

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT

**TERAPI NONFARMAKOLOGI REBUSAN DAUN KERSEN UNTUK
MENURUNKAN HIPERKOLESTEROL PADA USIA DEWASA DI
KELURAHAN GUNUNG SULAH BANDAR LAMPUNGU**



Disusun Oleh :

Ketua : Ns.Reni Tri Subekti,M.Kes (0220107701)
Anggota Ns. Tiara, MNS (0218109101)

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DAN NERS
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU
TAHUN 2023**

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

1. Identitas PkM

A. Judul PkM

Terapi Nonfarmakologi Rebusan Daun Kersen Untuk Menurunkan hiperkolesterol Pada Usia Dewasa Di kelurahan Gunung Sulah Bandar

B. Waktu PkM

Tahun Usulan	Tahun Pelaksanaan	Semeslater	Lama Penelitian
2022	2023	Genap	6 bulan

C. Mata Kuliah

Kode MK	Mata Kuliah
2032318	Keperawatan Medikal Bedah

D. Dasar alqur'an

Surah dan ayat	al-Mu'min /40: 67
Ayat alquran	<p>وَأَعْمَلْتُمْ تَبَلًا لِّأَجْرٍ كُمْ طَفَّ مِ ي ثِيَابًا مِّنْ عَلٍ تَابَةً طَمَّ مِّن رَّ تُّكُمْ مِّن تَقِي ذِي خَلِّ وَ آلُهُ كَمَّ ي وَلَعَلُّمُ س مِ جَلَا أَوَّاعٌ وَلَّتْ بِلَّي مِّن قَبْلِ وَفَّ وَ مِّن كُمْ مِّن يُّتَّ أَشْيُو أَخ مَلَّتْ كُونُوا شِدَّكُمْ تَابًا أَوْ نَ (ت) ٦٧</p>
Artinya	<p>Dialah yang menciptakan kamu dari tanah kemudian dari setetes mani, sesudah itu dari segumpal darah, kemudian dilahirkannya kamu sebagai seorang anak, kemudian (kamu dibiarkan hidup) supaya kamu sampai kepada masa (dewasa), kemudian (dibiarkan kamu hidup lagi) sampai tua, di antara kamu ada yang diwafatkan sebelum itu. (kami perbuat demikian) supaya kamu sampai kepada ajal yang ditentukan dan supaya kamu memahami(nya)</p>
Hadis	

2. Identitas pelaksana PkM

Nama	Peran	Tugas
Reni Tri Subekti	Ketua Penelitian	Mengkoordinir pelaksanaan PkM
Nama	Peran	Tugas

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

Tiara	Anggota 1	Melakukan pelatihan
Lizda	Mahasiswa 1	Membantu mengkondisikan peserta pelatihan
Putri Ayu	Mahasiswa 2	Membantu mengkondisikan peserta pelatihan

