



PROPOSAL PROGRAM KREATIVITAS MAHASISWA

JUDUL PROGRAM

PUNTADEWA : Pemberdayaan Lansia Produktif, Aktif, dan Sehat, Program Peningkatan Kualitas Hidup Lansia melalui Promosi Kesehatan serta Pelatihan Pemanfaatan Tanaman Obat

Bidang Kegiatan :

PKM PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Diusulkan oleh:

Lintang Sagoro	13/345151/KU/15607 (2013)
Abdul Malik Yoga Fathori	12/329286/KU/15046 (2012)
Amalia Choirunnisa	12/335462/KG/09250 (2012)
Mirna Aulia	12/335640/KG/09307 (2012)
Zasha Zulvi Meisyanti	13/352733/KG/09622 (2013)

UNIVERSITAS GADJAH MADA

YOGYAKARTA

2014

PENGESAHAN PKM-PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

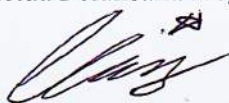
1. Judul Kegiatan : PUNTADEWA : Pemberdayaan Lansia Produktif, Aktif, dan Sehat, Program Peningkatan Kualitas Hidup Lansia melalui Promosi Kesehatan serta Pelatihan Pemanfaatan Tanaman Obat
2. Bidang Kegiatan : PKM-M
3. Ketua Pelaksana Kegiatan
 - a. Nama Lengkap : Lintang Sagoro
 - b. NIM : 13/345151/KU/15607
 - c. Jurusan : Pendidikan Dokter
 - d. Universitas/Institusi/Politeknik : Universitas Gadjah Mada
 - i. Alamat Rumah dan No Telp./HP : Jalan Enau 31 Perumahan Jambusari Indah Sleman Yogyakarta, 082140592380
 - e. Alamat email : lintangsagoro@gmail.com
4. Anggota Pelaksana Kegiatan/Penulis : 4 (empat) orang
5. Dosen Pendamping
 - a. Nama Lengkap dan Gelar : dr. Probosuseno, Sp.PD, KGer
 - b. NIDN : 0022036208
 - c. Alamat Rumah dan No Tel./HP : Jl Mujahidin Gg 4 no 62 Temanggung 0293492492575
6. Biaya Kegiatan Total
 - a. Dikti : Rp 11.144.000
 - b. Sumber lain : -
7. Jangka Waktu Pelaksanaan : 5 bulan

Yogyakarta, 17 September 2014


Menyetujui,
Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan,
dan Alumni Fakultas Kedokteran UGM,


dr. Ova Emilia M. Med.Ed., Sp. OG(K), Ph.D.
NIP. 19631024 199203 2 001

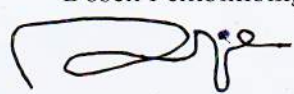
Ketua Pelaksana Kegiatan,


Lintang Sagoro
NIM. 13/345151/KU/15607

Direktur Kemahasiswaan UGM,


Dr. Drs. Senawi, M.P.
NIP. 19640310 199003 1 001

Dosen Pembimbing,


dr. Probosuseno, SpPD, KGer.
NIDN. 0022036208

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Pengesahan.....	ii
Daftar Isi.....	iii
Ringkasan	iv
Halaman Utama	
Bab 1. Pendahuluan.....	1
Bab 2. Gambaran Umum Masyarakat Sasaran.....	2
Bab 3. Metode Pelaksanaan.....	3
Bab 4. Biaya dan Jadwal Kegiatan.....	6
Lampiran	
Lampiran 1. Biodata Ketua, Anggota, dan Dosen Pembimbing.....	7
Lampiran 2. Justifikasi Anggaran Kegiatan.....	14
Lampiran 3. Susunan Organisasi Tim Kegiatan dan Pembagian Tugas.....	17
Lampiran 4. Surat Pernyataan Ketua Peneliti/Pelaksana.....	18
Lampiran 5. Surat Pernyataan Kesiediaan dari Mitra.....	19
Lampiran 6. Denah Detail Lokasi Mitra Kerja.....	20

RINGKASAN

Kesehatan merupakan salah satu aspek fundamental dalam pembangunan bangsa. Tanpa kesehatan, manusia tidak bisa mengurus dirinya sendiri dan membantu serta membangun daerahnya masing-masing. PBB sebagai lembaga internasional tertinggi di dunia membuat MDGs (Millenium Development Goals) yang mencakup 8 poin yang digunakan sebagai indikator kemajuan pembangunan suatu negara. Salah satu poin penting dalam MDGs point pertama yaitu *to halve the number of undernourished people*. Sehingga apabila poin ini kurang terpenuhi, maka pembangunan pun akan berjalan lambat. Sehingga, pada program PKM ini kami berkeinginan membentuk suatu pemberdayaan masyarakat terutama lansia dalam bidang kesehatan.

