

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

## LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT


### Penyuluhan Tentang Anemia Dan Pelaksanaan Pemeriksaan Hemoglobin Pada Remaja Putri



Disusun Oleh :

**Ketua : Ns.Reni Tri Subekti, M.Kes (0220107701)**  
**Anggota Fini Widya Fransiska,M.Pd.BI (0215059001)**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DAN NERS**  
**FAKULTAS KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU**  
**TAHUN 2021**

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

## 1. Identitas PkM

### A. Judul PkM

Penyuluhan Tentang Anemia Dan Pelaksanaan Pemeriksaan Hemoglobin Pada Remaja Putri

### B. Waktu PkM

Tahun Usulan	Tahun Pelaksanaan	Semeslater	Lama Penelitian
2020	2021	Ganjil	6 bulan

### C. Mata Kuliah


Kode MK	Mata Kuliah
2033436	Keperawatan Dewasa system kardiovaskuler, respirasi dan Hematologi

### D. Dasar alqur'an

Surah dan ayat	al-Mu'min /40: 67
Ayat alquran	<p>وَأَعْمَلْتُمْ بِلِّبِّتِ لَا تَجْرُجْ كَمْ طِفْلٍ مِّمَّيْ تِةَ قَمَّ مِّنْ عَلِّ تِةَ طَمَّ مِّنْ نَّ رَ تُّ كَمَّ مِّنْ تِ قِي ذِي خَلِّ وَ آلَ هُ كَمَّ يَ وَلَعَلِّ مِّسْ مَّ جَلَا أَوَّاعٍ وَلَّتْ بِلِّبِّ يَ مِّنْ قَبْلِ أَوْفٍ وَمِّنْ كَمَّ مِّنْ بَيْتِ أَشْيُو أَخَّ مَلَّتْ كُونُوا شُدُّ كَمَّ تِ أُونِ) ٦٧ ت</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

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

Nama	Peran	Tugas
Fini Widya F	Anggota 1	Melakukan penyuluhan
Jenni Aurelia Fatimah	Mahasiswa 1	Membantu mengkondisikan peserta penyuluhan
Sukma Nuril Ulum	Mahasiswa 2	Membantu mengkondisikan peserta penyuluhan