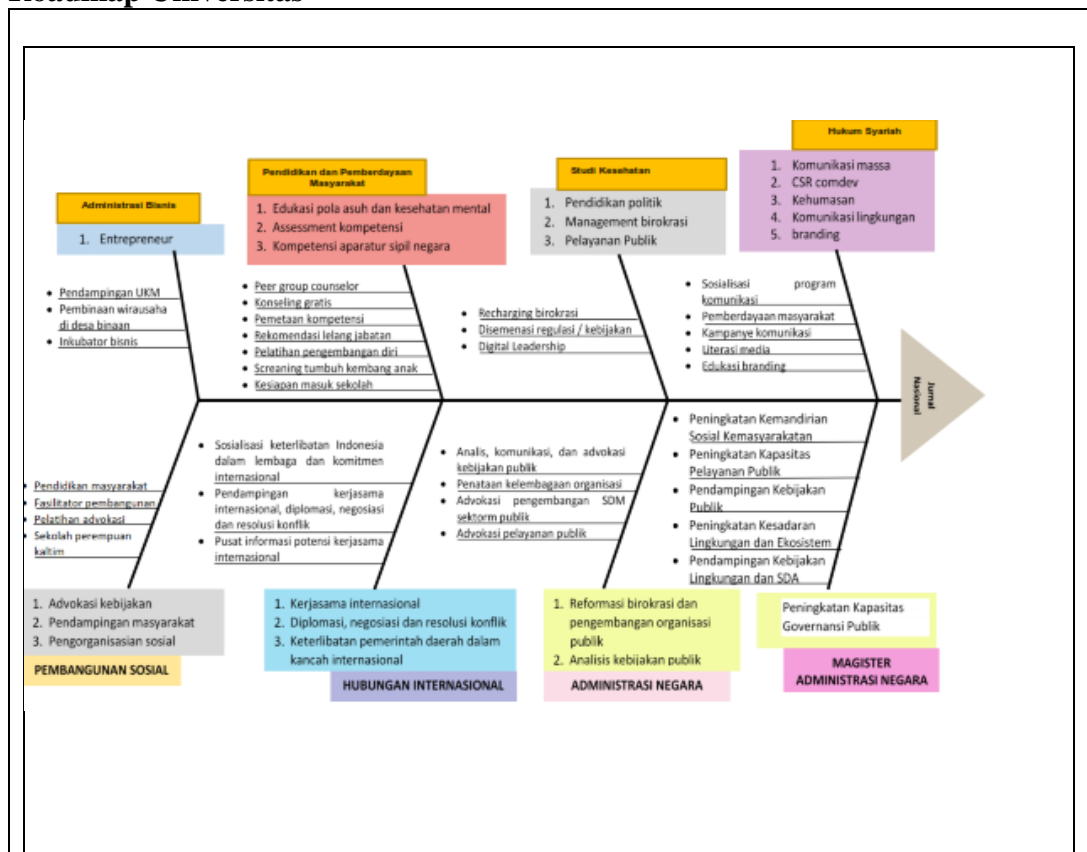
3. Mitra PkM

Institusi	Nama mitra	Kepakaran	e-mail dan no WA
Masjid Miftahul Iman	-	-	-

4. Luaran dan Target capaian

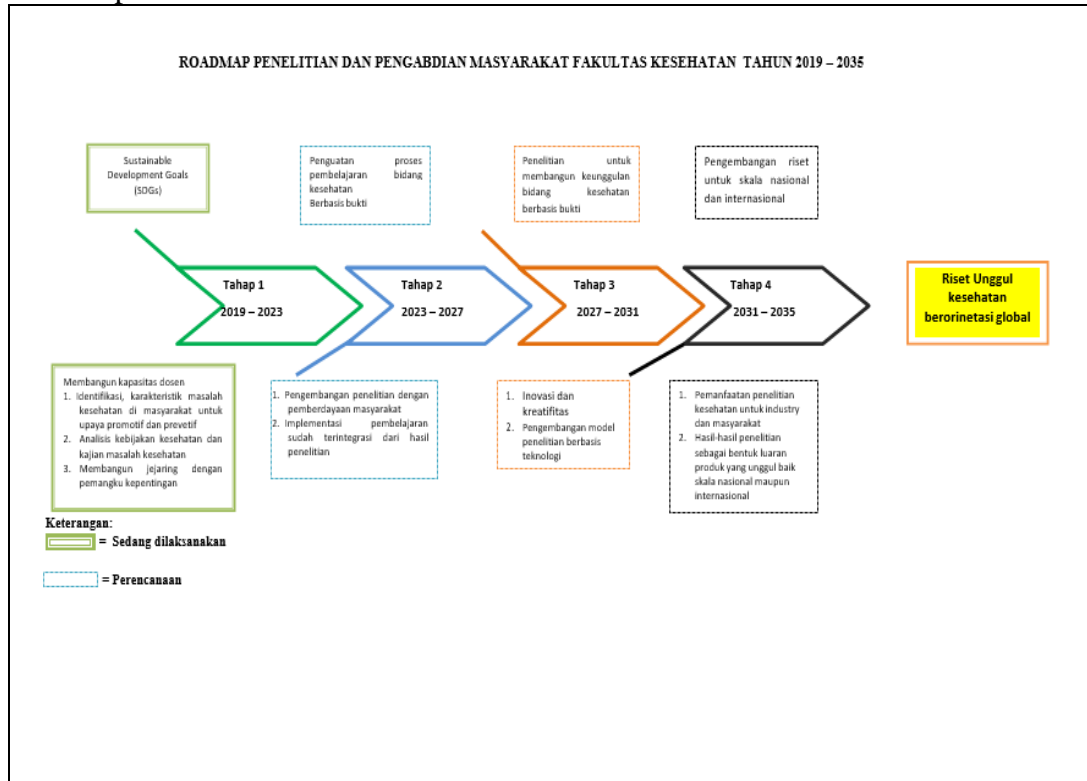
Tahun	Jenis Luaran
1	Jurnal nasional (sinta 1-4)
1	HKI