Daerah yang akan menjadi binaan PKM kami adalah Desa Cokrokusuman, RW 08, Jetisharjo, Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, desa ini memiliki (warga yang berusia diatas 65 tahun) yang mencapai 40 orang dan termasuk menjadi salah satu desa dengan populasi lansia yang cukup tinggi. Selain itu, disana juga belum terbentuk komunitas lansia yang berjalan dengan lancar sebagai forum untuk berbagi satu dengan yang lainnya, mayoritas dari warga lansia di desa ini merupakan pensiunan yang tidak lagi melakukan aktivitas yang produktif.

Program ini terdiri dari :

1. Gaya Hidup Sehat
 - a. Senam Lansia
 - b. Latihan dan Permainan Memori
 - c. Penyuluhan Kesehatan Lansia
 - d. Penyuluhan Gigi Lansia
2. Tanaman herbal
 - a. Penyuluhan Pentingnya Tanaman Herbal
 - b. Pelatihan atau Praktek Menanam
 - c. Pembangunan Green House
3. Mental spiritual
 - a. Pengajian Rutin

Melihat permasalahan dunia dan Indonesia terhadap kaum lansia, kami merasa perlu untuk mengadakan peningkatan kualitas hidup lansia melalui promosi kesehatan untuk meningkatkan produktivitas lansia khususnya di daerah Istimewa Yogyakarta yaitu desa Cokrokusuman. Sehingga, harapan kami lansia dapat menjadi lebih produktif dan dapat menginspirasi masyarakat sekitar untuk membangun desanya demi masa depan bangsa dan negara yang lebih baik.

Kata kunci : Kesehatan, pemberdayaan, lansia, gaya hidup sehat, herbal

BAB I

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu aspek fundamental dalam pembangunan bangsa. Tanpa kesehatan, manusia tidak bisa mengurus dirinya sendiri dan membantu serta membangun daerahnya masing-masing. PBB sebagai lembaga internasional tertinggi di dunia membuat MDGs (Millenium Development Goals) yang mencakup 8 poin yang digunakan sebagai indikator kemajuan pembangunan suatu negara. Salah satu poin penting dalam MDGs point pertama yaitu *to halve the number of undernourished people*. Sehingga apabila poin ini kurang terpenuhi, maka pembangunan pun akan berjalan lambat.

Pada program PKM ini, kami berkeinginan membentuk suatu pemberdayaan masyarakat terutama lansia dalam bidang kesehatan. Mengapa lansia? Apabila kita melihat data piramida penduduk dunia, di semua negara terjadi perubahan bentuk piramida penduduk yang dulunya besar di kelompok usia anak-anak dan semakin keatas semakin kecil, menjadi pengecilan proporsi kelompok umur anak-anak dan peningkatan proporsi kelompok umur lansia. Selain itu, sejak tahun 2010 kita ketahui telah terjadi ledakan jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia, dan diprediksikan bahwa persentase penduduk lansia akan mencapai 9,77 persen dari total penduduk pada tahun 2010 dan menjadi 11, 34 persen pada tahun 2020. Kemudian dari seluruh provinsi di Indonesia, ada 11 provinsi yang penduduk lansianya sudah lebih dari 7 persen dan yang menempati posisi teratas adalah provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta dengan persentase 14.04 persen pada tahun 2007.

Kemudian apabila kita menganalisis keadaan lansia dari sudut pandang kesehatan, kualitas produktivitas lansia menurun karena terjadi proses penuaan (*aging*) yang berarti sebagian besar sistem organ mengalami kehilangan atau penurunan fungsi 1 % setiap tahun, dimulai sejak usia 30 tahun. Hal ini menyebabkan masalah kesehatan banyak bermunculan pada kaum lansia, sehingga keadaan inilah yang menjadi salah satu sebab menurunnya produktivitas mereka.