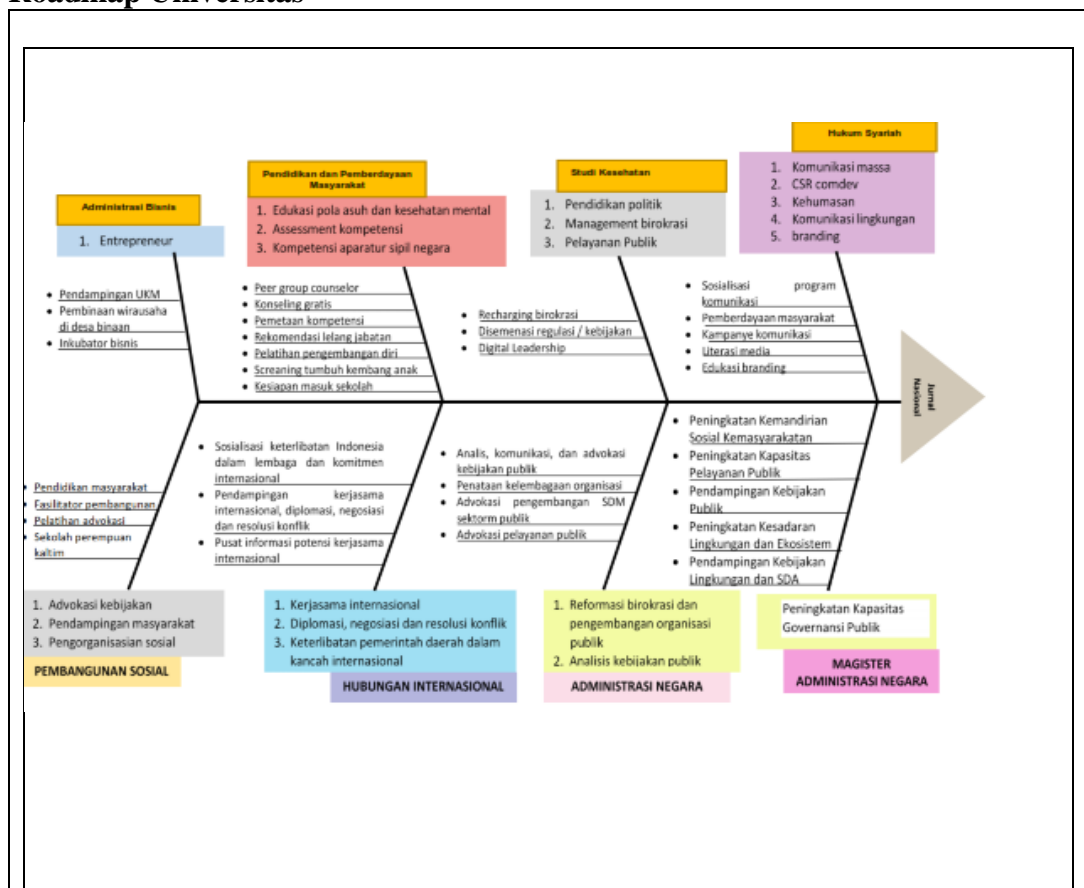
### 3. Mitra PkM


Institusi	Nama mitra	Kepakaran	e-mail dan no WA
-		-	-

### 4. Luaran dan Target capaian

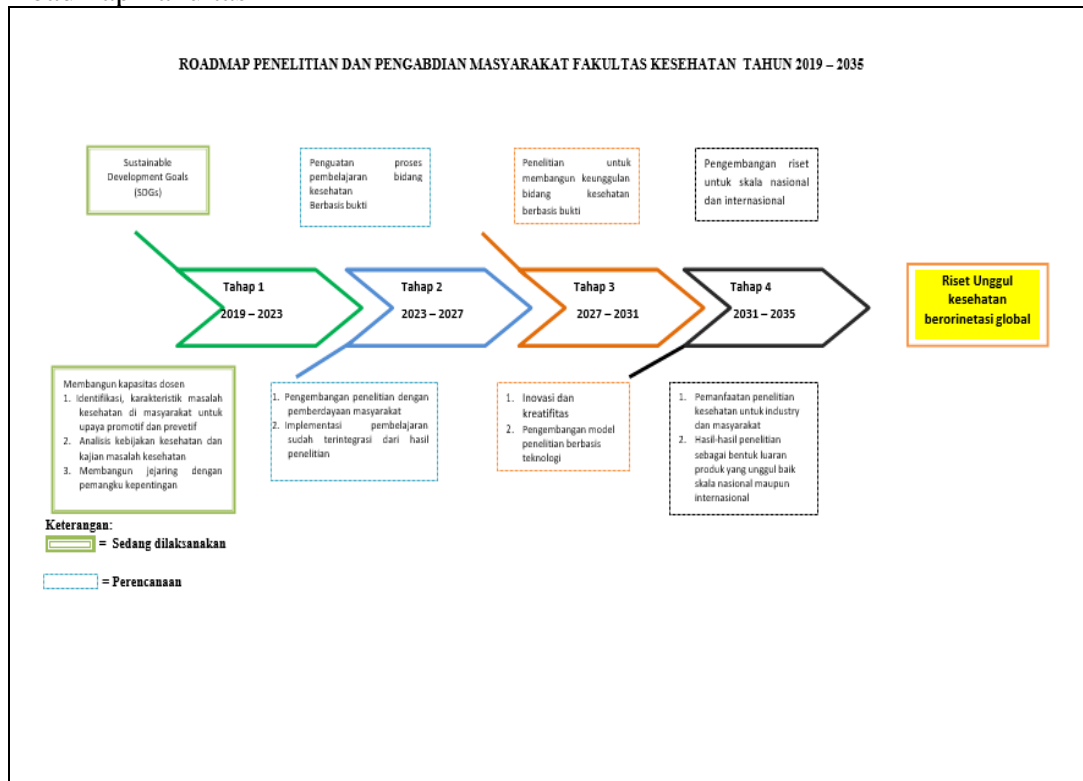
Tahun	Jenis Luaran
1	Jurnal nasional (sinta 1-4)
1	HKI
1	Youtube