5. Roadmap Universitas

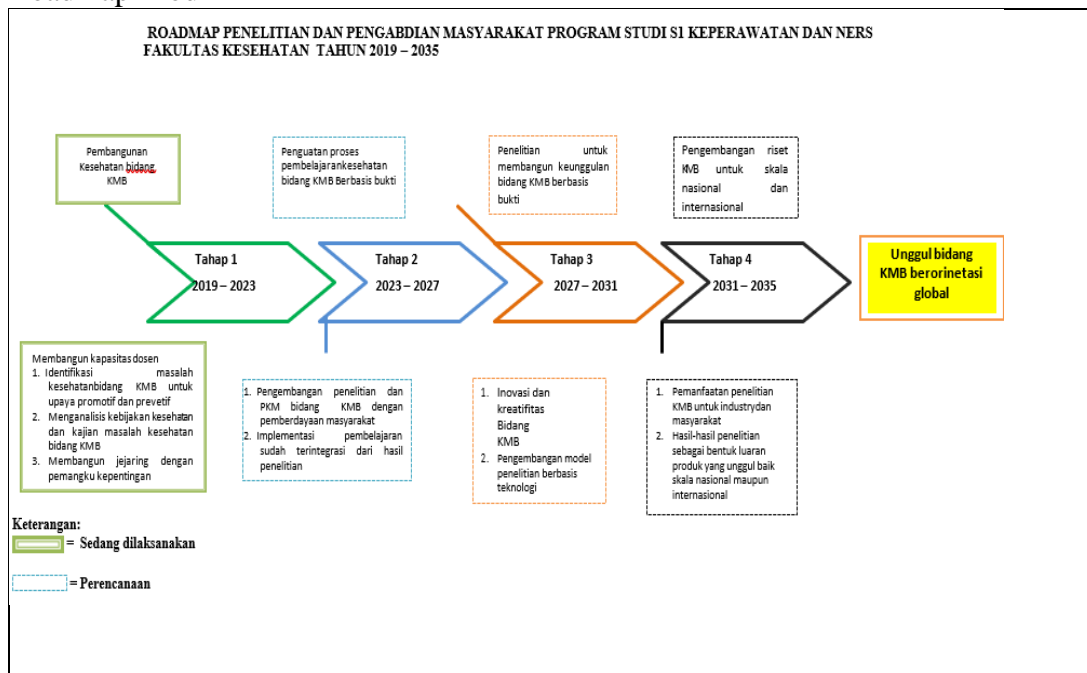



	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

6. Roadmap Fakultas

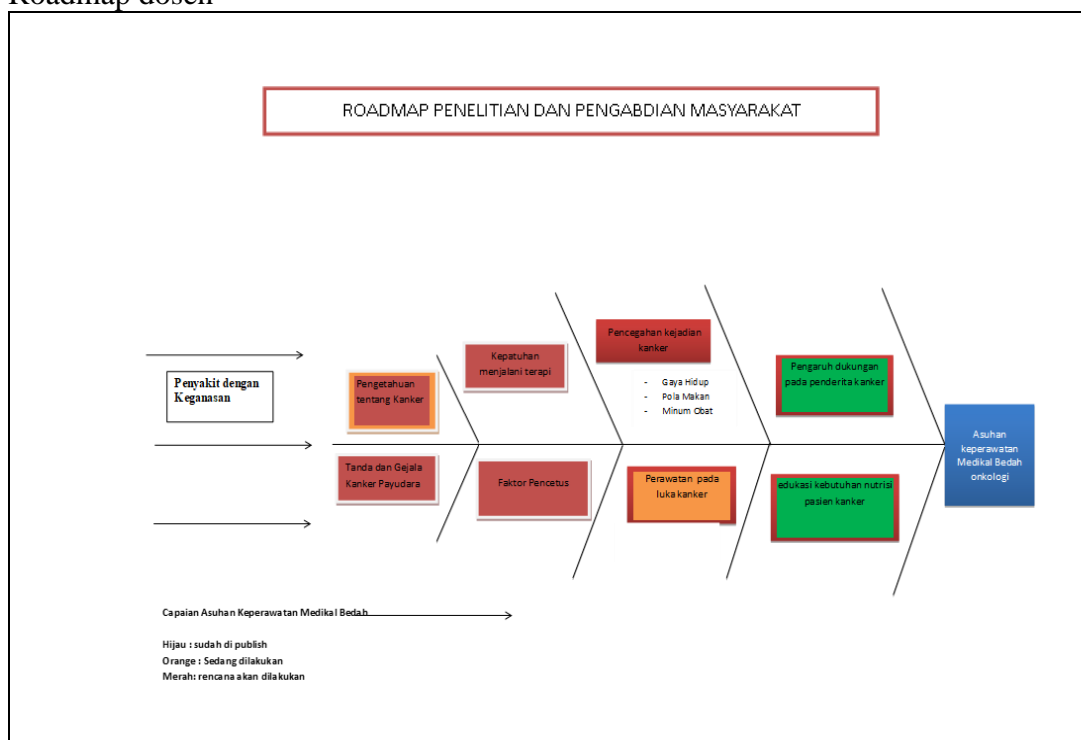


7. Roadmap Prodi




	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

8. Roadmap dosen



9. Anggaran Penelitian

NO	URAIAN	SATUAN	VOLUME	JUMLAH
1	Honor peneliti	1	Rp 1.500.000,00	Rp 1.000.000,00
2	Belanja barang habis pakai	1	Rp 3.000.000,00	Rp 1.500.000,00
3	Biaya perjalanan (survey, ambil data, transpot)	5	RP 300.000,00	Rp 1,500,000,00
4	Publikasi	1	Rp 1.000,000,00	Rp 500,000,00
5	Lain-lain	1	Rp 1.000.000,00	Rp 500.000,00
	Jumah			Rp 5.000.000,00

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

10. Halaman pengesahan

HALAMAN PENGESAHAN	
<p>1. Judul Penelitian : Terapi Nonfarmakologi Rebusan Daun Kersen Untuk Menurunkan Hiperkolesterol Pada Usia Dewasa Di kelurahan Gunung Sulah Bandar Lampung</p> <p>1. Bidang Peneltian : Kesehatan/Keperawatan</p> <p>2. Ketua Peneliti</p> <p>a. Nama lengkap : Ns.Reni Tri Subekti,M.Kes</p> <p>b. NIDN : 0217017</p> <p>c. Jabatan /golongan : Asisten Ahli/ III.B</p> <p>d. Program Studi : S1 Keperawatan</p> <p>e. No Hp : 082180222622</p> <p>3. Anggota Peneliti 1</p> <p>a. Nama lengkap : Ns. Tiara,MNS</p> <p>b. NIDN : 0218109101</p> <p>4. Lokasi PkM : Masjid Miftahul Iman Bandar Lampung</p> <p>5. Jumlah biaya yang diusulkan : Rp.5.000.000</p>	
<p>Pringsewu, Februari 2023</p> <p>Mengetahui</p>	
<p>Dekan FKes,</p>  <p>Elmi Nuryati, M.Epid, Ph.D NIDN. 0215117601</p> 	<p>Kepala LPPM UMPRI</p>  <p>Borwan Adiputra, M.Pd., Kons. NIDN 0213108601</p> 

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

4. Isi Penelitian

a. Latar Belakang

Hiperkolesterolemia adalah suatu kondisi dimana meningkatkan konsentrasi kolesterol dalam darah yang melebihi nilai normal dimana kadar kolesterol total >200mg/dl (WHO, 2011).