Melihat permasalahan dunia dan Indonesia terhadap kaum lansia, kami merasa perlu untuk mengadakan peningkatan kualitas hidup lansia melalui promosi kesehatan untuk meningkatkan produktivitas lansia khususnya di daerah Istimewa Yogyakarta yaitu desa Cokrokusuman. Sehingga, harapan kami lansia dapat menjadi lebih produktif dan dapat menginspirasi masyarakat sekitar untuk membangun desanya demi masa depan bangsa dan negara yang lebih baik.

BAB 2

GAMBARAN UMUM MASYARAKAT SASARAN

Daerah yang akan menjadi binaan PKM kami adalah Desa Cokrokusuman, RW 08, Jetisharjo, Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, desa ini memiliki (warga yang berusia diatas 65 tahun) yang mencapai 40 orang dan termasuk menjadi salah satu desa dengan populasi lansia yang cukup tinggi. Selain itu, disana juga belum terbentuk komunitas lansia yang berjalan dengan lancar sebagai forum untuk berbagi satu dengan yang lainnya, mayoritas dari warga lansia di desa ini merupakan pensiunan yang tidak lagi melakukan aktivitas yang produktif.

Kurangnya sosialisasi dari dinas kesehatan pada dusun ini juga menjadikan kurangnya kesadaran pada warga lansia terhadap kesehatan mereka sendiri, hipertensi dan kencing manis adalah 2 penyakit yang paling banyak dialami oleh warga lansia di Desa Cokrokusuman, sehingga dibutuhkan aksi atau program promosi gaya hidup sehat kepada warga lansia di Desa Cokrokusuman.

Kami merasa perlu untuk menyelesaikan permasalahan yang ada di warga lansia Desa Cokrokusuman dengan memberikan promosi kesehatan secara langsung serta langkah preventif dengan cara praktis dan nyata, yaitu dengan pemberian pelatihan pemanfaatan tanaman obat yang bisa mereka kola bersama sama.

1. Geografi

Keadaan geografi Desa Cokrokusuman merupakan desa di tepian Kali Code, desa ini merupakan pemukiman padat penduduk.

2. Persebaran Penduduk dan Mata Pencarian

Mayoritas warga Desa Cokrokusuman adalah usia produktif (30 tahun sampai 60 tahun) yang mayoritas bekerja sebagai buruh pabrik, guru dan petani, lalu disusul dengan lansia (warga diatas 65 tahun) yang mayoritas sudah tidak lagi produktif meski ada sebagian kecil warga masih berjualan sebagai pekerjaan sehari harinya.

3. Permasalahan

Permasalahan kesehatan dan ketenagakerjaan menjadi topik utama Desa Cokrokusuman, terutama untuk lansia, mayoritas dari mereka adalah pensiunan dan kini sudah tidak lagi bekerja meskipun mereka masih ingin bekerja, dan kurangnya sosialisasi kesehatan untuk lansia di desa ini membuat keadaan kesehatan lansia di desa ini menurun juga, salah satunya adalah hipertensi. Sehingga perlu diadakannya sosialisasi kesehatan dan pemanfaatan tanaman obat sebagai aktifitas yang bisa dilakukan bersama sama oleh warga lansia.

BAB 3

METODE PELAKSANAAN

1. Gaya Hidup Sehat

a. Senam Lansia

Metode senam lansia ini dilakukan dengan pandangan bahwa lansia dipandang sebagai manusia yang tidak mampu, lemah, dan sakit-sakitan sehingga diperlakukan sebagai manusia yang tidak berdaya dan segala aktivitasnya dibatasi. Kondisi ini diperparah dengan tidak adanya waktu, tempat, dan kesempatan bagi lansia untuk melakukan aktivitasnya. Senam lansia merupakan olahraga ringan dan mudah dilakukan sehingga tidak memberatkan untuk diterapkan oleh lansia. Senam lansia dilakukan dengan gerakan-gerakan khusus yaitu menghindari adanya gerakan loncat-loncat.

b. Latihan dan Permainan Memori

Menurut Constantinides, menua adalah suatu proses menghilangnya kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri dan mempertahankan struktur dan fungsi normalnya secara perlahan-lahan sehingga tidak dapat bertahan terhadap jejas (termasuk infeksi) dan memperbaiki kerusakan yang diderita. Dari aspek intelegensi, memori, dan fungsi mental menurun seiring bertambahnya usia. Gangguan-gangguan seperti ini tidak baik untuk lansia karena akan mempengaruhi aktivitas dan kesehatan lansia. Untuk menghindari gangguan memori dan mempertahankan fungsi mental pada lansia ini, maka kami membuat latihan dan permainan memori pada lansia.

