



e-ISSN:2614-1531
p-ISSN:2252-584x

Jurnal Solma



S3

sinta
Science and Technology Index

ISSN 2614-1531



772614 153007

Penerbit:

LPPM - UHAMKA Press

Kampus FEB-UHAMKA

Jl. Raya Bogor, Ciracas, Kp. Rambutan, Jakarta Timur, 13830



Current Issue

Vol. 15 No. 1 (2026)

Published: 31 March 2026

Articles

[Pembelajaran Bermakna dan Menyenangkan: Pendampingan Alumni PPG UM dalam Mengembangkan Modul Pembelajaran Deep learning Berbasis Gamifikasi](#)

[10.22236/solma.v15i1.20722](#)

2491-2504 Tuti Mutia, Fatiya Rosyida, Alfi Sahrina, Bima Wahyu Pratama

[PDF](#)

Read Statistic: 0

[Sosialisasi dan Pendampingan terhadap Perempuan Berbasis Majelis Taklim dalam Pendirian Koperasi Syariah](#)

[10.22236/solma.v15i1.21065](#)

Connie Chairunnisa

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 8

[Pemupukan Otomatis Tenaga Surya untuk Pertanian Cerdas](#)

[10.22236/solma.v15i1.21184](#)

297-305 Joni Eka Candra, Hazimah Hazimah, Alhamidi Alhamidi, Mohammad Adi Setiawan
Aritonang

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Sosialisasi Obat Cacing Sebagai Upaya Pencegahan Kecacingan Pada Balita Di Posyandu
Flamboyan 1 Desa Pegagan, Kecamatan Palimanan, Kabupaten Cirebon](#)

[10.22236/solma.v15i1.21341](#)

1056-1062 Nur Rahmi Hidayati, Putri Regitha Cahyani, Siti Rohamah, Muhammad Yani Zamzam,
Didi Rohadi

[PDF](#)

Read Statistic: 5

[Pengembangan SDM Organisasi Kemahasiswaan FTK Melalui Seminar Kepemimpinan
Partisipatif-Interaktif untuk Meningkatkan Kompetensi Kepemimpinan Mahasiswa](#)

[10.22236/solma.v15i1.21551](#)

1700-1709 Mochamad Fikri Fauzan, Basri Asyibli, Anis Zohriah, Abdul Mu'in

[PDF](#)

Read Statistic: 4

[Penguatan Profesionalisme Guru Matematika SMP Melalui Pelatihan Penyusunan Soal
Pemodelan Matematika](#)

[10.22236/solma.v15i1.21849](#)

900-908 Yusuf Hartono, Darmawijoyo Darmawijoyo, Septy Sari Yukans, Muhammad Ridho,
Weni Dwi Pratiwi

[PDF](#)

Read Statistic: 6

[Pendampingan Pengembangan Perangkat Penilaian Digital Melalui Pendekatan Interactive Based-Education \(IBT\) di SMA Muhammadiyah Luwuk](#)

[10.22236/solma.v15i1.22361](#)

Darmawan, Agung K Djibran

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 7

[Pembuatan Pupuk Organik Cair Dengan Bahan Sampah Organik Di SMA Jagakarsa Jakarta Selatan](#)

[10.22236/solma.v15i1.16896](#)

306-314 Siti Fatimah Nurul Qomariyah, Nonon Saribanon

[PDF](#)

Read Statistic: 5

[Digitalisasi Penyusunan RAB Infrastruktur Desa Sebagai Dasar Pembentukan Unit Usaha Jasa Perencanaan Di Desa Kuta Parit](#)

[10.22236/solma.v15i1.20828](#)

Asri Afriliany Surbakti, Ricky Bakara, Indri Sulistianingsih, Malonay Jason Wint Habeahan, Joshua Carlo Silalahi

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 6

[Inovasi Produk Sambal Ikan Nila Sebagai Strategi Pemanfaatan Hasil Perikanan Desa Kumejing](#)

[10.22236/solma.v15i1.21087](#)

399-408 Alen Fadila Meilani, Mukhamad Rizal Hilmi, Adilah Al Istiqomah, Nadia Khasanah Putri, Asidqo Kurnia Luhur Pambudi, Safira Aulia, Sabik Husni Maula Yuda, Mufidah Putri Pradita, Hevi Hanifah Fajriati, Lulu Dwi Yuniarista, Indri Afiani, Darmono Darmono, Rahmat Adi Kurniawan, Teguh Pribadi, Suwarsito Suwarsito

[PDF](#)

Read Statistic: 12

[Optimalisasi Peran Kader Posyandu melalui Pelatihan DEMO BANGLITA untuk Deteksi Dini Perkembangan Balita](#)

[10.22236/solma.v15i1.21200](#)

Erni Samutri, Ika Mustika Dewi, Asti Ratnasari, Sartini Idris, Diah Oktapiyani, Akbar Nur Rizqi

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 6

[Kerjasama dan Penyuluhan Dosen FH Unimal Tentang Pemahaman Hak Perempuan secara Global di UKM dan UiTM Malaysia](#)

[10.22236/solma.v15i1.21369](#)

340-348 Faisal Faisal, Arif Rahman, Elidar Sari, Fauzah Nur Aksa, Nurbaidah Nurbaidah

[Pelatihan Model Deep learning dengan Pendekatan Deep Teaching bagi Guru-Guru Sejarah di Kabupaten Subang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21608](#)

2054-2073 Wawan Darmawan, Iing Yulianti, Dimas Aldi Pangestu

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Pemanfaatan Limbah Cangkang Kerang Untuk Produksi Paving Block Ramah Lingkungan Melalui Pendampingan Mitra Industri Di Karawang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21902](#)

Bhisma Mahendra, Umi Nuraini, Mahmudah Sukma Suci, Alfia Yufariani, Anis Mustaghfirin Kusuma, Wahyuni Eka Sari, Sophia Fadhilah Albany Tanjung, Vera Hawalia Putri

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 6

[Edukasi Literasi Digital Tentang Penggunaan Gadget Sehat dan Produktif Bagi Siswa di SD Advent Padang Bulan, Kota Jayapura](#)

[10.22236/solma.v15i1.22516](#)

2585-2594 Yunita Kristina, Korinus Suweni, Zusana A. Sasarari, Christy Wattimena

[PDF](#)

Read Statistic: 3

[Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila melalui Pengenalan Teknologi Kecerdasan Buatan di SMAN 10 Semarang](#)

[10.22236/solma.v15i1.18478](#)

Muhammad Fikri Hidayattullah, Miftakhul Huda, M. Nishom, Taufiq Abidin, Yustia Hapsari

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 16

[Peningkatan Kemampuan Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique \(SEFT\) untuk Perokok pada Kelompok Ibu PKK](#)

[10.22236/solma.v15i1.20872](#)

249-263 Fitri Kurnia Rahim, Hamdan Hamdan , Khusnul Aini, Nazwa Aulya Muzdhalifah, Revansa Fitria Ananda, Efan Samsiatul Fazri Maulana

Read Statistic: 6

[Pelatihan Pembuatan Kombucha Nanas Probiotik untuk Peningkatan Pengetahuan Kader PKK dan Posyandu di Desa Tambakmekar, Kabupaten Subang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21106](#)

Dicki Bakhtiar Purkon, Elvi Trinovani, Mimin Kusmiyati, Arvenda Rezky Pratama, Ansyirohanisa Ansyirohanisa, Cucu Fatimah, Nizella Syahla, Yefi Fitria, M. Rasya Al-Alifa, Cut Zidda Ulya, Mitha Azalia Septiani, Faizah Min Fadhlillah

Read Statistic: 29

[Pengembangan Kafe Jamu BU JATEM: Upaya Diversifikasi Olahan Toga untuk Meningkatkan Perekonomian Warga Desa Tempurejo](#)

[10.22236/solma.v15i1.21218](#)

2294-2307 Setiyo Prajoko, Bowo Sugiharto, Eka Nur Jannah, Fitria Alfiah

[PDF](#)

Read Statistic: 10

[Pelatihan Smart Trainer EFI untuk Civitas SMKN 1 Ampek Nagari: Dorong Transformasi Pendidikan Vokasi di Era Industri Otomotif Modern](#)

[10.22236/solma.v15i1.21401](#)

115-124 Iffarial Nanda, Muslim Muslim, Rido Putra, Lucy Fridayati, Suci Suci, Halimahtusakdiah
Halimahtusakdiah

[PDF](#)

Read Statistic: 6

[Penguatan dan Pendampingan Pengembangan Pembelajaran berbasis Literasi Digital Menuju
SDM Unggul 2045 Bagi Guru Sekolah Dasar di Desa Sakatiga](#)

[10.22236/solma.v15i1.21649](#)

1556-1565 Siti Dewi Maharani, Bunda Harini, Budiansyah, Nurdin Kamil, Meilani Tirta Sari,
Mazda Leva Okta Safitri

[PDF](#)

Read Statistic: 20

[Pelatihan Pembuatan Tempe Sebagai Upaya Peningkatan Ekonomi Masyarakat Kampung
Tibatibanam dan Mawar Kecamatan Distrik Teluk Patipi Kabupaten Fakfak Papua Barat](#)

[10.22236/solma.v15i1.21939](#)

1459-1470 Umi Robiatul Adawiyah, Agus Riyadi, Abdul Karim, Sulistio Sulistio, R. Setyastama

[PDF](#)

Read Statistic: 17

[Upaya Preventif Diabetes Melitus Pada Anak Balita Melalui Gerakan Keluarga Sadar Gula](#)

[10.22236/solma.v15i1.22581](#)

Nurnaningsih Abdul, Siti Choirul Dwi Astuti; Herman Priyono Luawo ; Sri Sujawaty, Daswati

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 22

[Pengabdian Masyarakat Kolaboratif di Gubug Lanceng, UKM Produsen Madu Lanceng:
Identifikasi Potensi Produk Turunan](#)

[10.22236/solma.v15i1.19440](#)

1816-1826 Indah Hartati, Willie C Buclatin, Veronica P Penaflorida, Khanifah Khanifah, Farikha
Maharani, Agung Nugroho, Ernawati Budi Astuti

[PDF](#)

Read Statistic: 5

[Pelatihan Produksi Kombucha sebagai Inovasi Pangan Fungsional untuk Kesehatan dan Kewirausahaan Komunitas di Desa Bocor Kebumen](#)

[10.22236/solma.v15i1.20905](#)

1547-1555 Siti Nur Chasanah, Indah Hartati, Farikha Maharani, Dewi Andini Kunti Mulangsri, Devi Nisa Hidayati, Agung Nugroho, Tabah Priangkoso

[PDF](#)

Read Statistic: 8

[Improving Knowledge and Skills in Diet Planning to Prevent Hypertension in the Ciangsana Village Community](#)

[10.22236/solma.v15i1.21123](#)

2149-2160 Yenny Yenny, Patricia Budihartanti Liman, Kartini Kartini, Gerie Amarendra, Erni Erfan, Najwa Ali, Nahla Sarita Husein, Alzikha Khalisha Roza

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Pelatihan Penyusunan Bahan Ajar Bermutu Berbantuan Artificial Intelligence pada Guru Sekolah Dasar Kota Madiun](#)