Kolesterol tinggi atau hiperkolesterol adalah molekul sejenis lipid yang ditemukan dalam aliran darah dan sel tubuh (Sofi, 2016). Hiperkolesterol merupakan kelainan metabolisme lipid (lemak) yang ditandai dengan peningkatan kadar kolesterol total, trigliserida, dan kadar kolesterol dalam darah. kolesterol diproduksi oleh hati dan dibutuhkan untuk proses metabolisme tubuh, seperti membantu pembentukan sel baru dan hormon (Sofi, 2016).

Kadar kolesterol yang terlalu tinggi dan berlebihan didalam darah sangat berbahaya bagi kesehatan jantung dan pembuluh darah. Hiperkolesterol menjadi salah satu penyebab masalah metabolik yang menyebabkan timbulnya penyakit jantung, pembuluh darah serta penyakit – penyakit yang berhubungan dengan adanya sumbatan pada pembuluh darah (Munarsih & Rini, 2019).

Saat ini prevalensi hiperkolesterol masih tinggi. Prevalensi hiperkolesterol didunia sekitar 45%, diasia tenggara sekitar 30%, dan di indonesia sekitar 35% (Kemenkes RI, 2017; Balitbangkes 2013; WHO, 2019). Menurut data provinsi, persentase penunjang dengan hiperkolesterolemia di posbindu dan FKTP di indoneisa paling tinggi di Provinsi Papua barat yaitu 70%, sedangkan di Provinsi Lampung telah mencapai 53,2% dari 866 orang yang melakukan pemeriksaan. Lampung menduduki peringkat ke-7 dari seluruh Provinsi di Indonesia (Kemenkes, 2016).

Penyebab Hiperkolesterolemia diduga akibat perubahan gaya hidup, pola makan, faktor lingkungan, kurangnya aktivitas fisik dan faktor stres. Terlalu banyak mengonsumsi makanan mengandung lemak dan kolesterol serta kurangnya asupan serat dapat menyebabkan kolesterol tinggi. Biasanya, lemak jenuh terkandung dalam makanan yang berasal dari produk olahan hewani seperti sapi, susu, telur, mentega, dan keju. Makanan dalam kemasan dengan mengandung minyak kelapa, kelapa sawit, atau mentega coklat mungkin memiliki lemak jenuh di dalamnya (Sari, 2019).

Orang yang mempunyai berat badan lebih, seringkali mempunyai kadar kolesterol darah yang lebih tinggi bila dibandingkan dengan orang yang berat badannya normal. Hal ini akan terjadi apabila tidak diimbangi dengan olahraga. Kelebihan berat badan bisa meningkatkan trigliserida dan menurunkan HDL. Kekurangan gerak fisik dapat meningkatkan kadar LDL atau kolestrol jahat serta menurunkan kadar HDL atau kolesterol baik. (Sari, 2019).

Ketika seseorang berusia 20 tahun, kadar kolesterolnya akan mulai mengalami kenaikan. Bagi para pria, tingkat kolesterol secara umum akan berhenti setelah

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

usia 50 tahun. Sementara bagi para wanita, tingkat kolesterol berada dalam kondisi cukup rendah sampai masa menopause tiba. Setelah masa itu kadar kolesterol akan merambat naik sampai kira-kira menyamai keadaan yang dialami oleh para pria (Sari, 2019).

Terdapat dua cara untuk mengatasi Hiperkolesterolemia, yaitu dengan pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi dilakukan dengan konsumsi obat yang mengandung antioksidan (Yuliana, 2017). Akan tetapi obat memiliki dampak buruk terhadap ginjal, mengingat dimana fungsi ginjal adalah sebagai filter racun. Hal ini juga ditunjukkan semakin meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang efek samping obat terhadap ginjal jika dikonsumsi jangka panjang (Susiwati et al., 2020).