c. Penyuluhan Kesehatan Lansia

Pada metode ini dilakukan penyuluhan terhadap lansia mengenai cara hidup sehat dan informasi mengenai penyakit tmaupun gejala yang sering diderita oleh lansia yaitu tekanan darah tinggi, kencing manis, mudah lelah, katarak, dan geja serta penyakit yang lain. Menurut Kane dan Ouslander, terdapat beberapa faktor resiko yang menyebabkan lansia mudah mendapat penyakit infeksi karena kekurangan gizi, kekebalan tubuh yang menurun, berkurangnya fungsi berbagai organ tubuh, terdapatnya beberapa penyakit sekaligus (komorbiditas) yang menyebabkan daya tahan tubuh yang sangat berkurang. Selain itu, faktor lingkungan, jumlah dan keganasan kuman akan mempermudah tubuh mengalami infeksi. Penyuluhan dilakukan dengan penyuluhan langsung melalui pendekatan promotif, preventif, dan rehabilitatif di pendopo kelurahan dengan mengundang seluruh lansia di desa tersebut disertai juga penempelan poster-poster yang memuat informasi penyakit yang akan disosialisasikan.

d. Penyuluhan Gigi Lansia

Menua adalah proses alamiah yang dialami oleh manusia dan diikuti dengan penurunan fisik dan kemampuan fisiologisnya, sehingga lansia dikatakan memiliki status kesehatan yang kurang baik, diantaranya kesehatan gigi dan mulut. Faktor yang mempengaruhi kesehatan gigi dan mulut lansia diantaranya adalah kurangnya pengetahuan, sikap dan tindakan lansia terhadap kesehatan gigi dan mulut. Maka dari itu, kami menyelenggarakan penyuluhan gigi pada lansia agar lansia dapat mengetahui pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut.

2. Tanaman Herbal

a. Penyuluhan pentingnya tanaman herbal

Banyaknya manfaat yang didapat dari konsumsi tanaman herbal membuat tanaman herbal kembali diminati sehingga dewasa ini perilaku gaya hidup sehat kembali ke alam semakin berkembang. Penyuluhan ini menanamkan kepada lansia mengenai manfaat tanaman herbal untuk dirinya sendiri yang diimplementasikan dengan membuat ramuan-ramuan dari tanaman herbal yang ditanam. Kegiatan penyuluhan dilakukan sebelum kegiatan penanaman tanaman herbal.

b. Pelatihan atau praktek menanam

Pada lansia, semakin bertambahnya usia, kehidupan yang dijalannya semakin kurang produktif. Kurang produktifnya kehidupan para lansia ini memberikan perhatian kami untuk membuat lansia agar bisa memanfaatkan dan melatih dirinya hidup sehat bahkan bisa berguna untuk orang lain dengan cara memberikan pelatihan menanam. Pelatihan menanam ini dilakukan setelah berlangsungnya penyuluhan tentang pentingnya tanaman herbal serta pembuatan green house. Setelah pelatihan menanam, para lansia langsung mempraktekan cara menanam bibit tanaman dan diharapkan dapat melakukan praktek menanam ini secara terus menerus agar hasilnya dapat digunakan masyarakat disekitarnya serta memajukan desanya.

c. Pembangunan green house

Pembuatan green house bertujuan untuk memberikan wadah tersendiri kepada para lansia untuk melakukan pembibitan tanaman herbal. Green house dibangun sesudah diadakannya penyuluhan mengenai pentingnya tanaman herbal dan sebelum dilakukannya praktik menanam tanaman herbal.

3. Mental Spiritual

a. Pengajian Rutin

Pengajian rutin merupakan salah satu metode yang akan digunakan untuk membangun mental spiritual para lansia. Rutin disini memiliki artian bahwa

pengajian akan dilakukan satu kali setiap pekan dengan mengundang ustad yang fasih berkomunikasi menggunakan bahasa jawa sehingga para lansia dapat dengan mudah memahami penjelasan ustad tersebut.