### 5. Roadmap Universitas

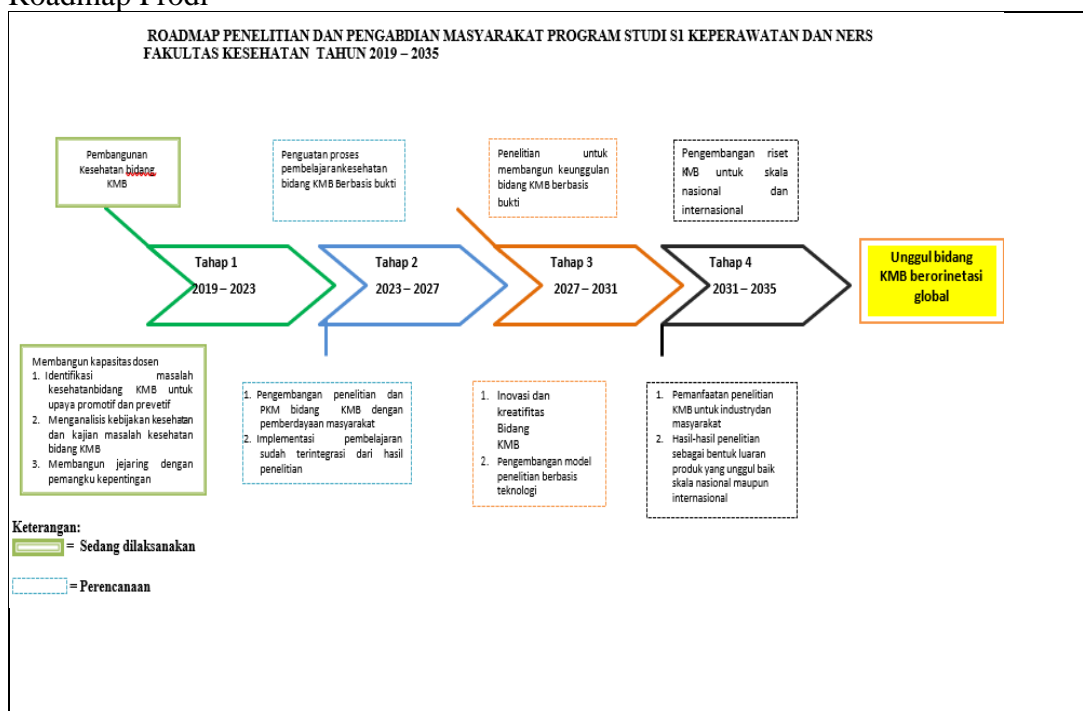



	<b>UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG</b>	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
<b>FORMULIR SPMI</b>		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