Pengobatan hiperkolesterolemia secara non farmakologi dapat dilakukan dengan konsumsi makanan rendah kolesterol, meningkatkan aktivitas fisik, dan menggunakan tanaman herbal (Benge et al., 2020). Salah satu bahan herbal yang dapat digunakan sebagai alternatif pengobatan hiperkolesterolemia secara non farmakologi adalah daun kersen (Ninin, 2020).

b. Metode

Metode pada penyuluhan ini adalah

1. Ceramah

Presentator : Reni Tri Subekti

Materi : Ceramah dilakukan dengan menjelaskan pengertian tentang hiperkolesterol, hasil pemeriksaan normal kadar kolesterol darah, penyebab hiperkolesterol, tanda dan gejala dari hiperkolesterol, bahaya hiperkolesterol, pencegahan hiperkolesterol dengan terapi nonfarmakologi rebusan daun kersen.

2. Tanya Jawab

Penanya : Nasrul 42th

Menanyakan dirinya sering makan berlemak, sering mengeluh kesemutan, rasa kaku ditengok, pusing, apakah tanda dari hiperkolesterol?

Jawab: Tanda gejala hiperkolesterol adalah tangan dan kaki terasa sakit, sering kesemutan, sering sakit kepala, pegal dipunggung dan leher, nyeri didada kiri, muncul benjolan berlemak pada tubuh, muncul gumpalan lemak putih disekitar mata.

Penanya : Uun 54th

Menanyakan manfaat rebusan daun kersen untuk kolesterol dan yang dipilih daun yang seperti apa?

Jawab : Daun kersen mengandung senyawa flavonoid, saponin, dan tanin yang mempunyai daya anti bakteri dan anti inflamasi. Senyawa yang terkandung dalam daun kersen (*M. calabura L.*) dan diduga berperan dalam penurunan kadar kolesterol adalah flavonoid dan saponin. Saponin dari ekstrak daun kersen dapat membantu menurunkan kadar kolesterol serta mengurangi penimbunan lemak dalam pembuluh darah dengan menurunkan tingkat absorpsi kolesterol dan meningkatkan ekskresi, daun yang dipilih sebaiknya yang hijau tua karena tinggi antioksidannya.

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

Penanya : Usrek 57th

Menanyakan berapa nilai normal pemeriksaan dari kolesterol dan pemeriksaan rutin sebaiknya berapa kali.

Jawab : hasil pemeriksaan kolesterol normal baik laki-laki atau wanita baik jika <200 mg/dl, jika 200-239 mg/dl agak tinggi, dan >240mg/dl dikatakan tinggi dan sebaiknya 1 bulan sekali melakukan cek kolesterol.

3. Pemeriksaan Kolesterol Darah

Setelah pemberian materi dan dilakukan tanya jawab, semua peserta dilakukan pemeriksaan Kolesterol darah. Setelah dilakukan pencatatan didapatkan 12 orang yang mengalami hiperkolesterol. Kolesterol lebih dari nilai normal (>200mg/dl). Media yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan tentang terapi nonfarmakologi rebusan daun kersen untuk menurunkan kolesterol di Aula Masjid Miftahul Iman Gunung Sulah Bandar Lampung yaitu menggunakan LCD, Laptop, Alat cek kolesterol, Leaflet hiperkolesterol dan daun kersen.

c. Hasil dan Pembahasan

Hiperkolesterolemia adalah suatu kondisi dimana kadar kolesterol darah melebihi nilai normal >200 mg/dl, kadar kolesterol yang tinggi akan membentuk aterosklerosis yang dapat menyebabkan hipertensi dan penyumbatan pembuluh darah otak, jantung dan pembuluh darah tungkai (Dyah & Prihatin, 2018).

Kadar kolesterol yang terlalu tinggi dan berlebihan didalam darah sangat berbahaya bagi kesehatan jantung dan pembuluh darah. Hiperkolesterol menjadi salah satu penyebab masalah metabolik yang menyebabkan timbulnya penyakit jantung, pembuluh darah serta penyakit – penyakit yang berhubungan dengan adanya sumbatan pada pembuluh darah (Munarsih & Rini, 2019).