BAB 4

BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

4.1. Anggaran Biaya

No	Jenis Pengeluaran	Biaya (Rp)
1	Peralatan penunjang : spanduk acara, sewa sound system, cetak banner + stand, sewa tenda	3.975.000
2	Bahan habis pakai : konsumsi warga, mahasiswa, pembicara, bibit tanaman, pupuk, bambu dan plastik film rumah kaca	5.069.000
3	Perjalanan : perjalanan ke desa binaan untuk menjalankan program	1.950.000
4	Lain-lain : administrasi	150.000
Jumlah		11.144.000

4.2. Jadwal Kegiatan

No	Jenis Kegiatan	Bulan				
		1	2	3	4	5
1	Tahap Persiapan : a. Wawancara b. Penyusunan Materi Penyuluhan c. Publikasi d. Live in					
2	Tahap Pelaksanaan a. Gaya Hidup Sehat a.1. Senam Lansia a. 2. Latihan Memori dan Permainan a. 3. Penyuluhan Kesehatan Lansia a. 4. Penyuluhan Gizi Lansia b. Tanaman Herbal b.1. Penyuluhan Pentingnya Tanaman Herbal b. 2. Praktek Menanam Tanaman Herbal b. 3. Pembangunan Green House c. Mental Spiritual					
3	Tahap Penyusunan Laporan					

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1. Biodata Ketua, Anggota, dan Dosen Pembimbing

1. Biodata Ketua

A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	Lintang Sagoro
2.	Jenis Kelamin	L
3.	Program Studi	Pendidikan Dokter
4.	NIM	13/345151/KU/15607
5.	Tempat dan Tanggal Lahir	Yogyakarta, 12 September 1994
6.	Email	lintangsagoro@gmail.com
7.	Nomor Telepon/HP	082140592380

B. Riwayat Pendidikan

	SD	SMP	SMA
Nama Institusi	SD Muhammadiyah Sapien Yogyakarta	SMP N 1 Yogyakarta	SMAN 9 Yogyakarta
Jurusan			IPA
Tahun Masuk-Lulus	2000-2006	2006-2009	2009-2012

C. Pemakalah Seminar Ilmiah (*Oral Presentation*)

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

D. Penghargaan dalam 10 tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

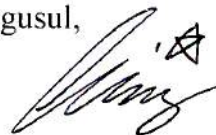
No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
	-	-	-

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

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Hibah PKM-Pengabdian kepada Masyarakat.

Yogyakarta, 17 September 2014

Pengusul,



(Lintang Sagoro)

2. Biodata Anggota 1

A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	Abdul Malik Yoga Fathori
2.	Jenis Kelamin	L
3.	Program Studi	Pendidikan Dokter
4.	NIM	12/329286/KU/15046
5.	Tempat dan Tanggal Lahir	Tanjung Pinang, 18 Juli 1995
6.	Email	Yoga_fathori@hotmail.com
7.	Nomor Telepon/HP	081212479835

B. Riwayat Pendidikan

	SD	SMP	SMA
Nama Institusi	SD Muhammadiyah Sapen Yogyakarta	SMP N 5 Yogyakarta	SMA Taruna Nusantara Magelang
Jurusan			IPA
Tahun Masuk- Lulus	2003-2006	2006-2009	2009-2012

C. Pemakalah Seminar Ilmiah (*Oral Presentation*)

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

D. Penghargaan dalam 10 tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
1.	Peserta kursus bahasa Jerman di Freiburg, Germany	Goethe-Institut	2011

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

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Hibah PKM-Pengabdian kepada Masyarakat.

Yogyakarta, 17 September 2014

Pengusul,



(Abdul Malik Yoga Fathori)

3. Biodata Anggota 2

A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	Amalia Choirunnisa
2.	Jenis Kelamin	P
3.	Program Studi	Pendidikan Dokter Gigi
4.	NIM	12/335462/KG/09250
5.	Tempat dan Tanggal Lahir	Sukoharjo, 5 Juli 1993
6.	Email	yangpenting.coass@yahoo.co.id
7.	Nomor Telepon/HP	083865573183

B. Riwayat Pendidikan

	SD	SMP	SMA
Nama Institusi	SD Ta'Mirul Islam Surakarta	SMP N 1 Surakarta	SMAN 1 Surakarta
Jurusan			IPA
Tahun Masuk-Lulus	1999-2005	2005-2008	2008-2011

C. Pemakalah Seminar Ilmiah (*Oral Presentation*)

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

D. Penghargaan dalam 10 tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
	-	-	-

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

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Hibah PKM-Pengabdian kepada Masyarakat.