[10.22236/solma.v15i1.21233](#)

182-193 Parji Parji, Wachidatul Linda Yuhanna, Trio Ageng Prayitno

Read Statistic: 5

[Model Pengembangan Motif dan Produk Fesyen Batik berbasis Partisipasi di Batik Wardana Sragen](#)

[10.22236/solma.v15i1.21412](#)

445-453 Apika Nurani Sulistyati, Darwoto Darwoto, Alfi Yusrina Farikha, Theresia Widyastuti

Read Statistic: 6

[Penguatan Brand Desa Wisata Halal melalui Promosi Digital di Desa Perlang, Kabupaten Bangka Tengah](#)

[10.22236/solma.v15i1.21702](#)

238-248 Hendra Cipta, Al Fakhri Zakirman, Musa Musa, Khoirina Ulfa, Siti Rohanah

Read Statistic: 9

[Gambaran Pengetahuan Perempuan Jemaat GPM Poka Sebelum dan Sesudah Seri Edukasi Kesehatan melalui Analisis Pre Test dan Post Test](#)

[10.22236/solma.v15i1.21997](#)

2273-2282 Farah Christina Noya, Theresia Natalia Seimahuira, Marliyati Sanaky, Vina Zakiah Latuconsina, Nerissa Alviana Sutantie, Karina Jesslyn Sung, Wanda Tanamal, Nathalia Juita Julandari Resimery, Christiana Manuella Violynn Tuamelly, Cherlyn Seleky

[PDF](#)

Read Statistic: 15

[Edukasi Dasar Kesehatan Reproduksi dan Seksual Remaja Melalui Permainan Ular Tangga di Pondok Pesantren Minhaajurrosyidiin](#)

[10.22236/solma.v15i1.22648](#)

1932-1945 Chandrayani Simanjorang, Lusya Puri Ardhiyanti, Ika Maulida Nurrahma, Ismaya Ramadhanti, Balqis Hiri Bahasoan, Adzra Arifah Mahira, Jasmine Ayunda Saputri, Aditya Ibnu Gunawan

Read Statistic: 43

[Green Literacy Green Literacy: Penguatan Literasi Siswa SD Dusun Bisuaf Melalui Kegiatan Pertanian Organik](#)

[10.22236/solma.v15i1.19785](#)

275-285 Marthisa O. Billik, Netty J. M. Gella, Landiana E. Laos, Ruth Novi Kornalia Mello

[PDF](#)

Read Statistic: 3

[Psikoedukasi “Kenali, Dalami, dan Berstrategi: Mengenal Masa Remaja dengan Segala Keunikan dan Tantangannya” bagi Orang Tua dalam Mbersamai Remaja](#)

[10.22236/solma.v15i1.21013](#)

437-446 Rahmah Rezki Elvika, Ramaita Ramaita, Serly Safitri, Muhammad Lutfan Rais, Rihadatul Aisy, Aditya Yoga Andika, Anisa Fadilah, Maya Yasmin, Yolivia Irna Aviani

[PDF](#)

Read Statistic: 14

[Pencegahan Nyeri Punggung Bawah melalui Edukasi pada Ibu Rumah Tangga di Desa Pangkalan Jati, Cinere, Depok, Jawa Barat](#)

360-367 Fadhil Muhammad

[PDF](#)

Read Statistic: 13

[Kombinasi Permainan Jigsaw Puzzle dan Senam Otak sebagai Terapi Aktivitas Kelompok dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif Lansia](#)

[10.22236/solma.v15i1.21251](#)

Nurullia Hanum Hilfida, Muhamad Ridlo, Abdul Fauzi, La Saudi, Anja Hesnia Kholis, Siska Christianingsih

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 9

[Tiga Asah: Pendampingan Penerapan Healthy Aging pada Lansia di Pondok Lansia melalui Kegiatan Asah Fisik, Pikir, dan Rasa](#)

[10.22236/solma.v15i1.21419](#)

2316-2326 Nur Rohmah Hidayatul Qoyyimah, Retno Sulistiyarningsih, Hilda Rosa Ainiyah, Aqila Permata Amara Danish, Ailsa Nabila Putri Vandia, Syafira Putri Giriansyah

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Mandiri Pangan dan Mandiri Financial dengan Integrated Farming sebagai Solusi Pencegahan Stunting di Desa Permata Baru, Indralaya Utara, Ogan Ilir](#)

[10.22236/solma.v15i1.21734](#)

1878-1892 Adelina Irmayani Lubis, Jafar Arifin, Muhammad Naufan Rizqullah, Ayu Prameswari, Swara Mega, Deni Saputra, Agil Maulidina

Read Statistic: 35

[Sosialisasi Hak Merek dalam Dunia Usaha Ritel : Bekal Kewirausahaan bagi Siswa di Madrasah Aliyah Sa'adatuddarain](#)

[10.22236/solma.v15i1.22048](#)

210-218 Febri Sholihatul Lailah, Nurwentari Dyah Fitriyawardhani, Dellia Mila Vernia, Deva Meisa, Ananda Mutiara Darussalam Putri

Read Statistic: 8

[Penguatan Kompetensi Guru Madrasah Aliyah Wilayah MGMP Kimia Jakarta melalui Implementasi E-Modul Kimia Berbasis STEM dan Etnosains](#)

[10.22236/solma.v15i1.22706](#)

1615-1622 Muktiningsih Nurjayadi, Meyliana Wulandari, Futi Kusuma Hati, Ika Keumala Fitri, Siti Fatimah, Ruhul Aflah Nur'aini, Yaktiva Dwi Purnama, Emia Erliasna

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Pelatihan Inovasi Produk Pangan Lokal Berbasis Bayam dan Ikan Tengiri untuk Pencegahan Anemia Remaja di Kelurahan Panyuran](#)

[10.22236/solma.v15i1.20231](#)

105-114 Dyah Pitaloka, Miftahul Munir, Ahmad Fauziansyah, Wiwid Sulistyو Febiyanti

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Peningkatan Kapasitas Pedagogi Guru: Mengembangkan Inovasi Bahan Ajar IPA Terintegrasi Virtual SEM berbasis STEM](#)

[10.22236/solma.v15i1.21037](#)

1303-1314 Intan Lestari Mulyaning Tyas, Gita Rahmi, ade sazaliana

[PDF](#)

Read Statistic: 6

[Strategi Diversifikasi Produk dan Pemasaran Digital untuk Usaha Mikro Pengrajin Songket Riau](#)

[10.22236/solma.v15i1.21152](#)

286-296 Herlinawati Herlinawati, Zamzami Zamzami, Efti Novita Sari, Aura Syalsabila, Nurul Widiatul Ihsan

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Integrasi Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila \(P5\) melalui Pelatihan Pembuatan Produk VCO Berbasis Potensi lokal di SMA Negeri 1 Kota Jambi](#)

-

[10.22236/solma.v15i1.21270](#)

Dori Fitria, Syarifa Aini Surnita Santini, Wiji Utami, Arfan, Try Susanti, Nabila Risa Primarani, Ria Setyawati, Ayu Faadila, Fadly Shalsabil Siregar, Aisyah, Siti Aminah

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 34

[Transformasi Perilaku Adaptasi Digital Melalui Edukasi Penggunaan Platform Pemasaran dan Keuangan Digital Pada Female Entrepreneurship](#)

[10.22236/solma.v15i1.21484](#)

Wiwik Maryati Hamid, Dina Eka Shofiana Witono, Ahmad Faiz

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 9

[Peningkatan Kapasitas Pelaku Budaya melalui Digitalisasi Alat Musik Tradisional Klenang di Paguyuban Adiluhung Djati Sware, Lombok Timur](#)

[10.22236/solma.v15i1.21782](#)

1606-1614 L M Samsu, Imam Fathurrahman, Lalu Kertawijaya, Eka Puspita, Wahyu Azizi

[PDF](#)

Read Statistic: 11

[Transformasi Pemasaran UMKM Berbasis Teknologi Digital di Kabupaten Indramayu, Bogor dan Kota Tangerang](#)

[10.22236/solma.v15i1.22221](#)

1364-1373 Naeila Nurazizah, Olpy Nopy Yanti, Sakilah, Anis Nadhja Azizah, Fitri Rachmiati Sunarya

[PDF](#)

Read Statistic: 10

[Peningkatan Produktivitas dan Pemasaran Lobster Air Tawar melalui Inovasi Pakan Suplementasi Berbasis Asam Amino dan Glukosa serta Digital Marketing di Akuatama Farm](#)

[10.22236/solma.v15i1.22763](#)

Nurul Mutmainnah

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 10

[Pelatihan Penulisan Artikel Ilmiah bagi Dosen dan Mahasiswa STIT Pringsewu](#)

[10.22236/solma.v15i1.20604](#)

2372-2380 Indah Wigati, Muhammad Toriq, Mohammad Syawaludin, Maryamah Maryamah

Read Statistic: 15

[Penerapan Pelatihan Interpersonal Skills dalam Meningkatkan Kolaborasi dan Pengelolaan Konflik Anggota Koperasi Wanita Sukabumi](#)

[10.22236/solma.v15i1.21055](#)

Tetty Sufianty Zafar, Ike Rachmawati, Nyimas Nurfatimah, Asep Munajat

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 10

[Self protection skill training sebagai prevensi child grooming di Nagari Persiapan Gadut Barat, Sumatera Barat](#)

[10.22236/solma.v15i1.21180](#)

Maya Yasmin, Mariza Elvira, Ferdian Ondira Asa

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 14

[Pelatihan Penerapan Pembelajaran Mendalam dalam Penyusunan Perangkat Ajar Seni Budaya bagi Guru SMP Se-Kota Blitar](#)

[10.22236/solma.v15i1.21317](#)

2651-2657 Indar Sabri, Setyo Yanuartuti, Djuli Djatiprambudi, Setya Yuwana, Warih Handayaningrum, Syaiful Qadar Basri, Anbie Haldini Muhammad

[PDF](#)

Read Statistic: 12

[Peningkatan Kompetensi Profesional Guru melalui Pemanfaatan Ragam Tools AI dalam Scientific Writing & Literature](#)

[10.22236/solma.v15i1.21537](#)

Astuti Muh.Amin, Dina Rahmawati, Fitriyah Karmila, Dwi Iriyani Ridwan

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 4

[Peningkatan Literasi Panganekaragaman Konsumsi Pangan Untuk Cegah Stunting Pada Ibu Balita Di Desa Ibul Besar Ogan Ilir](#)

[10.22236/solma.v15i1.21819](#)

2595-2602 Anita Rahmiwati, Agus Supriadi, Rini Mutahar, Ardesy Melizah, Riri Amanda Pratiwi

[PDF](#)

Read Statistic: 0

[Sampah menjadi Berkah: Mendirikan Bank Sampah sebagai Solusi yang Cerdas Mengelola Sampah dan Meningkatkan Ekonomi di Panti Asuhan Putri 'Aisyiyah Riau](#)

[10.22236/solma.v15i1.22326](#)

2141-2148 Nini Aryani, Suparmi Suparmi, Efriani Efriani

[PDF](#)

Read Statistic: 11

[Pendampingan Implementasi dan Pelaksanaan E-office bagi Aparatur Gampong Cot Keumuneng Kabupaten Aceh Utara untuk Mendukung Smart governance](#)