Dari penelitian yang dilakukan oleh badan penelitian dan perkembangan kesehatan menunjukkan bahwa saat ini faktor resiko perkembangan penyakit tidak menular di Indonesia kian mengkhawatirkan. Salah satunya adalah hiperkolesterolemia (Kemenkes, 2017). Ketika seseorang berusia 20 tahun, kadar kolesterolnya akan mulai mengalami kenaikan. Bagi para pria, tingkat kolesterol secara umum akan berhenti setelah usia 50 tahun. Sementara bagi para wanita, tingkat kolesterol berada dalam kondisi cukup rendah sampai masa menopause tiba. Setelah masa itu kadar kolesterol akan merambat naik sampai kira-kira menyamai keadaan yang dialami oleh para pria (Sari, 2019). Dewasa ialah masa dimana ia telah menyelesaikan pertumbuhannya dan mengharuskan dirinya untuk berkecimpung dengan masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya. (Maulidya, 2016).

Penyebab Hiperkolesterolemia diduga akibat perubahan gaya hidup, pola makan, faktor lingkungan, kurangnya aktivitas fisik dan faktor stres. Gaya hidup kurang aktivitas, terlalu banyak mengonsumsi makanan mengandung lemak dan kolesterol serta kurangnya asupan serat. Tanda gejala hiperkolesterol adalah tangan dan kaki terasa sakit, sering kesemutan, sering sakit kepala, pegal

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

dipunggung dan leher, nyeri didada kiri, muncul benjolan berlemak pada tubuh, muncul gumpalan lemak putih disekitar mata.

Terdapat dua cara untuk mengatasi Hiperkolesterolemia, yaitu dengan pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi dilakukan dengan konsumsi obat yang mengandung antioksidan (Yuliana, 2017). Akan tetapi obat memiliki dampak buruk terhadap ginjal, mengingat dimana fungsi ginjal adalah sebagai filter racun. Hal ini juga ditunjukkan semakin meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang efek samping obat terhadap ginjal jika dikonsumsi jangka panjang (Susiwati et al., 2020).

Pengobatan hiperkolesterolemia secara non farmakologi dapat dilakukan dengan konsumsi makanan rendah kolesterol, meningkatkan aktivitas fisik, dan menggunakan tanaman herbal (Benge et al., 2020). Salah satu bahan herbal yang dapat digunakan sebagai alternatif pengobatan hiperkolesterolemia secara non farmakologi adalah daun kersen (Ninin, 2020).

d. Kesimpulan


Kegiatan Penyuluhan tentang terapi nonfarmakologi rebusan daun kersen untuk menurunkan hiperkolesterol pada usia dewasa dan pelaksanaan pemeriksaan kolesterol darah di Kelurahan Gunung Sulah Bandar Lampung meliputi penyuluhan dan pemeriksaan kolesterol darah oleh Dosen Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung Prodi S1 Keperawatan sebagai upaya pelaksanaan Catur Dharma Perguruan Tinggi yang Ketiga berupa pengabdian kepada masyarakat memberikan manfaat yang sangat besar kepada para remaja putri untuk dapat mengetahui apa itu pengertian, penyebab, tanda gejala pengobatan dan juga pencegahan dari hiperkolesterol.

e. Daftar Pustaka

- Amin, A. R., Kassab, R. B., Abdel-Moneim, A. E., & Amin, H. K. (2020). Comparison Among Garlic, Berberine, Resveratrol, Hibiscus Sabdariffa, Genus Zizyphus, Hesperidin, Red Beetroot, Catha Edulis, Portulaca Oleracea, And Mulberry Leaves in the Treatment of Hypertension and Type 2 DM: A Comprehensive Review. *Natural Product Communications*, 15(4). DOI: 10.1177/1934578X20921623
- Andri, J., Padila, P., Sartika, A., Andrianto, M. B., & Harsismanto, J. (2021). Changes of Blood Pressure in Hypertension Patients Through Isometric Handgrip Exercise. *JOSING: Journal of Nursing and Health*, 1(2), 54-64. <https://doi.org/10.31539/josing.v1i2.2326>
- Aumeeruddy, M. Z., & Mahomoodally, M. F. (2020). Traditional Herbal Therapies for Hypertension: A Systematic Review of Global Ethnobotanical Field Studies. *South African Journal of Botany*, 135, 451-464. DOI: 10.1016/j.sajb.2020.09.008
- Dinkes Pringsewu (2022), Profil Kesehatan Kabupaten Pringsewu tahun 2022.