Yogyakarta, 17 September 2014

Pengusul,



(Amalia Choirunnisa)

4. Biodata Anggota 3

A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	Mirna Aulia
2.	Jenis Kelamin	P
3.	Program Studi	Pendidikan Dokter Gigi
4.	NIM	12/335640/KG/09307
5.	Tempat dan Tanggal Lahir	Padang, 18 April 1996
6.	Email	mirna960418@gmail.com
7.	Nomor Telepon/HP	085725995648

B. Riwayat Pendidikan

	SD	SMP	SMA
Nama Institusi	SD Baiturrahmah, Padang, Sumatera Barat SDN 173100 Tarutung, Sumatera Utara	SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta	SMA Negeri 5 Yogyakarta
Jurusan			IPA
Tahun Masuk- Lulus	2001-2007	2007-2009	2009-2012

C. Pemakalah Seminar Ilmiah (*Oral Presentation*)

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

D. Penghargaan dalam 10 tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
1.	Juara III Lomba Cerdas Cermat MIPA Siswa Akselerasi/CI-BI Tingkat Provinsi	Dinas Pendidikan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta	2008
2.	Lulusan terbaik ke-3 SMA Negeri 5 Yogyakarta	SMA Negeri 5 Yogyakarta	2012
3.	Medali Emas PKM-Penelitian PIMNAS 27 Universitas Diponegoro	Dikti	2014

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

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Hibah PKM-Pengabdian kepada Masyarakat

Yogyakarta, 17 September 2014

Pengusul,



(Mirna Aulia)

5. Biodata Anggota 4

A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	Zasha Zulvi Meisyanti
2.	Jenis Kelamin	P
3.	Program Studi	Pendidikan Dokter Gigi

4.	NIM	13/352733/KG/9622
5.	Tempat dan Tanggal Lahir	Palembang, 27 Mei 1996
6.	Email	zashacha@yahoo.com
7.	Nomor Telepon/HP	085669313887

B. Riwayat Pendidikan

	SD	SMP	SMA
Nama Institusi	SD Pusri Palembang	SMP Pusri Palembang	SMA Plus Negeri 17 Palembang
Jurusan			IPA
Tahun Masuk-Lulus	2001-2007	2007-2010	2010-2013

C. Pemakalah Seminar Ilmiah (*Oral Presentation*)

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

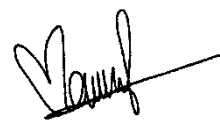
D. Penghargaan dalam 10 tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
	-	-	-

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

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Hibah PKM-Pengabdian kepada Masyarakat.

Yogyakarta, 17 September 2014
Pengusul,



(Zasha Zulvi Meisyanti)

BIODATA DOSEN PEMBIMBING

A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	dr Probosuseno, SpPD, KGer
2.	Jenis Kelamin	L
3.	Program Studi	Pendidikan Dokter
4.	NIDN	0022036208
5.	Tempat dan Tanggal Lahir	Sukoharjo, 22 Maret 1962
6.	Email	probosuseno@yahoo.com
7.	Nomor Telepon/HP	08156887629

B. Riwayat Pendidikan

	SD	SMP	SMA
Nama Institusi	-	-	-
Jurusan	-	-	-
Tahun Masuk-Lulus	-	-	-

C. Pemakalah Seminar Ilmiah (*Oral Presentation*)

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

D. Penghargaan dalam 10 tahun Terakhir (dari pemerintah, asosiasi atau institusi lainnya)

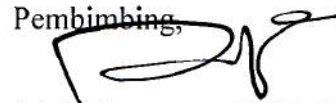
No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
	-	-	-

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

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Hibah PKM-Pengabdian kepada Masyarakat.

Yogyakarta, 17 September 2014

Pembimbing,



(dr Probosuseno, SpPD, KGer)

LAMPIRAN 2. Justifikasi Anggaran Kegiatan

1. Peralatan penunjang

Material	Justifikasi pemakaian	Kuantitas	Harga satuan (Rp)	Jumlah (Rp)
Spanduk Acara	Untuk mempromosikan acara di desa, untuk menarik warga dating	3 buah	125.000	375.000
Sewa sound system	Alat penunjang saat diskusi dengan warga	1 set	1.000.000	1.000.000
Cetak Banner + stand	Alat penunjang untuk sosialisasi	8 set	200.000	1.600.000
Sewa Tenda	Tempat pelaksanaan acara	2 set	500.000	1.000.000
SUB TOTAL (Rp)				3.975.000