[10.22236/solma.v15i1.16410](#)

1449-1458 Hafizh Al Kautsar Aidilof, Lidya Rosnita, Rahma Fitria, Rini Meiyanti, Habib Muharry Yusdartono, Haris Yunanda Rangkuti, Andrea Micola Azwir

[PDF](#)

Read Statistic: 18

[Edukasi Daun Jambu Air sebagai Penanggulangan Penyakit Sindrom Metabolik di Desa Burai, Ogan Ilir](#)

[10.22236/solma.v15i1.20811](#)

1678-1685 Najma Annuria Fithri, Laida Neti Mulyani, Tia Sabrina, Siti Humairoh, M. Akram, Rumiayati Dwi Nindi Marrisca, Nadya Ramadhani Ikhsana

[PDF](#)

Read Statistic: 6

[Pendampingan Spiritualitas bagi Muallaf Trenceng Ponorogo](#)

[10.22236/solma.v15i1.21068](#)

1732-1741 Alip Sugianto, Kuwat Budi Santoso, Siti Rohmatin Kusbah, Romelah Romelah

[PDF](#)

Read Statistic: 10

[Pelatihan Implementasi Deep Learning bagi Guru untuk Meningkatkan Kualitas Pembelajaran di Sekolah](#)

[10.22236/solma.v15i1.21194](#)

Tita Rosita, Astri Dwi Jayanti Suhandoko, Tian Belawati, Maximus Gorky Sembiring, Agus Joko Purwanto

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 11

[Peningkatan Kompetensi Guru melalui Pelatihan Pembuatan Infografis sebagai Media Pembelajaran Digital Interaktif](#)

[10.22236/solma.v15i1.21350](#)

1418-1425 Nilam Novita Sari, Bagus Sumargo, Vera Maya Santi, Widyanti Rahayu, Khaola Rachma Adzima, Tiara Husnul Khotimah, Sahiba Sahila, Baihaqy Mahardika, Khansa Salsabil Fadya

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Deteksi Dini Diabetes Melitus dan Edukasi Kesehatan bagi Guru Kimia Madrasah Aliyah, Jakarta](#)

[10.22236/solma.v15i1.21581](#)

958-967 Meyliana Wulandari, Irma Ratna Kartika, Rosi Fitri Ramadani

[PDF](#)

Read Statistic: 16

[PF Peningkatan Produktivitas dan Nilai Tambah Madu Kelulut melalui Inovasi Semen-Fero dan Pelatihan Pembuatan Sabun Madu di Kampung Temenin Lama–Malaysia](#)

[10.22236/solma.v15i1.21862](#)

2707-2714 Yulcherlina Yulcherlina, Nor Hasanah binti Abdul Shukor Lim, Popi Fauziati, Khadavi Khadavi, Rizky Ananda Zulkarnain, Mentari Salmita

[PDF](#)

Read Statistic: 4

[Optimalisasi Pemanfaatan Artificial Intelligence \(AI\) untuk Mendukung Pembelajaran Mendalam di Pondok Pesantren Al Fatah, Cileungsi](#)

[10.22236/solma.v15i1.22469](#)

2556-2564 Kanaria Herwati, Anjelis Ratuwulan, Rudeva Juniawaty, Isnaeni Widowati Sutoyo

[PDF](#)

Read Statistic: 5

[Modifikasi Rumpon untuk Menunjang Peningkatan Hasil Tangkapan Pada Nelayan Skala Kecil](#)

[10.22236/solma.v15i1.17617](#)

2226-2235 Alfa F.P. Nelwan, Muh. Abduh Ibnu Hajar, Najamuddin Najamuddin, Mahfud Palo, Musbir Musbir, Faisal Amir, Assir Marimba, St. Aisjah Farhum, Mukti Zainuddin, Safruddin Safruddin, Muhammad Kurnia, Resky Dwiyantri Risa B., Rachmat Hidayat, Andi Risda Fitrianti

Abudarda, Baso Aswar, Andi Tenri Fada, Dhiaz Erlangga Tangahu, Wahyuramadan
Wahyuramadan

[PDF](#)

Read Statistic: 16

[Pemberdayaan Kelompok Tani dan Perikanan Berbasis Biokonversi dan Diversifikasi Produk Maggot BSF Sebagai Upaya Penguatan Ekonomi Lokal](#)

[10.22236/solma.v15i1.20857](#)

2565-2584 Muhammad Bibin, Rifni Nikmat Syarifuddin, Dian Nirmasari, Ani Ardian, Nur Zafitri, Aldhy Iskandar, Reza Reza, Nurhaliza Ahmad

[PDF](#)

Read Statistic: 12

[Optimalisasi Tata Ruang, Sarana dan Prasarana di Glee Siron untuk Meningkatkan Daya Tarik Pariwisata](#)

[10.22236/solma.v15i1.21103](#)

1480-1491 Teuku Eka Panny Hadinata, Faiza Aidina, Agus Ariyanto

[PDF](#)

Read Statistic: 3

[Edukasi Desain Rumah Sederhana Tahan Gempa Berbasis Simulasi SeismoBuild: Bukti Kuantitatif Pengaruh Regularitas Denah dan Distribusi Infill di Mugarsari, Tasikmalaya](#)

[10.22236/solma.v15i1.21213](#)

21-32 Sri Wanto, Raden Roro Dita Arviananda, Galih Rahmat Jatnika, Indrajathie Aziz, Muhamad Anugerah Ramadhan, Kartika Seinari

[PDF](#)

Read Statistic: 2

[Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Antibiotik untuk Demam Tifoid Pada Anak di Desa Canduk](#)

[10.22236/solma.v15i1.21394](#)

Elmalia Elmalia Prima Anjani, Fauziah Fauziah, Silma Kaaffah

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 4

[Pelatihan Pemanfaatan Media Digital Berbasis Artificial Intelligence sebagai Sumber Belajar Sejarah pada Guru-Guru Sejarah di Kabupaten Subang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21632](#)

475-484 Yani Kusmarni, Ayi Budi Santosa, Syarah Nurul Fazri, Syahidah Sumayyah Rahman, Muhammad Abror Amanullah

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Optimalisasi Kompetensi Digital Health Kader dalam Pencegahan Dini Stroke di Kelurahan Margasari](#)

[10.22236/solma.v15i1.21926](#)

1137-1146 Cicirosnita Jayadi Idu, Dina Marya Soleha, Yunda Meliana, Mahda Aulia Arzety, Muhammad Arba Adnandi

[PDF](#)

Read Statistic: 6

[Green Lifestyle dengan Tumbler Ecoprint: Inovasi Ramah Lingkungan dalam Penguatan P5RA dan Dukungan terhadap SDGs](#)

[10.22236/solma.v15i1.22574](#)

2452-2465 Fitria Pusparini, Yulilina Retno Dewahrani, Nailul Rahmi Aulya, Daniar Setyo Rini, Dini Safitri

[PDF](#)

Read Statistic: 8

[Pemberdayaan Ibu-Ibu PKK Desa Japan dalam Pengolahan dan Pemasaran Produk Berbasis Buah Pamelu untuk Meningkatkan Ekonomi Keluarga](#)

[10.22236/solma.v15i1.19015](#)

Wawan Shokib Rondli, Sumaji Sumaji, Savitri Wanabuliandari, Nabila Ega Pramono

[PDF](#)

Read Statistic: 10

[Eduekowisata Berbasis Integrated Farming System di UKM "TAPOS FARM" Desa Cileungsi Kecamatan Ciawi-Bogor](#)

[10.22236/solma.v15i1.20896](#)

630-647 Ahmad Syarbaini, Helmi Haris, Ridwan Rachmat, Sahnur Mulya, Marcell Muhammad, Abrar Ghani Azis, Muhammad Abdiki Wicaksono, Muhamad Falih Fauzan, Ani Nuraini

[PDF](#)

Read Statistic: 3

[Optimalisasi Usaha Ternak Ayam Petelur dengan Teknologi Pakan Probiotik di Kelompok Peternak Kabupaten Blitar](#)

[10.22236/solma.v15i1.21118](#)

1870-1877 Panji Purnomo, David Kurniawan, Rosidi Azis

Read Statistic: 10

[Psikoedukasi Bullying dan Short Course Keterampilan Sosial untuk Meningkatkan Iklim Sekolah Aman pada Siswa SDN 12 Malalak Selatan](#)

[10.22236/solma.v15i1.21231](#)

Wirza Feny Rahayu, Rahmadiani Aulia, Triave Nuzila Zahri, Audia Syaidina, Nurul Hidayah

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 13

[Internalisasi Nilai Respect untuk Meningkatkan Profesionalisme Perawat dalam Layanan terhadap Rekan Sejawat](#)

[10.22236/solma.v15i1.21408](#)

368-373 Riza Musni, Widi Astuti, Yara Andita Anastasya, Rini Julistia, Zurratul Muna, Leni Maszura, Tio Setiawan, T.R. Fitrah At-Taqwa Harahap

[PDF](#)

Read Statistic: 5

[Implementasi Pendekatan SAVI sebagai Strategi Pembelajaran Teknik Shooting Bola Basket di Tingkat Sekolah Dasar: Optimalisasi Pembelajaran Motorik yang Aktif dan Inovatif](#)

[10.22236/solma.v15i1.21672](#)

1710-1721 Ahmad Riady Hasibuan, Indah Purnama Sari, Ismail Saleh Nasution

[PDF](#)

Read Statistic: 10

[Integrasi Konservasi dan Budaya Lokal dalam Pemenuhan Gizi Ibu Hamil KEK Melalui Inovasi PMT Berbasis Budidaya Ikan Lele](#)

[10.22236/solma.v15i1.21981](#)

2074-2083 Silvia Widayani Heriyanti, Ratna Suminar, Widya Maya Ningrum, Yudita Inggah Hindiarti, Mochamad Arief Rizki Mauladi, Mirda Lestari

[PDF](#)

Read Statistic: 20

[Penguatan Literasi dan Perencanaan Keuangan Syariah bagi Imigran Indonesia di Malaysia](#)

[10.22236/solma.v15i1.22635](#)

1596-1605 Fatkhur Rohman Albanjari, Nugraheni Fitroh R. Syakarna, Jihan Nabila Zahara, Mazuri Binti Abd. Ghani

[Efektivitas Penyuluhan Program Digitalisasi pada Industri Rumahan Produksi Keripik Pisang Leunah Lumajang](#)

[10.22236/solma.v15i1.19725](#)

548-559 Ade Fitriyanti, Ainin Bashiroh, Arisca Putri Anggraini, Rizna Zulfa Mushriroh, Ruli Saefudin

Read Statistic: 8

[Strategi Branding Produk Jamu Tradisional di Era Digital: Meningkatkan Daya Tarik Konsumen Melalui Media Sosial](#)

[10.22236/solma.v15i1.20983](#)

2622-2631 Ardana Putri Farahdiansari, Jatmiko Budi Santosa, Melinda Rizki Febrianti

[PDF](#)

Read Statistic: 6

[Optimalisasi Literasi dan Kemampuan Retorika melalui Program Pelatihan Public Speaking](#)

[10.22236/solma.v15i1.21134](#)