## 6. Roadmap Fakultas

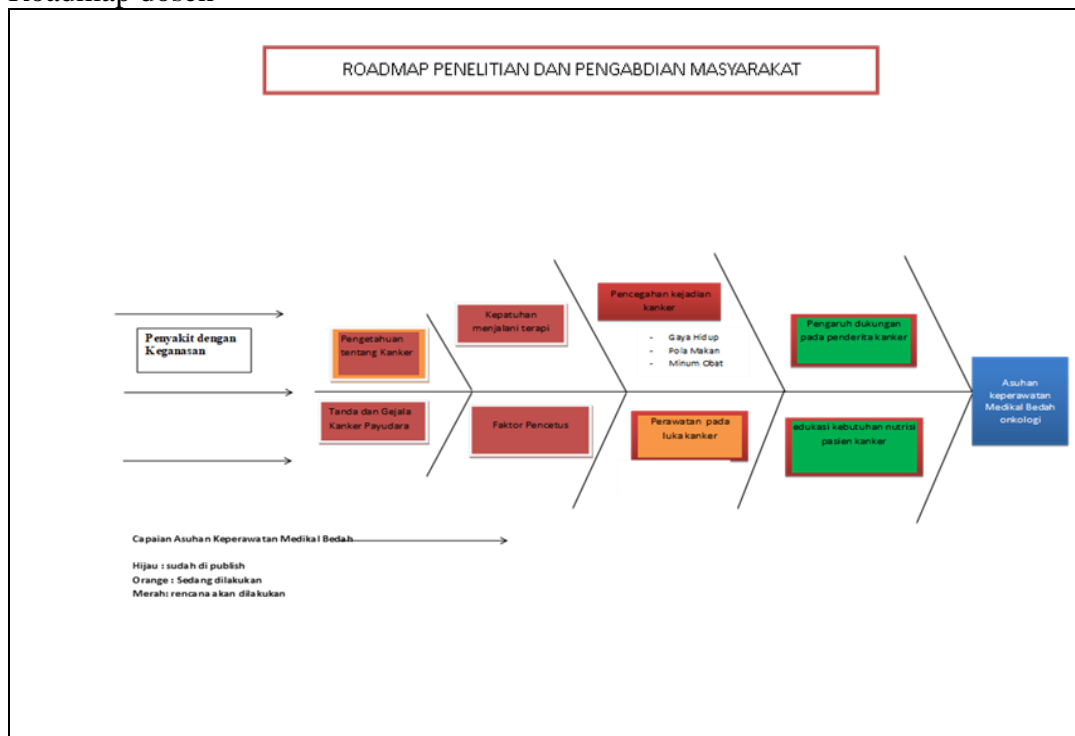


## 7. Roadmap Prodi



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

## 8. Roadmap dosen






## 9. Anggaran PKM

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

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

10. Halaman pengesahan

<b>HALAMAN PENGESAHAN</b>	
1. Judul Penelitian	: Penyuluhan Tentang Anemia dan Pelaksanaan Pemeriksaan Haemoglobin pada remaja putri
1. Bidang Penelitian	: Kesehatan/Keperawatan
2. Ketua Peneliti	
a. Nama lengkap	: Ns.Reni tri Subekti,M.Kes
b. NIDN	: 0220107701
c. Jabatan /golongan	: Asisten Ahli/ III b
d. Program Studi	: S1 Keperawatan
e. No Hp	: 082180222622
3. Anggota Peneliti 1	
a. Nama lengkap	: Fini Widya fransiska,M.Pd.BI
b. NIDN	: 0215059001
4. Lokasi PkM	: TPA Miftahul Iman Bandar Lampung
5. Jumlah biaya yang diusulkan	: Rp.5.000.000
Pringsewu, desember 2021 Mengetahui	
Dekan FKes,   Elni Nuryati, M.Epid,Ph.D NIDN. 0215117601	Kepala LPPM UMPRI   Borwan Adiputra, M.Pd., Kons. NIDN. 0215108601

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

#### 4. Isi PKM

##### a. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa perpindahan antara anak-anak dan dewasa. Remaja menurut WHO adalah berusia 10-19 tahun, terdiri dari 19% populasi dunia yang diperkirakan berjumlah sekitar 1,2 milyar jiwa. Pada masa ini akan terjadi perubahan fisik, pertumbuhan yang terjadi akan mempengaruhi status kesehatan dan gizi remaja tersebut, pada anak perempuan pertumbuhannya lebih cepat daripada anak laki-laki

Usia remaja (10-19 tahun) merupakan periode rentan gizi. Hal ini disebabkan karena pada usia remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi. Perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan remaja mempengaruhi suatu asupan maupun kebutuhan gizinya. Masalah gizi yang paling sering terjadi pada remaja adalah kurangnya asupan gizi yang mengakibatkan kurang gizi yaitu terlalu kurus dan dapat terkena anemia karena kekurangan zat besi.


Data Riskesdas 2018 mengenai anemia pada remaja mengalami peningkatan yang sebelumnya dari 37,1% di tahun 2013 menjadi 48,9% dengan proporsi anemia ada dikelompok umur 15-24 tahun. Hal tersebut menguatkan bahwa kesehatan remaja sangat menentukan keberhasilan pembangunan kesehatan, terutama dalam mencetak kualitas generasi penerus bangsa dimasa depan

Anemia merupakan masalah kesehatan utama yang menimpa anak-anak di negara berkembang, termasuk Indonesia, dan merupakan suatu keadaan medis dimana terjadi penurunan masa eritrosit yang ditunjukkan oleh penurunan kadar haemoglobin (Hb). Pada laki-laki Hb normal adalah 14-18 g/dl sedangkan pada perempuan adalah 12-16 g/dl.

Penyebab rendahnya kadar hemoglobin dalam darah salah satunya adalah asupan yang tidak mencukupi. Asupan zat gizi sehari-hari sangat dipengaruhi oleh kebiasaan makan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan remaja adalah pengetahuan. Pengetahuan yang kurang dan salah menyebabkan remaja memilih makan diluar yang tidak sehat.