2. Bahan habis pakai

Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga satuan (Rp)	Jumlah (Rp)
Konsumsi warga	Snack konsumsi warga saat diskusi	50 box	5.000	250.000
Konsumsi mahasiswa	Konsumsi mahasiswa selama live in	3 box x 5 orang	20.000	300.000
Surat undangan acara	Pembuatan surat undangan acara saat program	50 lembar x 3 program = 150 lembar	1.000	150.000
Konsumsi Pembicara	Konsumsi Pembicara saat pengajian rutin	1 box x 6 pengajian = 6 box	20.000	120.000

Material n				
SUB TOTAL (Rp)				820.000

3. Perjalanan

Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga satuan (Rp)	Jumlah (Rp)
Perjalanan ke desa binaan	Biaya bensin untuk perjalanan dari kampus ke desa binaan selama program berjalan	15 L x 4 minggu x 5 bulan = 300 L	6.500	1.950.000
SUB TOTAL (Rp)				1.950.000

4. Lain-lain

Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga satuan (Rp)	Jumlah (Rp)
Bibit Tanaman	Sebagai modal utama untuk program TOGA tanaman obat	Jahe : 10	3.000	1.571.000
		Kumis Kucing : 10	14.250	
		Brotowali : 10	14.250	
		Temulawak : 10	2.400	
		Pegagan : 10	6.800	
		Sambilato : 10	6.400	
		Daun sirih : 10	16.000	
		Kencur : 10	14.250	
		Jeruk Nipis : 10	33.250	
		Katuk : 10	14.500	
		Binahong : 10	10.000	
		Meniran : 10	9.000	
		Cengkeh : 10	5.000	
		Pala : 10	11.000	
Pupuk	Medium tanam untuk tanaman obat	10 kg	2.800/kg	28.000

Bambu dan Plastik film rumah kaca	Sebagai bahan utama pembuatan green house sederhana	10 batang bambu plastik film rumah kaca 40 meter	120.000 40.000	1.200.000 1.600.000
SUB TOTAL (Rp)				4.399.000
Total (Keseluruhan)				11.144.000

LAMPIRAN 3. Susunan Organisasi Tim Kegiatan dan Pembagian Tugas

No.	Nama / NIM	Program Studi	Bidang Ilmu	Alokasi Waktu (jam/minggu)	Uraian Tugas
1	Lintang Sagoro	Pendidikan Dokter	Kesehatan	12 jam/minggu	Ketua, Penanggungjawab tanaman herbal
2	Abdul Malik Yoga Fahori	Pendidikan Dokter	Kesehatan	12 jam/minggu	Penanggungjawab publikasi dan survey
3	Zasha Zulvi Meisyanti	Pendidikan Dokter Gigi	Kesehatan	12 jam/minggu	Sekretaris
4	Mirna Aulia	Pendidikan Dokter Gigi	Kesehatan	12 jam/minggu	Penanggungjawab penyuluhan gaya hidup sehat
5	Amalia Choirunnisa	Pendidikan Dokter Gigi	Kesehatan	12 jam/minggu	Penanggungjawab mental spiritual



UNIVERSITAS GADJAH MADA

Bulaksumur, Yogyakarta 55281, Telp. (0274)588688, 562011, Fax. (0274)565223

Website : www.ugm.ac.id, E-mail : setr@ugm.ac.id

SURAT PERNYATAAN KETUA PENELITI/PELAKSANA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : LINTANG SAGORO

NIM : 13/345151/KU/15607

Program Studi : PENDIDIKAN DOKTER

Fakultas : Fakultas KEDOKTERAN

Dengan ini menyatakan bahwa usulan saya **PKM PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT** dengan judul: **PUNTADEWA : Pemberdayaan Lansia Produktif, Aktif, dan Sehat. Program Peningkatan Kualitas Hidup Lansia melalui Promosi Kesehatan serta Pelatihan Pemanfaatan Tanaman Obat** yang diusulkan untuk tahun anggaran 2015 bersifat original dan belum pernah dibiayai oleh lembaga atau sumber dana lain.

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dan mengembalikan seluruh biaya penelitian yang sudah diterima ke kas negara. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 25-09-2014

Mengetahui,

Direktur Kemahasiswaan
Universitas Gadjah Mada



Dr. Drs. Senawi, M.P.