Awan Gunawan, Ibnu Imam Al Ayyubi, Deni Indrawan, Namiyah Fitriani, Nurhikmah Nurhikmah

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Implementasi Program FRESH: Kolaborasi Kampus dan Sekolah dalam Mewujudkan Lingkungan Sehat dan Bebas Asap Rokok](#)

[10.22236/solma.v15i1.21245](#)

69-77 Dessy Amelia, Moch. Yunus, Rizqie Putri Novembriani, Alifia Candra Puriastuti, Khamdan Mukharam, Moch. Andi Billah, Elvina Friska Rindani

[PDF](#)

Read Statistic: 4

[Pemanfaatan Olahan Salak sebagai Produk Kuliner Lokal Desa Wisata Tegal LoeGood](#)

[10.22236/solma.v15i1.21416](#)

1965-1977 Lutfi Maulana Hakim, Weka Kusumastiti, Viona Amelia

[PDF](#)

Read Statistic: 19

[Pelatihan Literacy Cloud pada Kegiatan Extensive Reading pada Komunitas Sekolah Madrasah Aliyah di Bojonegoro](#)

[10.22236/solma.v15i1.21725](#)

2035-2040 Iin Widya Lestari, Mohammad Fatoni, Nanin Verina Widya Putri, Shahibul Faizza Alwi

[PDF](#)

Read Statistic: 2

[Pelatihan Komunikasi Organisasi dan Implementasi Pengendalian Penyakit Bercak Daun pada Bibit Kelapa Sawit](#)

[10.22236/solma.v15i1.22029](#)

315-329 Rizky Randal Cameron, Siti Rakhmi Afriani, Rosita Rosita, Agustina Elisabeth Sihotang, Ririn Meyda Wanti, Dedek Dedek, Nuur Rizkia Priatna, Rifaldo Rifaldo

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Pemanfaatan Media Sains Jembatan Kayu Sebagai Sarana Character-Building Remaja Kelurahan Lamper Lor, Semarang](#)

[10.22236/solma.v15i1.22686](#)

Sulistiyowati Sulistiyowati, Diah Aryati Puji Lestari, Andi Nurcahyo, Markus Nanang Irawan Budi Susilo

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 2

[Evaluasi Dampak Sosial Program Pengembangan UMKM XYZ melalui Pendekatan Social Return on Investment \(SROI\)](#)

[10.22236/solma.v15i1.20215](#)

140-149 Ansarullah Lawi, Deria Moti Hutagalung, Aulia Agung Dermawan, M. Ansyar Bora, Alvendo Wahyu Aranski, Zainul Munir, Roni Adi

[PDF](#)

Read Statistic: 10

[Transformasi Limbah Kulit Pepaya Menjadi Papaya Flour: Berbasis Pemberdayaan Rumah Tangga di Desa Labuaja](#)

[10.22236/solma.v15i1.21031](#)

1047-1055 Nurfadilla Nurfadilla, Andi Muhammad Irfan Taufan Asfar, Andi Muhammad Iqbal Akbar Asfar, Andi Nurannisa, Gunawan, Aulia Nanda

[PDF](#)

Read Statistic: 8

[Gerakan Pengurangan Sampah di Sekolah: Membangun Kesadaran Lingkungan melalui Sortir dan Penjualan Sampah](#)

[10.22236/solma.v15i1.21143](#)

497-507 Rahmawati Rahmawati, Aulia Fujianti, Rany Safitri

[PDF](#)

Read Statistic: 19

[Pelatihan Guru MGMP Ekonomi Kabupaten Sidoarjo dalam Mengimplementasikan Pendekatan Deep learning untuk Meningkatkan Critical Thinking Skill](#)

[10.22236/solma.v15i1.21263](#)

1471-1479 Heni Purwa Pamungkas, Muhammad Abdul Ghofur, Dhiah Fitrayati, Amirusholihin Amirusholihin, Eka Indah Nurlaili

[PDF](#)

Read Statistic: 5

[Pemberdayaan Guru Madrasah melalui Desain Media Pembelajaran IPA Berbasis STEAM di Kec. Tobelo Utara Kab. Halmahera Utara](#)

[10.22236/solma.v15i1.21454](#)

Sukardi Abbas, Abdurrahman Hi. Usman, M. Fikram Mahmud

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 4

[Penguatan Kepatuhan Regulasi Tata Kelola Retensi Arsip Aktif–Inaktif di Rumah Sakit melalui Pendampingan Manajemen Arsip Digital Rekam Medis](#)

[10.22236/solma.v15i1.21755](#)

2544-2555 Indah Susilowati, Ayu Pangestuti, Amir Ali, Agus Sulistiawan, Safari Hasan

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Pelatihan Literasi Digital dan Pembuatan Konten Berbasis Nilai Spiritual bagi Guru dan Santri di Pondok Pesantren Maadarikul Ulum](#)

[10.22236/solma.v15i1.22093](#)

2107-2114 Nurfitria Khoirunnisa, Taufan Abdurrachman, Shohib Khoiri, Lulu Latifah Nurhafsyah, Lina Sintia, Ardian Abdul Hanan, Fachri Firmansyah

[PDF](#)

Read Statistic: 4

[International Community Engagement: Transfer Edukasi Agribisnis Terhadap Pelajar Indonesia di Malaysia](#)

[10.22236/solma.v15i1.22729](#)

2270-2276 Akbar Ali Arbai, Ertika Fitri Lisnanti, Heru Setyadi , Eerlin Widya Fatmawati

Read Statistic: 12

[Pemberdayaan Kemitraan Masyarakat Melalui Program Token Pedia dalam Bentuk Pelayanan Kesehatan Jiwa pada Santri Melalui Pengembangan Pesantren Digital di Pesantren Daarus Salam](#)

[10.22236/solma.v15i1.20403](#)

2734-2746 Ahmad Guntur Alfianto, Miftakhul Ulfa, Syahroni Iriananda, Dian Pramudya, Istiyan Maulana Malik Ibrohim, Nahdyatus Nur Fitriyah

Read Statistic: 2

[Edukasi Bahaya Rokok melalui Media Puzzle pada Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Sentani, Kabupaten Jayapura](#)

[10.22236/solma.v15i1.21042](#)

1978-1986 Fajrin Violita, Christin Debora Nabuasa, Wahyuti Wahyuti, Lisda Oktavia Madu Pamangin

[PDF](#)

Read Statistic: 8

[Pemberantasan Sarang Nyamuk Melalui Program TAJIR \(Tawang Jentik Mandiri\) Di Desa Tawang 3](#)

[10.22236/solma.v15i1.21164](#)

1426-1435 Titi Nurhasanah, Apriliyna Dwi Wahyuni, Nadiyah Kumalasari, Dini Ayu Pinasti, Andin Salfina Arsyi, Nadila Anti Nur Khoyriani, Alfino Daiva Herlambang, Hasna Aghnia Fatikhah, Betty Intan Pratiwi, Tanjung Anitasari Indah Kusumaningrum

[PDF](#)

Read Statistic: 24

[Pemberdayaan Masyarakat melalui Workshop dan Produksi Film Pendek sebagai Media Promosi Wisata Desa Girmulyo, Karanganyar](#)

[10.22236/solma.v15i1.21292](#)

Prajanata Bagiananda Mulia, Titus Soepono Adji, Saskia Eka Lestari

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 15

[Pelatihan Riset Tools dan Pendampingan Penulisan Karya Ilmiah untuk Meningkatkan Daya Saing Siswa SMA Negeri 1 Natar](#)

[10.22236/solma.v15i1.21514](#)

330-339 Novalia Novalia, Reza Pahlepi, Fitriana Rahmawati

[PDF](#)

Read Statistic: 4

[Pemenuhan Hak Energi Bersih di Pelabuhan Kijing: Pendekatan Partisipatif Berbasis Sustainable Development Goals di Kabupaten Mempawah](#)

[10.22236/solma.v15i1.21810](#)

1374-1379 Sri Agustriani Elida, Radifan Anhari, Ibrahim Sagio, Budi H. Bangun, Evi Purwanti, Arsensius, Ria Wulandari, Fatma Muthia Kinanti, Muhammad Rafi Darajati, Annisa Azzaulfa

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Peningkatan Kompetensi Pedagogi Digital Guru SD melalui Integrasi AI dan Augmented Reality untuk Mendukung Deep Learning di KKG Gugus Diponegoro Kabupaten Semarang](#)

[10.22236/solma.v15i1.22282](#)

1519-1529 Aldina Eka Andriani, Panca Dewi Purwati, Yuli Witanto, Nugraheti Sismulyasih, Susilo Tri Widodo, Sri Sulistyorini

[PDF](#)

Read Statistic: 14

[Pelatihan Pengenalan dan Pemanfaatan Biji Kopi untuk Memulai Bisnis Kopi](#)

[10.22236/solma.v15i1.22790](#)

2260-2269 Uturestantix Uturestantix, Quincy F. Kambuaya, Idham Khaliq

Read Statistic: 20

[Edukasi Gizi terkait Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi pada Lansia Menggunakan Booklet di Pasir Putih, Depok](#)

[10.22236/solma.v15i1.20730](#)

Adinda Alfi Azizah, Rizqy Amanatul Husna Pamungkas, Shinta Fransiske Simanungkalit

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 19

[Revitalisasi UMKM Sri Batik Jumput Melalui E-CoDigimark untuk Penguatan Branding Produk Unggulan Bojonegoro](#)

[10.22236/solma.v15i1.21066](#)

1228-1240 Nilna Indriana, Ida Fauziatun Nisa', Burhanatut Dyana

Read Statistic: 10

[Pemberdayaan Masyarakat: Optimalisasi Edukasi Gizi dan Kesehatan Ibu Hamil Sebagai Upaya Preventif Stunting di Desa Buluh Cina, Kabupaten Kampar, Provinsi Riau](#)

[10.22236/solma.v15i1.21186](#)

464-474 Asnika Putri Simanjuntak, Sofyan Andri, Dhini Aiyulie Novri, Iqbal Arnif, Alltop Amri Ya Habib

[PDF](#)

Read Statistic: 8

[Transformasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Melalui Model Edukasi Berbasis Komunitas di Pondok Pesantren Nurul Ulum Putri Malang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21347](#)

523-532 Hilma Tsurayya Iftitahurroza, Lintang Widya Sishartami, Kiky Martha Ariesaka, Anditri Weningtyas, Andini Kurniawati, Ahmad Al Qurrataa'yun, Sabrina Aulia, Zhafirah Auliarahma, Lintang Nirmalasari Gemalochaya Manggolono

[PDF](#)

Read Statistic: 3

[Kapasitasi Kader Kesehatan tentang Posyandu Integrasi Layanan Primer berbasis Aplikasi SIPADU-ILP di Desa Talang Aur, Kecamatan Indralaya, Kabupaten Ogan Ilir](#)

1038-1047 Siti Halimatul Munawarah Siti, Iwan Stia Budi, Najmah Najmah, Putri Inrian Tari

Read Statistic: 7

[Pemberdayaan Pesantren untuk Penerapan Hidup Bersih dan Sehat Santri melalui Inovasi Poskestren Berbasis Digital](#)

[10.22236/solma.v15i1.21855](#)