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

- GBD 2017 Risk Factor Collaborators. Global, regional and national comparative risk assessment of 84 behavioural, environmental and occupational, and metabolic risks or clusters of risks for 195 countries and territories, 1990-2017: a systematic analysis for the global burden of disease study 2017. *Journal of Lancet*. 2018; 392:1923-94.
- J. Dziedziak, A. Zaleska-Zmijewska, J.P. Szaflik, A. Cudnoch-Jędrzejewska, Impact of Arterial Hypertension on the Eye: A Review of the Pathogenesis, Diagnostic Methods, and Treatment of Hypertensive Retinopathy, *Med. Sci. Monit.* 28 (2022) 1–12. <https://doi.org/10.12659/MSM.935135>
- Kemkes RI, Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018, Kementerian Kesehat. RI. 53 (2018) 1689–1699.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Profil Kesehatan Indonesia 2018. Retrieved from https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/PROFIL_KESEHATAN_2018_1.pdf
- Matin. (2012). Efektifitas Pemberian Terapi Relaksasi Progresif Terhadap Tekanan darah
- Mayrani, E.D. dan Hartati, E. (2013). Intervensi Terapi Audio dengan Murottal Surah Ar-Rahman Terhadap Perilaku Anak Autis. *Jurnal Keperawatan*. Soedirman, 8(2), 69-76.
- Nuraima A. (2012) Faktor risiko hipertensi pada masyarakat di Desa Kabongan Kidul kabupaten Rembang [Laporan Penelitian]. Semarang: Universitas Diponegoro
- Permata, F., Andri, J., Padila, P., Andrianto, M. B., & Sartika, A. (2021). Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Menggunakan Teknik Alternate Nostril Breathing Exercise. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 3(2), 60-69. <https://doi.org/10.31539/jka.v3i2.2973>.
- Potter, P.A, Perry, A.G. (2005). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik. Edisi 4. Volume 2. Alih Bahasa: Renata Komalasari, dkk. Jakarta: EGC
- Potter, P.A, Perry, A.G. (2005). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik. Edisi 4. Volume 2. Alih Bahasa: Renata Komalasari, dkk. Jakarta: EGC
- Sadriyah. (2014). Pengaruh Terapi Murottal Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pasien Hipertensi di RSUD Kraton Pekalongan. Universitas Muhammadiyah Semarang (Skripsi).
- Suganya, V., Firdous, J., Karpagam, T., Varalakshmi, B., Shanmugapriya, A., Gomathi, S., & Sugunabai, J. (2018). Genotyping of Angiotensin Converting Enzyme (ACE 1) Gene in study subject with hypertension and chronic kidney disease. *Research Journal of Pharmacy and Technology*, 10(8), 2607-2610. DOI: 10.5958/0974-360X.2017.00462.0
- Sumathy, P., & Monika, M. (2019). A Prospective Study on Comparative Efficacy between three Combinational Therapies for Hypertension.

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

Research Journal of Pharmacy and Technology, 10(1), 273-276. DOI: 10.5958/0974-360X.2017.00056.7

Widyastuti, I. W. (2015). Pengaruh terapi murottal surah ar-rahman terhadap perubahan tekanan darah pada lanjut usia (lansia) penderita hipertensi di posyandu lansia kenanga wilayah kerja upk puskesmas siantan hulu kecamatan Pontianak utara. *ProNers*, 3(1).

World Health Organization, Global Status Report On Noncommunicable Diseases 2014, (2014).

f. Dokumentasi



Gambar 1. Pengabdian sedang melakukan Penjelasan

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15



Gambar 2. Peserta sedang mendengarkan murottal

b. Publikasi PkM

Jenis Publikasi	Nama Jurnal	Link
Jurnal online		
HKI	HKI	
Youtube		