	Rizki Iryawan	Anak Asuh PRA	<i>Rizki</i>
21.	Vanessa Putri I.	Anak Asuh PRA	X
22.	Andika Putra I.	Anak Asuh PRA	X
23.	Septian Putra I.	Anak Asuh PRA	X

24.	Alif Putra I.	Anak Asuh PRA	X
25.	Syahru Ramadhan	Anak Asuh PRA	<i>Syahru</i>
26.	Saharil	Anak Asuh PRA	<i>saharil</i>
27.	Dermawan	Anak Asuh PRA	<i>Derb</i>
28.	Deandra Raffa I.	Anak Asuh PRA	<i>De</i>
29.	M. Ridho	Anak Asuh PRA	<i>Ridho</i>
30.	Ihsan Shabir S.	Anak Asuh PRA	<i>ihsan</i>
31.	Harisah Kamilah P.	Anak Asuh PRA	<i>icq</i>
32.	Kayla Putri S.	Anak Asuh PRA	<i>Kat</i>
33.	Apriyansyah D.S.	Anak Asuh PRA	X
34.	Krisna Sultan S.	Anak Asuh PRA	X
35.	Nadia M.	Anak Asuh PRA	<i>Nad</i>
36.	Zahra Halimah	Anak Asuh PRA	<i>Zahra</i>
37.	Agni Bataviani	Anak Asuh PRA	<i>Agni</i>
38.	Deprilla S.	Anak Asuh PRA	<i>Deprilla</i>
39.	Afifah Zahirah J.	Anak Asuh PRA	X

40.	M. Prasetyo	Anak Asuh PRA	✓
42.	M. Raffan P.	Anak Asuh PRA	Rafan
43.	Fauzan Syafiq R.	Anak Asuh PRA	Fa
44.	Aufar	Anak Asuh PRA	X
45.	Dahwi Pratama	Anak Asuh PRA	dhawi
46.	Ilham	Anak Asuh PRA	X
47.	Zaky	Anak Asuh PRA	✓
48.	Raihan	Anak Asuh PRA	Raihan
49.	Hanan	Anak Asuh PRA	Hanan
50.	Dani	Anak Asuh PRA	Dani
51.	Ruby	Anak Asuh PRA	RUBY
52.	Kalya Chiquita	Anak Asuh PRM	Kalya
53.	M. Luthfi	Anak Asuh PRM	Luthfi
54.	Akmal	Anak Asuh PRM	Akmal
55.	Novi	Anak Asuh PRM	Novi
56.	Kheisyha A.K.H	Anak Asuh PRM	Kheisyha
57.	Muhammad Pratesyo	Anak Asuh PRM	Muhammad
58.	Fahmi Muhammad	FK	Fahmi
59.	Noprizal Nasibah	FK	
60.	Ananda Putri	FK	

58 Arin & Ramadhan

LAMPIRAN 7. SEMINAR PROPOSAL

GERAKAN MAKAN SAYUR MELALUI PENINGKATAN PRODUKTIFITAS TA

No	Nama	Jabatan	Bidang Ke
1	Bety Semara Lakhsmi, MKM	Ketua	Kesehatan Masyarakat
2	Irena Ujjanti. M.Biomed	Anggota	Faal
3	dr. Zahra Nurushofa, Sp.PA	Anggota	Patologi Ana
4	Nofrizal	Anggota	Mahasiswa
5	Ananda Putri Nabila	Anggota	Mahasiswa Pendidikan Dokter
6	Fahmi	Anggota	Mahasiswa Pendidikan Dokter



You are screen sharing Stop Share

LAMPIRAN 8. FORMULIR KENDALI MUTU



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
LEMBAGA PENGABDIAN DAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT
 JL. Raya Bogor, KM 23 No. 99. Flayover Pasar Rebo, Jakarta Timur. 13830
 Tlp. (021) 8401780, Fax. 87781809, E-mail : lppm@uhamka.ac.id www.lppm.uhamka.ac.id