1686-1699 Ayu Khoirotul Umaroh, Irma Yuliana, Siska Ningtyas Prabasari, Bethari Mukti Kusumaningtyas, Qisty Dzakiyyatu Husna, Fassha Rahmadina Mauliza Sihar, Arya Veda Setyanindito, Dini Amalia Putri, Zalfa Nur Eka Safira, Shandy Yusril Fadlullah

[PDF](#)

Read Statistic: 13

[Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pelatihan Kepariwisata dan Pengelolaan Homestay di Desa Wisata Sukadana, Lombok Tengah](#)

=

[10.22236/solma.v15i1.22424](#)

Lalu Ratmaja, Komang Mahawira, Sirajuddin, Surayyal Hizmi, Muh Husni, Oktomi Harja, A. A Putu Gede Puja Anggara, Desak Putu Candra Dewi, Bagas Dwie Abrinzar Prajan Maturbongs

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 2

[Asistensi Aset Sumber Daya Alam Pondok Pesantren Dr. Muhammad Natsir Ramah Lingkungan](#)

[10.22236/solma.v15i1.17046](#)

1071-1081 Irwandi Irwandi, Tri Yuliani, Mahmuda Mahmuda

[PDF](#)

Read Statistic: 6

[Pemahaman Kelompok Peternak Terhadap Manfaat Pakan Fermentasi bagi Ternak ruminansia di Gampong Pulot, Kecamatan Leupung Aceh Besar](#)

[10.22236/solma.v15i1.20832](#)

2466-2482 Nurliana Nurliana, Wahyu Eka Sari, Muhammad Hanafiah, Amalia Sutriana Sutriana, Arman Sayuti, T Armansyah, Cut Nila Thasmi, Tongku N. Siregar, Juli Melia, Husnurrisal Husnurrisal

[PDF](#)

Read Statistic: 35

[Penerapan Media Boneka dan Karpet Interaktif \(PETRA dan PITRI\) dalam Edukasi Gizi bagi Anak PAUD At-Tauhid Palembang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21093](#)

1921-1931 Arie Kusumaningrum, Anita Kristi, Nadira Andika Oktaviani, Rifda Dya A Shilla, R.A. Salsabila Aprilia, Masayu Fuja Nandini

Read Statistic: 19

[Edukasi dan Implementasi Pengelolaan Limbah Minyak Jelantah untuk Mewujudkan Lingkungan Bersih dan Ekonomi Kreatif Masyarakat Balikpapan Utara](#)

[10.22236/solma.v15i1.21206](#)

1408-1417 Nita Ariestiana Putri, Alviano Ananda

[PDF](#)

Read Statistic: 11

[McKenzie Exercise untuk Mengatasi Nyeri Punggung pada Pekerja Batik Tulis](#)

[10.22236/solma.v15i1.21376](#)

409-416 Nurul Fatwati Fitriana, Prit Fiastiningrum, Candra Andodo, Meida Laily Ramdani, Wahyu Riyaningrum, Jumiati Riskiyani Dwi Nandia , Nur Isnaini, Suci Ratna Estria, Reni Purwo A

[PDF](#)

Read Statistic: 6

[Pengendalian Terpadu Hama Kumbang Tanduk \(*Oryctes rhinoceros* L.\) pada Kelapa Sawit di Desa Tabarano, Kabupaten Morowali Utara](#)

[10.22236/solma.v15i1.21614](#)

1267-1281 Ifert Ehrlick Tudon, Yusran Yusran, Retno Wulandari, I Nengah Korja, Asgar Taiyeb, Dwi Kartika Asih Hasibuan

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Sosialisasi Pemanfaatan Limbah Cangkang Kerang Sebagai Produk Kreatif untuk Mendukung Ekonomi Pemuda Pesisir di Desa Sungaibuntu, Karawang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21904](#)

2715-2722 Umi Nuraini, Alfieta Rohmaful Aeni, Dara Phonna Sibthi Zahara, Fufu Samrotul Fuadah, Rana Ardila Rahma, Nadia Fasa, Firda Ainun Nisah, Reni Nur Jannah

[PDF](#)

Read Statistic: 14

[Pendampingan Program Desa Wisata untuk Meningkatkan Kesejahteraan Masyarakat di Desa Trayu Kecamatan Singorojo Kabupaten Kendal](#)

[10.22236/solma.v15i1.22535](#)

2364-2371 Hilwa Widad, Ahmad Faqih, Agus Riyadi

Read Statistic: 9

[Pemberdayaan Masyarakat Melalui Desain Masterplan Rintisan Wisata Hutan Pinus Dengan Konsep Eduprenuer Di Kalikesek Kendal](#)

[10.22236/solma.v15i1.18536](#)

2443-2451 Novia Sari Ristianti, Nurhadi Bashit, Kurniawan Martono, Cahya Utama, Alfian Setiawan

[PDF](#)

Read Statistic: 2

[Peningkatan Kemandirian Kesehatan Masyarakat melalui Produksi Herbal Berbasis Tanaman TOGA Kearifan Lokal oleh Ibu-Ibu PKK Desa Bahu Palawa](#)

[10.22236/solma.v15i1.20875](#)

78-90 Marvin Horale Pasaribu, Tety Wahyuningsih Manurung, Ranintha Br. Surbakti, Mokhamat Ariefin, Revalina Oktaviani, Noor Angga Syaputra

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Demonstrasi dan Praktik Langsung Pembuatan MP-ASI Berbasis Pangan Lokal: Optimalisasi Peran Kader Posyandu dalam Pemberian MP-ASI yang Tepat pada Baduta di Desa Sambeng Kulon Banyumas](#)

[10.22236/solma.v15i1.21112](#)

374-383 Hiya Alfi Rahmah, Izka Sofiyya Wahyurin, Pramesthi Widya Hapsari

[PDF](#)

Read Statistic: 5

[Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga sebagai Apotek Hidup: Media Edukasi Kesehatan Keluarga di Desa Tualang Timur Kecamatan Tualang Kabupaten Siak](#)

[10.22236/solma.v15i1.21229](#)

Ilham Ilham, Romi Adiansyah, Nurmi Nurmi

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 11

[Pemberdayaan Guru BK dalam Meningkatkan Kematangan Karir Siswa melalui pelatihan Modul Bimbingan Karir Interaktif Berbasis Multimedia dan Nilai-Nilai Islam](#)

[10.22236/solma.v15i1.21403](#)

1785-1795 Moh. Yusuf Efendi, Riski Putra Ayu Distira, Mula Agung Barata, Dina Selvi Rahmadani, Putri Amelia, Eka Wahyu Andriyani

[PDF](#)

Read Statistic: 12

[Edukasi Literasi Keuangan Pelajar Indonesia di Malaysia melalui Pengenalan Mata Uang dan Menabung](#)

[10.22236/solma.v15i1.21650](#)

194-203 Erina Pratiwi, Nur Hidayati, Miladiah Kusumaningarti

Read Statistic: 28

[Internalisasi Nilai Kejujuran Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Kegiatan Mewarnai: Sebuah Upaya Penguatan Karakter Sejak Dini](#)

[10.22236/solma.v15i1.21948](#)

Ismail Ibrahim

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 6

[Penguatan Kapasitas Produksi dan Manajemen UMKM Pangan berbasis K3 dan Digital Marketing di Desa Suci Kecamatan Pantj](#)

[10.22236/solma.v15i1.22618](#)

843-854 Oktanita Jaya Anggraeni, Dewi Kurniawati, Wenny Dhamayanthi, Andi Muhammad Ismail, Dian Rizky

Read Statistic: 6

[Penyuluhan Titik Kritis Halal pada Proses Produksi Selai Dan Acar di Silan Agrifarm Philipina](#)

[10.22236/solma.v15i1.19441](#)

1827-1836 Farikha Maharani, Indah Hartati, Laeli Kurniasari, Khanifah Khanifah, Fandy Indra Pratama, Arief Hidayat, Willie C Buclatin, Veronica P Penaflorida

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Pendampingan dan Penyuluhan Penggunaan Sistem Smart Village untuk Digitalisasi Pelayanan Wisata Lolong Adventure](#)

[10.22236/solma.v15i1.20925](#)

Nur Hayati, Nur Hadian, Farikhul Muafiq, Suprpto, Ahmad Duwi Setianto

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 8

[Edukasi Terapi Aktivitas Kelompok \(TAK\) Sebagai Upaya Peningkatan Harga Diri Klien Skizofrenia di Pantj Rehabilitasi Jiwa](#)

[10.22236/solma.v15i1.21132](#)

11-19 Ayu Pratiwi, Yunike Edmaningsih, Aksan Faridsahanik, Fahira Noviantika Dwi Hapsari, Maratun Nazila

[PDF](#)

Read Statistic: 11

[Pengembangan Kepemimpinan Sosial Santri Melalui Program Pengabdian Masyarakat di Pondok Pesantren Al Itqon Kota Semarang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21238](#)

2516-2533 Muhammad Anam Alhakim, Abdul Karim, Agus Riyadi

[PDF](#)

Read Statistic: 17

[Peningkatan Kapasitas dan Manajemen Usaha Desa Wisata Berbasis Inovasi Teknologi Hijau dan Pemasaran Digital Untuk Meningkatkan Kemandirian Desa Berkelanjutan](#)

[10.22236/solma.v15i1.21413](#)

349-359 Sayekti Suindyah Dwiningwarni, Meithiana Indrasari, Dian Ferriswara, Zuhdi Ma'sum, Habibi Ainul Yaqin, Dewi Ashari, Aura Sabita Naswa, Kusuma Dewi

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Penyusunan Alat Ukur Kompetensi Mahasiswa dalam Human-Machine Communication \(HMC\)](#)

[10.22236/solma.v15i1.21708](#)

485-496 Pramana Pramana, Prahastiwi Utari, Eka Nada Shofa Alkhajar

[PDF](#)

Read Statistic: 10

[Gambaran Pelaksanaan Skrining Penyakit Tidak Menular \(PTM\) pada Jemaat GPM Poka Tahun 2025](#)

[10.22236/solma.v15i1.21999](#)

Farah Christina Noya, Nerissa Alviana Sutantie, Theresia Natalia Seimahuira, Marliyati Sanaky, Vina Zakiah Latuconsina, Karina Jesslyn Sung, Wanda Tanamal, Nathalia Juita Julandari Resimerry, Christiana Manuella Violyann Tuamelly, Cherlyn Selekty

[PDF](#)

Read Statistic: 14

[Peningkatan Literasi Digital untuk Kesiapan Technopreneurship Siswa SMKN 2 Tabanan](#)

[10.22236/solma.v15i1.22650](#)

2417-2425 Made Irma Dwiputranti, I Gusti Agung Prabandari Tri Putri, DA Gladysia Sistasanta Kurnia Dewi Sutedja, I Komang Suwardi Arta, Ni Putu Erika Suparthini

[PDF](#)

Read Statistic: 30

[Pelatihan Penerapan Model ICARE Berbasis Powtoon untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis Matematis Siswa](#)

[10.22236/solma.v15i1.19952](#)

541-547 Elsa Komala, Erwan Setiawan, Sarah Inayah, Ari Septian, Rani Sugiarni, Erma Monariska, Muhamad Soeleman, Andi Sutandi, Muhammad Tusaldi Junian Satrio, Dinda Ramadhia Haryadi