Hampir 23% remaja putri di Indonesia mengalami anemia alias kurang darah. Dengan jumlah remaja putri kurang lebih 21 juta, terdapat setidaknya 4,8 juta yang kekurangan jumlah sel darah merah (yang mengandung protein hemoglobin / Hb). Sel ini yang memungkinkan oksigen dari jantung diangkut ke seluruh bagian tubuh (The Conversation,2019)

Remaja putri memiliki resiko terkena anemia sepuluh kali lipat dibandingkan remaja putra. Adanya siklus menstruasi setiap bulan merupakan salah satu faktor penyebab remaja putri terkena anemia. Akibatnya remaja putri membutuhkan zat besi lebih tinggi, sementara jumlah makanan yang dikonsumsi lebih sedikit. Anemia pada remaja berdampak buruk terhadap penurunan imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran remaja dan produktifitas (Kemenkes,2016)

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

### c. Metode

Metode kegiatan penyuluhan dan pelaksanaan pemeriksaan haemoglobin pada remaja putri dilakukan sebagai berikut:

Tempat atau Waktu Kegiatan Pendidikan Kesehatan

a. Tempat : Aula Masjid Miftahul Iman Gunung Sulah

b. Hari/ tanggal : Sabtu, 13 Maret 2021

c. Waktu : Pukul 14.00 s.d selesai

d. Peserta : Remaja putri anggota TPA Miftahul Iman di Lingkungan II kelurahan Gunung Sulah

Pembukaan:

Membuka kegiatan dengan mengucapkan salam, memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan dari penyuluhan menjelaskan materi penyuluhan, bertanya kepada peserta apakah sudah mengetahui tentang anemia

Pelaksanaan : Penyampaian materi :

Menjelaskan pengertian anemia, memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya, menjelaskan tentang penyebab dari anemia, memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya, menjelaskan tentang tanda dan gejala dari anemia, memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya, menjelaskan akibat dari anemia pada remaja putri, memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya, menjelaskan tentang pencegahan anemia, memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya.

Evaluasi :

Menanyakan kepada peserta tentang materi yang telah diberikan, dan reinforcement kepada peserta yang dapat menjawab


Terminasi :

Mengucapkan terima kasih atas peran sertanya, mengucapkan salam penutup

Sasaran dalam penyuluhan tentang anemia dan pelaksanaan pemeriksaan hemoglobin pada remaja putri di TPA Miftahul Iman kelurahan Gunung Sulah Bandar Lampung tahun 2020/2021 adalah kelompok remaja putri anggota TPA Miftahul Iman di Lingkungan II kelurahan Gunung Sulah Bandar Lampung, karena berdasarkan penelitian bahwa remaja putri cenderung beresiko anemia dibanding remaja putra, dan kurang mengetahui penyebab dan pencegahan dari anemia. Selain itu, alasan program ini memilih kelompok remaja putri di lingkungan II kelurahan Gunung Sulah sebagai sasaran agar para remaja putri mampu mengenali tanda dan gejala anemia serta meningkatkan asupan kebutuhan nutrisinya secara sehat.

### d. Hasil dan Pembahasan

Masa remaja adalah masa perpindahan antara anak-anak dan dewasa. Remaja menurut WHO adalah berusia 10-19 tahun, terdiri dari 19% populasi dunia yang diperkirakan berjumlah sekitar 1,2 milyar jiwa. Pada masa ini akan terjadi perubahan fisik, pertumbuhan yang terjadi akan mempengaruhi status kesehatan

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

dan gizi remaja tersebut, pada anak perempuan pertumbuhannya lebih cepat daripada anak laki-laki

Usia remaja (10-19 tahun) merupakan periode rentan gizi. Hal ini disebabkan karena pada usia remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi. Perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan remaja mempengaruhi suatu asupan maupun kebutuhan gizinya. Masalah gizi yang paling sering terjadi pada remaja adalah kurangnya asupan gizi yang mengakibatkan kurang gizi yaitu terlalu kurus dan dapat terkena anemia karena kekurangan zat besi.

Data Riskesdas 2018 mengenai anemia pada remaja mengalami peningkatan yang sebelumnya dari 37,1% di tahun 2013 menjadi 48,9% dengan proporsi anemia ada dikelompok umur 15-24 tahun. Hal tersebut menguatkan bahwa kesehatan remaja sangat menentukan keberhasilan pembangunan kesehatan, terutama dalam mencetak kualitas generasi penerus bangsa dimasa depan

Anemia merupakan masalah kesehatan utama yang menimpa anak-anak di negara berkembang, termasuk Indonesia, dan merupakan suatu keadaan medis dimana terjadi penurunan masa eritrosit yang ditunjukkan oleh penurunan kadar haemoglobin (Hb). Pada laki-laki Hb normal adalah 14-18 g/dl sedangkan pada perempuan adalah 12-16 g/dl.