FORMULIR KENDALI MUTU PROPOSAL PENGABDIAN MASYARAKAT
LEMBAGA PENGABDIAN DAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA

A. Identitas Pengusul

Judul : Gerakan Makan sayur Melalui Peningkatan Produktifitas Tanaman Hidroponik
 Ketua Pengusul : dr. Bety Semara Lakshmi, MKM
 NIDN : 0328116806
 Program Studi : Kedokteran
 Fakultas : Kedokteran

B. Rubrik Kendali Mutu

No	Aspek yang Dicek	Ya	Tidak
1.	Proposal diusulkan oleh minimal dua dosen dengan latar belakang keilmuan yang berbeda.	√	
2.	Usulan melibatkan minimal dua orang mahasiswa aktif.	√	
3.	Usulan berbentuk hilirisasi dari kegiatan penelitian dan diutamakan berisi integrasi iptek dan AI-Islam Kemuhammadiyah.	√	
4.	Usulan bukan merupakan kegiatan duplikasi dari pelaksanaan pengabdian masyarakat sebelumnya atau bukan hasil plagiat	√	
5.	Usulan sesuai dengan panduan pengabdian masyarakat atau template proposal.	√	
6.	Usulan pengmas dilakukan dengan mengutamakan mitra persyarikatan Muhammadiyah atau desa binaan/kelompok binaan/ yang telah ditentukan oleh program studi/fakultas.	√	
7.	Usulan berisi target luaran wajib, yaitu publikasi di media massa, publikasi di jurnal ilmiah/prosiding nasional, dan video.	√	
8.	Usulan berpotensi memenuhi luaran lainnya, seperti HKI, produk terstandar, produk tersertifikasi, dan buku.	√	

Rekomendasi

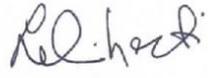
Kelayakan : Layak/~~Tidak layak~~
 Jumlah Dana : Rp. 8.000.000

Jakarta, 6 Oktober 2021

Diperiksa
 Ketua Program Studi


dr. Endin Nokik Stujanna, Ph.D

Diketahui
 Wakil Dekan III


dr. Leli Hesti Indriyati, MKK

Terakreditasi Institusi BAN-PT dengan Peringkat A

Visi : Universitas utama yang menghasilkan lulusan unggul dalam kecerdasan spiritual, intelektual, emosional, dan sosial.

LAMPIRAN 9. JUSTIFIKASI ANGGARAN

1. HONORARIUM				
Item Honor	Volume	Person	Honor (Rp)	Total (Rp)
1. Honorarium Ketua	1	1	300.000	300.000
2. Honorarium Anggota	1	2	250.000	500.000
3. Honor Narasumber	1	2	300.000	600.000
4. Honor Asisten Pelaksana	1	4	200.000	800.000
Sub Total (2.200.000)				
2. BELANJA ALAT DAN BAHAN HABIS PAKAI				
Item Bahan	Volume	Satuan	Harga @ (Rp)	Total (Rp)
Kesekretariatan dan cetak laporan	1	Paket	200.000	200.000
Leaflet	1	Paket	200.000	200.000
HAKI	1	1	500.000	500.000
Pembuatan Video	1	1	500.000	500.000
Spanduk	1	1	200.000	200.000
Benih	1	3	25.000	75.000
Media tanam	1	Paket	150.000	150.000
Rockwool	1	1	75.000	75.000
Kain flannel dan cup	1	Paket	50.000	50.000
Pupuk	1	1	50.000	50.000
Tinggi Badan	1	1	100.000	100.000
Timbangan	1	1	100.000	100.000
Sub Total (2.200.000)				
3. PERJALANAN				
Item Bahan	Volume	Satuan	Harga (Rp)	Total (Rp)
Transpot kegiatan	1	13	200.000	2.600.000
Sub Total (2.400.000)				
Total Keseluruhan Rp.7.000.000				