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 5

[Pemberdayaan Warga Sukawarna Melalui Gerakan Mandiri Pengolahan Sampah Rumah Tangga dengan Komposter Takakura](#)

[10.22236/solma.v15i1.21029](#)

949-957 Nany Djuhriah, Elanda Fikri, Neneng Yetty Hanurawaty, Nia Yuniarni Hasan, Ira Gustira Rahayu

[PDF](#)

Read Statistic: 18

[Implementasi Gamifikasi dalam Edukasi Anatomi dan Patologi Pendengaran untuk Pencegahan Trauma Akustik Siswa SMP](#)

[10.22236/solma.v15i1.21139](#)

2247-2261 Andrew Halim, Rokhmatul Asiyah, Tisnalia Merdya Andyastanti, Anna Susanti, Izzah Fadhilah Robbani, Nayaka Althafsyah, Shabriana Nurdiar, Muhammad Yusrian Mahdi, Ocha Eksasta Aska Nugroho, Alya Nur Salsabila, Firda Nur Sobrina, Haydar Rafsya Farzana

[PDF](#)

Read Statistic: 12

[Pemberdayaan Masyarakat Desa Ajanglaleng Kabupaten Bone melalui Pemanfaatan Limbah Tongkol Jagong menjadi Biochar untuk Tanaman Hias](#)

[10.22236/solma.v15i1.21259](#)

384-391 Sulkifli Sulkifli, Sandi Sandi, Ernida Mahmud, Adam Rahman Suradi, Fatmawati Ramli, Sahiruddin Sahiruddin, Eka Sudartik, Andi Bonewati

[PDF](#)

Read Statistic: 34

[Kolaborasi Edukasi Audiovisual dalam Pembentukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Peserta Didik TK Aisyiyah Busthanul Athfal 24](#)

[10.22236/solma.v15i1.21430](#)

454-463 Dian Puspitaningtyas Laksana, Mika Vernicia Humairo, Moh Al-Irsyad, Layla Shoinatul Hidayah, Dinia Fahriza Ulfa, Aisyah Althof Nur Zahiro

[PDF](#)

Read Statistic: 3

[Pelatihan dan Peningkatan Kapabilitas Guru TK melalui Pelatihan Pemanfaatan Suno AI dalam Pembelajaran Gerak dan Lagu di TK Pembina Negeri II Palembang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21742](#)

Yuni Dwi Suryani, Rukiyah, Taruni Suningsih, Yin Yin Septiani, Damayanti Sukma, Ekky Tri Septianingsih, Mutiara Silviani, Olivia Artha Wiradjaya, Yenny Areza

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 8

[Pemberdayaan KWT Karya Mekar dalam Mengolah Kulit Manggis menjadi Sirup Free Sugar dengan Antioksidan dan Vitamin C](#)

[10.22236/solma.v15i1.22050](#)

Dewiantika Azizah, Ika Puspa Windardi, Dede Latifah, Yusuf Haryanto, Sofiatin, Zakia Vatimatul Zahra

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 4

[Pemberdayaan Masyarakat Desa Catur Melalui Pelatihan Inovasi Minuman Jamu Modern Berbasis Tanaman Obat Keluarga \(TOGA\)](#)

[10.22236/solma.v15i1.22707](#)

2010-2019 Isna Alfiyani, Muhammad Fathan Nuralam, Afifah Aulia, Rabiatul Adawiya, Nadhila Putri Utami, Hafidz Dinulloh, Ibaadurrohmaan, Ghina Kamila, Khoiruna Malihah, Zidni Ilman Nafi'a, Raihan Ishad, Salwa Yumna Muthi'ah, Abi Muhlisin

[PDF](#)

Read Statistic: 21

[Upaya Peningkatan Ekonomi Masyarakat Lokal melalui Inovasi Produksi Teh Celup Rempah KhairunTea](#)

[10.22236/solma.v15i1.20317](#)

2483-2490 Gunawan Gunawan; Abd. SYukur Lumbessy

[PDF](#)

Read Statistic: 8

[Peningkatan Kompetensi Guru dalam Merancang Pembelajaran dengan Pendekatan Deep Learning](#)

54-68 Agung Putra Wijaya, Dina Maulina, Viyanti Viyanti, Daniel Rinaldi

[PDF](#)

Read Statistic: 4

[Smart Bagan Ikan Berbasis IoT dan GPS untuk Peningkatan Hasil Tangkap Nelayan](#)

[10.22236/solma.v15i1.21154](#)

1325-1333 Aulia Agung Dermawan, Ansarullah Lawi, Joni Eka Candra

Read Statistic: 16

[Pendampingan Pengembangan Perangkat Pembelajaran Sosiologi Berbasis Deep Learning berbantuan AI dengan Konteks Kearifan Lokal](#)

[10.22236/solma.v15i1.21281](#)

1096-1107 Erna Retna Safitri, Makmum Raharjo, Yulasteriyani Yulasteriyani, Maulida Masyitoh, Dian Sri Andriani

[PDF](#)

Read Statistic: 11

[Sosialisasi Edukasi Serta Praktik Pasar Mini Dalam Menumbuhkan Benih Wirausaha Pada Pelajar Malaysia Di Sanggar Bimbingan Kampung Melayu, Sungai Buloh](#)

[10.22236/solma.v15i1.21493](#)

1-10 Rahma Febriani, Nur Hidayati, Ahmad Jauhari

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Etno-Akm Learning Design: Integrasi Budaya Lokal Untuk Penguatan Literasi-Numerasi Siswa Kelas V](#)

[10.22236/solma.v15i1.21793](#)

2084-2096 Fauziyah Fauziyah, Siti Mas'ula, Siti Faizah

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 16

[Pendampingan Masyarakat Membangun Lingkungan dan Perilaku Sehat Dalam Upaya Preventif Penyakit Tuberkulosis Paru di Desa Ibul Besar Ogan Ilir](#)

[10.22236/solma.v15i1.22222](#)

2262-2272 Rahmatillah Razak, Elvi Sunarsih, Frisca Rahmadina; Rahma Satila Passa

[PDF](#)

Read Statistic: 5

[Optimalisasi Literasi Digital Guru dalam Penulisan Artikel Promosi Potensi Daerah Berbasis SEO](#)

[10.22236/solma.v15i1.22772](#)

2679-2688 Richard Ferry Nugraha, Bahing, Ristati, Muhammad Subhan Fikri, Emerald, Novika Amalia, Dellis Pratika, Cendikia Flory Aristia, Tutik Haryani, Sovia Rahmaniah, Basir Hidayatullah, Rafi

[PDF](#)

Read Statistic: 22

[Revitalisasi Potensi Lokal untuk Mewujudkan Desa Soko yang Tangguh dan Lestari Melalui Pendampingan Koperasi Desa Merah Putih](#)

[10.22236/solma.v15i1.20693](#)

Fahmi Khumaini, Jauhara Rana Budiani, Akhmad Faiz Riza Afthoni

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 6

[Pemberdayaan Siswa melalui Edukasi Keamanan Pangan dalam Meningkatkan Konsumsi Makanan Bersih, Sehat, dan Aman di SMA N 6 Bekasi](#)

[10.22236/solma.v15i1.21057](#)

Afrinia Ekasari, Arindah Nur Sartika, Maulin Inggraini, Azkiyah Amanda Putri, Audrey Farhanisa Fasya

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 5

[Penguatan Kompetensi Guru SMK dengan Model Pembelajaran Smart Innovation Berbasis Human-Centric](#)

[10.22236/solma.v15i1.21181](#)

1345-1354 Andi Basuki, Madziatul Churiyah, Mohammad Arief, Dewi Ayu Sakdiyyah

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Psikoedukasi Berbasis Permainan sebagai Upaya Pencegahan Bullying pada Siswa Sekolah Dasar di Desa Pasigitan, Kabupaten Kendal](#)

[10.22236/solma.v15i1.21338](#)

1108-1122 Jessica Anggrina Yunan Devona, Normalita Taruno Putri, Rivena Yuniarahma Riyanti Putri, Khaila Atikah Putri Surachman, Azalia Azarine, Kartika Sari Dewi, Nurafifa Rachmanulia

[PDF](#)

Read Statistic: 15

[Peningkatan Kompetensi Guru SD Menuju Sekolah Imersif Berbahasa Inggris Berbasis Kearifan Lokal](#)

[10.22236/solma.v15i1.21542](#)

2747-2761 Elinda Umisara, Novi Yulianti, Hany Uswatun Nisa, Tri Linda Antika, Roudlotul Aulia, Tantri Widiyarti

[PDF](#)

Read Statistic: 1

[Efektivitas Sistem Chiller Machine dalam Upaya Meningkatkan Produksi dan Kualitas Budidaya Ikan Koi di Tasikmalaya](#)

[10.22236/solma.v15i1.21829](#)

Romy Faisal Mustofa, Siti Fadjarajani, Randy Fadillah Gustaman Gustaman

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 7

[Inovasi Pengolahan Limbah Cangkang Kepiting Berbasis Zero Waste sebagai Produk Pangan Bergizi untuk Mendukung Program Makan Bergizi Gratis di Desa Kutawaru, Cilacap](#)

[10.22236/solma.v15i1.22350](#)

2020-2034 Imam Agus Faizal, Putri Maretyara Saptiyani, Riviani Riviani

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Peningkatan Kesehatan Orang dengan Gangguan Jiwa \(ODGJ\) melalui Posyandu Jiwa dengan Kearifan Lokal: Yoga Bali di Desa Ketewel](#)

[10.22236/solma.v15i1.16865](#)

204-209 Ni Made Sri Muryani, Ni Putu Eka Febianingsih, I Gusti Bagus Wirawan, I Gede Yudiana Putra

Read Statistic: 6

[MIE ULAR: Pelatihan Pembuatan Menu PMT Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Menggunakan Ekstraksi Antosianin Ubi Jalar Ungu](#)

[10.22236/solma.v15i1.20824](#)

2236-2246 Like Efriani, Mariam Ulfah, Nunung Nurjanah, Maya Fitri Nandayani, Daffa Fauzan

[PDF](#)

Read Statistic: 3

[Menurunkan Keluhan Muskuloskeletal melalui Program Workplace Stretching Exercise pada Pekerja Gudang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21079](#)

43-53 Sumardiyono Sumardiyono, Alya Nurunnisa

[PDF](#)

Read Statistic: 10

[Peningkatan Kompetensi Guru Pendidikan Agama Katolik melalui Pelatihan Media Pembelajaran Berbasis Powerpoint dan Classpoint](#)

[10.22236/solma.v15i1.21199](#)

1946-1964 Maria Florentina Rumba, Guidelbertus Tanga, Helda Petronela Plahi, Bernadetha Elfince, Yohanes Alessandrio, Martinus Aprilius Lo'o, Gregoriany C.K.D Dasilva

[PDF](#)

Read Statistic: 10

[Optimalisasi Peran Keluarga dalam Pemberdayaan Gizi untuk Menunjang Tumbuh Kembang Anak yang Lebih Sehat](#)

[10.22236/solma.v15i1.21362](#)