Penyebab rendahnya kadar hemoglobin dalam darah salah satunya adalah asupan yang tidak mencukupi. Asupan zat gizi sehari-hari sangat dipengaruhi oleh kebiasaan makan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan remaja adalah pengetahuan. Pengetahuan yang kurang dan salah menyebabkan remaja memilih makan diluar yang tidak sehat.


Hampir 23% remaja putri di Indonesia mengalami anemia alias kurang darah. Dengan jumlah remaja putri kurang lebih 21 juta, terdapat setidaknya 4,8 juta yang kekurangan jumlah sel darah merah (yang mengandung protein hemoglobin / Hb). Sel ini yang memungkinkan oksigen dari jantung diangkut ke seluruh bagian tubuh (The Conversation,2019)

Remaja putri memiliki resiko terkena anemia sepuluh kali lipat dibandingkan remaja putra. Adanya siklus menstruasi setiap bulan merupakan salah satu faktor penyebab remaja putri terkena anemia. Akibatnya remaja putri membutuhkan zat besi lebih tinggi, sementara jumlah makanan yang dikonsumsi lebih sedikit. Anemia pada remaja berdampak buruk terhadap penurunan imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran remaja dan produktifitas (Kemenkes,2016)

Anemia merupakan Suatu kondisi rendahnya kadar Hb dibandingkan dengan kadar normal, yang menunjukkan kurangnya jumlah sel darah merah yang bersirkulasi. Akibatnya jumlah oksigen yang diangkut ke jaringan tubuh berkurang. Nilai normal Hb pada remaja adalah 12 mg/dl.

Tanda-tanda pada anemia:

1. Wajah, terutama pada kelopak mata dan bibir tampak pucat
2. Kurang nafsu makan
3. Lesu dan lemah
4. Cepat Lelah
5. Sering pusing dan mata berkunang-kunang

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

Penyebab dari Anemia adalah :

1. Konsumsi pangan
2. Infeksi, penyakit kronis dan penyebab lainnya seperti TBC, kehilangan darah akibat infeksi parasit (malaria), kebutuhan tubuh meningkat karena masa pertumbuhan serta menstruasi.

Dampak dari anemia gizi bisa menyebabkan daya tahan tubuh menurun, kebugaran menurun, prestasi menurun, kinerja menurun, dan infeksi akan meningkat. Cara mencegah dan penanggulangan anemia pada remaja putri dapat dilakukan dengan cara :

**A. Pedoman Gizi Seimbang**

1. Mengonsumsi aneka ragam pangan
2. Membiasakan perilaku hidup bersih
3. Melakukan aktivitas fisik
4. Memantau Berat Badan (BB) secara teratur untuk mempertahankan berat badan normal

**B. Fortifikasi Makanan**

Contoh bahan makanan yang difortifikasi adalah tepung terigu dan beras dengan zat besi, seng, asam folat, vitamin B1 dan B2.

**C. Suplementasi Tablet Tambah darah (TTD)**

Pemberian TTD pada remaja putri dan Wanita Usia Subur melalui suplementasi yang mengandung sekurangnya 60 mg elemental besi dan 400 mcg asam folat. Pemberian suplementasi ini dilakukan di beberapa tatanan yaitu fasilitas pelayanan kesehatan, institusi pendidikan dan tempat kerja.

**e. Kesimpulan**

Kegiatan Penyuluhan tentang anemia dan pelaksanaan pemeriksaan Hb pada remaja putri di TPA Miftahul Iman di Kelurahan Gunung Sulah Bandar Lampung meliputi penyuluhan dan pemeriksaan Hb 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 anemia.

**f. 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

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

- 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.
- 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. Dziedzic, 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](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


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

- Sadriyah. (2014). Pengaruh Terapi Murotal 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. *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).

#### g. Dokumentasi



Gambar 1. Pengabdian sedang melakukan Penjelasan

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



Gambar 2. Peserta sedang dicek Hb nya

#### b. Publikasi PkM

Jenis Publikasi	Nama Jurnal	Link
Jurnal online		
HKI		
Youtube		