NIP. 19640310 199003 1 001



LAMPIRAN 5. Surat Pernyataan Kesediaan dari Mitra

**SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN KERJASAMA DARI MITRA USAHA
DALAM PELAKSANAAN PROGRAM KREATIVITAS MAHASISWA**

Yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : SUMARTINI
Pimpinan Mitra Usaha : KETUA PKK RW 08
Bidang Usaha :
Alamat : COKROKUSUMAN JT 2/007

Dengan ini menyatakan **Bersedia untuk Bekerjasama** dengan Pelaksana Kegiatan **Program Kreativitas Mahasiswa PUNTADEWA : Pemberdayaan Lansia Produktif, Aktif, dan Sehat, Program Peningkatan Kualitas Hidup Lansia melalui Promosi Kesehatan serta Pelatihan Pemanfaatan Tanaman Obat**

Nama Ketua Tim Pengusul : Lintang Sagoro
Nomor Induk Mahasiswa : 13/345151/KU/15607
Program Studi : Pendidikan Dokter
Nama Dosen Pembimbing : dr. Probosuseno, SpPD, KGer
Perguruan Tinggi : Universitas Gadjah Mada

guna menerapkan dan/atau mengembangkan IPTEKS pada tempat usaha kami.

Bersama ini pula kami nyatakan dengan sebenarnya bahwa di antara pihak Mitra Usaha dan Pelaksana Kegiatan Program tidak terdapat ikatan kekeluargaan dan ikatan usaha dalam wujud apapun juga.

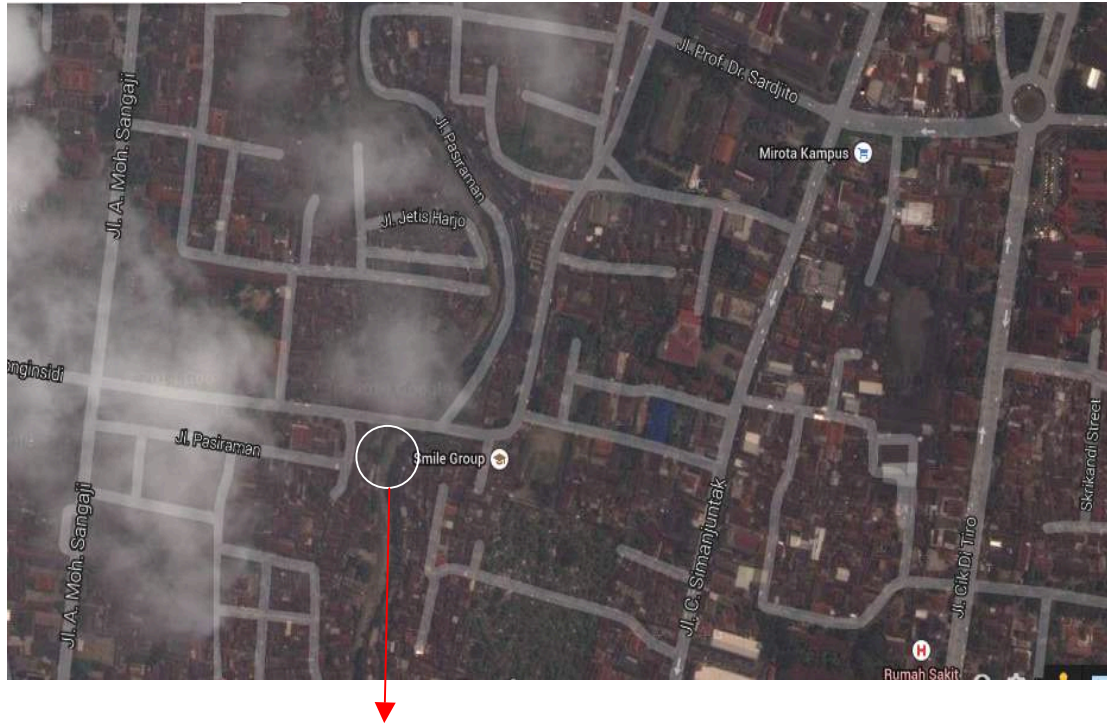
Demikian Surat Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab tanpa ada unsur pemaksaan di dalam pembuatannya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 25 September 2014

Yang menyatakan,



LAMPIRAN 6. Denah Detail Lokasi Mitra Kerja



Desa Cokrokusuman RW 08, Jetisharjo