Ayu Rizky, Siti Masdah, Iskandar Arfan, Marlenywati Marlenywati, Alya Febria Fatmawati

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 11

[J-DIGI: Platform Journaling Digital dalam Upaya Mengatasi Dampak Bullying dan Meningkatkan Produktivitas Siswa di MTs AL-WAHDAH](#)

[10.22236/solma.v15i1.21590](#)

2612-2621 Nur Mahmudah, Siti Jubaedah, Nur Indah Lestari, Sinta Purnamasari, Indriyani

[PDF](#)

Read Statistic: 56

[Desalinasi Air Berbasis Panel Surya di Wilayah Cirebon untuk Bahan Baku Produksi Minuman Herbal Bermanfaat](#)

[10.22236/solma.v15i1.21889](#)

2041-2053 Ine Suharyani, Diyanah Kumalasary, Ani Fatonah, Azhar Dimas Putra, Adhim Surapati, Siti Fatma

[PDF](#)

Read Statistic: 11

[Pendampingan Literasi Keuangan dan Perencanaan Usaha bagi Mahasiswa Perantau di Jakarta Untuk Meningkatkan Kemandirian Kewirausahaan sebagai Upaya Membangun Kemandirian Kewirausahaan](#)

[10.22236/solma.v15i1.22487](#)

2237-2246 Latifah Wulandari, Ridwan Ismail Gorib, Jajang Suherman, Armansyah Sarusu, Selly Dwi Ambarwati

[PDF](#)

Read Statistic: 25

[Pemberdayaan Produktivitas Masyarakat melalui Pengolahan Limbah Organik dan Digitalisasi dalam Upaya Ekonomi Berkelanjutan di Desa Nglampin Kecamatan Ngambon](#)

[10.22236/solma.v15i1.18141](#)

2381-2389 Pelangi Yuwita, Ahmad Farid Utsman

[PDF](#)

Read Statistic: 6

[Fasilitasi Pembentukan Pusat Layanan Informasi ANTI KESEL Berbasis Digital Sebagai Upaya Pencegahan Kekerasan Berbasis Gender Online di SMK Bina Prestasi Bekasi](#)

[10.22236/solma.v15i1.20861](#)

2287-2293 Nur Aida, Untoro Untoro, Cahyono Cahyono, Annisa Sarah Fauza, Ghinia Yusri Annur

[PDF](#)

Read Statistic: 3

[Melestarikan Tradisi Nusantara: Eksplorasi Budaya Jawa Timur dan Topeng Malangan melalui Inovasi Digital di New South Wales](#)

[10.22236/solma.v15i1.21104](#)

150-162 Yusuf Hanafi , Ade Eka Anggraini, Khusnul Khotimah, Nanang Purwanto, Irene Milenia Siki

[PDF](#)

Read Statistic: 13

[Pengembangan Agroforestri Sirih dalam Meningkatkan Ekonomi Petani dan Mewujudkan Konservasi Sumberdaya Alam di Desa Femnasi](#)

[10.22236/solma.v15i1.21217](#)

1903-1920 Anggelina Delviana Klau, Werenfridus Taena, Yeremias Binsasi, Jefrianus Nino, Emanuel Tati Taena

[PDF](#)

Read Statistic: 6

[Skринing dan Edukasi Tuberkulosis bagi Masyarakat Kelurahan Simpang Tiga Loa Janan Ilir](#)

[10.22236/solma.v15i1.21398](#)

1807-1815 Desie Rahmawati, Andry Rachmadani, Irma Desyilia Maharani, Wahyu Azda Putra

[PDF](#)

Read Statistic: 8

[Program GENIUS untuk Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita tentang MP-ASI dalam Pencegahan Stunting di Kelurahan Bugel, Kota Tangerang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21641](#)

855-863 Agnia Nurul Hikmah, Pundra Dara Avindharin

Read Statistic: 14

[Strategi Edukasi Keluarga dalam Pencegahan Gagal Ginjal : Meningkatkan Kesadaran Melalui Pendekatan FGD berbasis keluarga di RSUD R. Syamsudin SH](#)

[10.22236/solma.v15i1.21936](#)

1576-1585 Yeni Yulianti, Dina Astia, Teten Tresnawan

[PDF](#)

Read Statistic: 4

[Strategi Mitigasi Ketergantungan Pemuda pada Tambang Emas Ilegal melalui Pendekatan Pemberdayaan Masyarakat di Pasirgombang](#)

[10.22236/solma.v15i1.22580](#)

Nadya Kharima, Dwina Amelia, Mohammad Assadel Zulfi Baihaqi, Dewi Melati

[PDF](#)

Read Statistic: 14

[Ekologis Ekoteologi Berbasis Powtoon Pada Siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah 26 Surabaya](#)

[10.22236/solma.v15i1.19436](#)

Khoirul Anam, Muhammad Fazlurrahman Hadi, Syarifuddin

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 10

[Pemberdayaan Desa Binaan \(Pdb\) Desa Bojong Murni, Meraih Asa Melalui Harumnya Minyak Atsiri](#)

[10.22236/solma.v15i1.20897](#)

Abrar Ghani Azis, Helmi Haris, Delfitriani Delfitriani, Antonius Padua Ratu, Indra Cahya Kusuma, Muhamad Zainal Fanani, Salma Rukhiatul Khafiza, Muhammad Rizma Fahrezi, Hibatul Haqqi Firdausy, Wandu Yudistriono, Depanito Anugrah Ismail

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 3

[Penerapan Mikrobubble Generator Untuk Peningkatan Kadar Oksigen Terlarut \(DO\) Pada Pengolahan Limbah Cair Rumah Sakit](#)

[10.22236/solma.v15i1.21120](#)

392-398 Zainuri Anwar, Muhammad Irfan Dzaky, Ahmad Imam Rifa'i, Aldony Reco Putra, Mohammad Roihan, Fajri Bayu Saputra, Muhammad Audhi Natanegara

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Perempuan BISA \(Berdaya, Inspiratif, Sehat, Aktif\) Sebagai Agen Pencegahan Kanker Payudara](#)

[10.22236/solma.v15i1.21232](#)

1586-1595 Wahyu Sulistyarini, Chandra Sulistyorini, Muhammad Rafli Aidillah, Sumiati Sumiati, Sulastri Sulastri

[PDF](#)

Read Statistic: 6

[Pelatihan Pencatatan Laporan Keuangan Sederhana bagi Pelaku UMKM di Kampung Wisata Tempe Sanan Malang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21409](#)

1997-2009 Dyah Metha Nurfitriasih, Putri Ayu Berlianingtyas, Ilham Saiful Fauzi, Dharmawan Iqbal Akbar, Farisa Nur Maula, Hesti Wahyuni

[PDF](#)

Read Statistic: 11

[Pelatihan Pengembangan Bahan Ajar Berbasis Etnomatematika bagi Guru MGMP Matematika MTs di Lumajang untuk Mendukung Kompetensi Pedagogik](#)

[10.22236/solma.v15i1.21679](#)

2723-2733 Yayan Eryk Setiawan, Sunismi Sunismi, Gusti Firda Khairunnisa

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Desain Signage Wayfinding di kawasan Heritage Samudra Pasai \(Studi Kasus: Gampong Beuringen Kecamatan Samudera, Kabupaten Aceh Utara Provinsi Aceh\)](#)

[10.22236/solma.v15i1.21990](#)

1254-1266 Yenny Novianti, Muhammad Reza Zulman, Deassy Sisca, Ahmad Syauqi Arvian, Andika Abriza Valda, Silfa Zahara

[PDF](#)

Read Statistic: 3

[Integrasi Nilai Islami dalam Pemanfaatan Teknologi Abad 21 pada Pembelajaran Matematika](#)

[10.22236/solma.v15i1.22642](#)

935-948 Fikri Rizkia Muhammad, Ibnu Imam Al Ayyubi, Deni Indrawan, Ari Limay Trisno Putra, Wildan Miftahussurur, Redi Zulpiano

[PDF](#)

Read Statistic: 5

[Pendampingan Implementasi dan Pelaksanaan E-office bagi Aparatur Pendampingan Pembuatan Taniak Melayu Untuk Usaha Siswa Tuna Wicara di Sekolah Luar Biasa Sri Mujinab Pekanbaru](#)

[10.22236/solma.v15i1.19773](#)

Herlinda Herlinda, Muhammad Albahi, Irien Violinda Anggriani, Aldi Febriyan Himawan

[PDF](#)

Read Statistic: 8

[Peningkatan Kapasitas Digital dalam Pengelolaan Pendidikan Islam melalui Penerapan Statistika Dasar di Pondok Pesantren Roudlatul Ulum Campurejo Bojonegoro](#)

[10.22236/solma.v15i1.20984](#)

2426-2442 Denny Nurdiansyah, Moh. Miftahul Choiri, Auliyaur Rokhim, Andika Dwi Setiawan, Muhammad Kholil Asyhuri

[PDF](#)

Read Statistic: 19

[Implementasi Inovasi Pakan Terapung sebagai Solusi Peningkatan Produktivitas Budidaya Ikan Patin di Desa Guci Kecamatan Karanggeneng Kabupaten Lamongan](#)

[10.22236/solma.v15i1.21135](#)

Dona Wahyuning Laily, Risqi Firdaus Setiawan, Suyoto Suyoto

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 11

[Pemberdayaan Petani Melalui Pengolahan Cabai Bubuk dan Tabur untuk Optimalisasi Hasil Panen di Kampung Cibeureum, Desa Sukanagalih](#)

[10.22236/solma.v15i1.21248](#)

417-428 Nadya Mara Adelina, Sarah Giovani, Anggun Pratiwi, Rifa Nisrina Rahma, Kinara Aziza Ciptanin, Muhammad Ibnu Sena, Yasmin Maliha Putri

[PDF](#)

Read Statistic: 3

[Model Pemberdayaan Masyarakat Berbasis Masjid melalui Program Pendampingan Baca Al-Qur'an pada Majelis Taklim Cilosari 17 Menteng Jakarta Pusat](#)

[10.22236/solma.v15i1.21417](#)

1722-1731 Nining Sariningsih, Hardian Hardian, Mutia Eka Putri, Siti Suriati Sunarti, Romelah Romelah

[PDF](#)

Read Statistic: 4

[Penerapan Literasi Bahasa Inggris bagi Kelompok Tani Karya Jaya Pesawaran pada Pengolahan Limbah Kulit Kakao](#)

[10.22236/solma.v15i1.21729](#)

1530-1537 Masfa Maiza, Olivia Cindowarni, Elly Rosnarita

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Pemanfaatan Herbal Inhaler \(Healer\) untuk Mengurangi Mual dan Muntah pada Ibu Hamil melalui Pendekatan Partisipatif Mahasiswa Profesi Kebidanan di Kampung Naga](#)

[10.22236/solma.v15i1.22035](#)

2603-2611 Kurniati Devi Purnamasari, Widya Maya Ningrum, Siti Fatimah

[PDF](#)

Read Statistic: 0

[Pelatihan Teknik Fotografi untuk Meningkatkan Kualitas Visual Siswa SMK PGRI 2 Badung](#)

[10.22236/solma.v15i1.22691](#)

2283-2291 Dharma Prasetya Irawan, Putu Gede Maha Vivaldi Pradnyana, Gede Wirya Mahendra Nandanawana Putra

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Strategi Pencegahan Faltering Growth dengan Penguatan Pengetahuan Pangan Lokal dalam Pemberian MPASI](#)

[10.22236/solma.v15i1.20216](#)

1221-1227 Riska Arsita Harnawati, Istiqomah Dwi Andari, Evi Zulfiana, Tyas Dwi Arti

Read Statistic: 7

[Transformasi Peran Orang Muda Katolik: Dari Peserta Menjadi Fasilitator Doa dan Pendamping Katekese](#)

[10.22236/solma.v15i1.21032](#)

163-171 Valentinus Kopong Masan, Maria Hendritha Lidya Ngongo, Bonefantura Jemy Bria

[PDF](#)

Read Statistic: 2

[Peningkatan Daya Saing Kelompok UMKM Penjahit melalui Pendampingan Digitalisasi Marketing Berbasis Aplikasi Mobile Tailor Fashion di Surabaya](#)

[10.22236/solma.v15i1.21151](#)

1334-1344 Rahma Widyastuti, Adhar Putra Setiawan, Gunawan Gunawan, Lukman Hakim, M. Taufiqur Rohman

Read Statistic: 19

[Edukasi Berbasis Sekolah untuk Menjawab Kesenjangan Literasi Kesehatan Mental dan Reproduksi Remaja di SMKN 2 Malang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21269](#)

2632-2641 Rizqie Putri Novembriani, Dessy Amelia, Alifia Candra Puriastuti, Dena Indra Winahyu, Nadine Aulia Rahma, Nina Rini Suprobo

[PDF](#)

Read Statistic: 3

[Model Interaktif untuk Internalisasi Karakter melalui Hafalan Hadits di TPQ Al-Mughni](#)

[10.22236/solma.v15i1.21483](#)

560-569 Siti Fatimah Abdullah, Titik Dinamik, Nazmatul Lail Azis Sangaji

Read Statistic: 2

[Pemberdayaan Kader Posyandu melalui Aplikasi PosgaCare untuk Pemantauan Kesehatan di Posyandu Kejawan Putih Tambak Surabaya](#)

[10.22236/solma.v15i1.21776](#)

1893-1902 Muhamad Reza Utama, Asri Asri, Ashr Hafiizh Tantri, Lukman Hakim, Dede Nasrullah, M.Taufiqur Rohman

[PDF](#)

Read Statistic: 6

[Edukasi Penggunaan Listrik Menggunakan Sistem Monitoring Berbasis IoT di Masyarakat Kelurahan Duri Kosambi Jakarta Barat](#)

[10.22236/solma.v15i1.22105](#)

1837-1847 Satrio Yudho, Darma Rusjdi, Tony Koerniawan, Aas Wasri Hasanah

[PDF](#)

Read Statistic: 11

[Penerapan Pendekatan SDGs dalam Penguatan Literasi dan Numerasi untuk Guru PAUD di Kecamatan Stabat, Kabupaten Langkat](#)

[10.22236/solma.v15i1.22738](#)

1210-1220 Suci Frisnoiry, Srinahyanti Srinahyanti, Edi Surya, Nerli Khairani, Sara Frimaulia, Tiur Malasari Siregar, Elfitra Elfitra

Read Statistic: 13

[Optimalisasi Peran PAUD dalam Peningkatan Gizi dan Pencegahan Stunting: Studi Kasus Program "Waringin Sehat" di PAUD Ibnu Umbara, Desa Waringin](#)

[10.22236/solma.v15i1.20528](#)

91-104 Yus Alvar Saabighoot, Yusrafidin Yusrafidin, Rakhmini Juwita, Rizka Nurhalija, Rory Fitriani Larasati, Annisa Raudhatul Jannah, Lulu Ilmanunah

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Peningkatan Produktivitas dan Literasi Keuangan Petani Padi di Lahan Pasang Surut Melalui Penguatan Manajemen Usaha dan Penerapan Teknologi Tepat Guna di Kelurahan Kalidoni Palembang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21052](#)

1355-1363 Riana Mayasari, Leni Sabrina, Nanda Yusril Mahendra, M. Syarif Hidayatullah, Ferdi Banar Adi, Afiq Al Bukhari, Adelia Meiranti, M. Mehdi Mahdavikia

[PDF](#)

Read Statistic: 13

[Inovasi Teh Herbal berbahan Sintrong \(*Crassocephalum crepidiodes* \(Benth.\) S. Moore\) di Pekon Gunung Terang, Kecamatan Bulok, Kabupaten Tanggamus](#)

[10.22236/solma.v15i1.21179](#)

1436-1448 Zulpakor Oktoba, Afriyani Afriyani, Amanda Putra Seta, Syaharani Noer Fathia, Ananda Abdullah Zaki Ramadhan, Muhammad Ravlizar Maulano, Callista Auli Makki, Adhilah Marani Putri

[PDF](#)

Read Statistic: 10

[Penguatan Kemandirian dan Daya Saing Petani Cabai melalui Pendekatan Hygienic Design & Digital Bussiness untuk Pengelolaan Pascapanen](#)

[10.22236/solma.v15i1.21304](#)

Ardana Putri Farahdiansari, Meilisa Rusdiana Surya Effendi, Rizky Stighfarrinata

[PDF](#)

Read Statistic: 8

[Edukasi Nutrisi Seimbang bagi Lansia melalui Program Sekolah Lansia di Kelurahan Tamamaung, Kota Makassar](#)

[10.22236/solma.v15i1.21521](#)

1796-1806 Endah Dwijayanti, Erna Tri Herdiani, Nahdiana Nahdiana

[PDF](#)

Read Statistic: 8

[Pemberdayaan Peternak Melalui Pengolahan Silase Berbahan Pelepah Sawit dalam Pemenuhan Pakan Kambing di Provinsi Riau](#)

[10.22236/solma.v15i1.21818](#)

1063-1070 Ismed, Yusmar Yusmar, Evi Irawati, Anwar Efendi Harahap, Irdha Mirdhayati, Jepri Juliantoni, Sigit Sepriadi, Wieda Nurwidada Haritsah Zain, Bakhendri Solfan, Fitri Harianti, Rizki Kurniawan

[PDF](#)

Read Statistic: 19

[Pelatihan Pemanfaatan Pucuk Tebu dan Kotoran Ternak Menjadi Kompos Organik Melalui Teknologi Tepat Guna di Desa Banyumas](#)

[10.22236/solma.v15i1.22304](#)

1651-1660 Moondra Zubir, Agus Junaidi, Dikki Miswanda, Jaman Fahmi, Ali Hamzah Lubis, Adryansyah Anugrah Pratama, Nur Anisa Anggita

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Pemberdayaan Warga Krukut Depok untuk Pencegahan Stunting melalui Pelatihan Pembuatan Cookies BROCA \(Brokoli, Wortel, dan Ayam\)](#)

[10.22236/solma.v15i1.22821](#)

2247-2259 Tatiana Siregar, Ritanti Ritanti, Diah Ratnawati

Read Statistic: 5

[Pendampingan Pemanfaatan Limbah Sampah Plastik Menjadi Paving Block di Desa Trojalu Bojonegoro](#)

[10.22236/solma.v15i1.20739](#)

1566-1575 Akhmad Al-Bari, Nabila Fuadina, Abdul Hadi Ahsan, Ahmad Taufiqurohman

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Pemberdayaan Pembuatan Lotion ekstrak Daun Pandan Wangi \(Pandanus amaryllifolius Roxb.\) Anti Aedes aegypti sebagai Upaya Peningkatan Keterampilan](#)

[10.22236/solma.v15i1.21067](#)

264-274 Neneng Yety Hanurawaty; Nany Djuhriah, Elanda Fikri

Read Statistic: 9

[Pelatihan Slow Deep Breathing untuk Mengurangi Stres Akademik pada Mahasiswa Universitas Mulawarman](#)

[10.22236/solma.v15i1.21191](#)

2327-2335 Nanik Handayani, Ridha Wahyuni, Mayang Febriani Caesar Salsabila, Syiva Rizkya, Muhammad Ilham Azhar, Febian Satrio Nugraha, Asyifa Novitiara Nur Hasannah, Anastasia Angela Grean Tekwan

[PDF](#)

Read Statistic: 8

[Pelatihan Pengembangan Media Pembelajaran Budaya Osing Berbasis Artificial Intelligence Sebagai Sarana Pelestarian Budaya](#)

[10.22236/solma.v15i1.21348](#)

2505-2515 Reski Yulina Widiastuti, Senny Weyara Dienda Saputri, Salsabila Palupi Wursita Hayuningtyas, Kurnia Ivani

[PDF](#)

Read Statistic: 4

[Smart Money for Smart Students: Pelatihan Literasi Keuangan melalui Pengelolaan Uang Jajan dan Pembiasaan Menabung bagi Siswa SMPN 3 Jati Agung](#)

[10.22236/solma.v15i1.21579](#)

229-237 Werry Febrianti, Rifky Fauzi, Achmad Suryadi Nasution, Dear Michiko Mutiara Noor, Lutfi Mardianto, Mira Mustika, Nela Rizka

Read Statistic: 22

[Pemberdayaan Keluarga Berisiko Stunting melalui Budidamber Ikan Lele \(Clarias sp.\): Korelasi Peningkatan Akses Protein Hewani dengan Upaya Pencegahan Stunting di Desa Muara Penimbung, Kabupaten Ogan Ilir](#)

[10.22236/solma.v15i1.21856](#)

1753-1762 Hamzah Hasyim, Muslim Muslim, Julius Anzar, Fatria Harwanto, Fildzah Hashifah Taufiq, Muhammad Amin Arigo Suci, Ery Erman, Danny Kusuma Aerosta, Yusri Yusri

[PDF](#)

Read Statistic: 19

[- Implementasi Participatory Rural Appraisal \(PRA\) dalam Pengelolaan Sampah di Kampung Cinangga, Provinsi Banten](#)

[10.22236/solma.v15i1.22460](#)

Ahmad Darda, Nayla Fatira, Safira Putri Nurhaliza, Laela Ramyani, Arya Putra Pamungkas

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 14

[Pelatihan Olahan Produk Bahan Pangan Lokal Berbasis Sehat, Alami, dan Ekonomi di Desa Tanjung Arak](#)

[10.22236/solma.v15i1.17360](#)

Deki Wibowo, Septina Rahmawati Septi, Devy Aulia Abshor, Ahmad Khoiri, Nabila, Sola Delima Febrianti, Amara Qonita

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 3

[Teknologi Hijau Aquaponik untuk Kemandirian Pangan Masyarakat Pasir Angin](#)

[10.22236/solma.v15i1.20853](#)

Prihatin Oktivasari, Ajeng Bening K, Rosidi Rosidi, Sultan Fajar Pieraldi, Arizal Abdul Mukti, Azrial Dhyas Putratama, Titus Wahyu Nugroho, Fransisca Fransisca, Azhar Azhar

[PDF](#)

Read Statistic: 5

[Produktivitas KWT Curug Kulon Melalui Adaptasi Teknologi Vertical Farming Modular](#)

[10.22236/solma.v15i1.21098](#)

874-886 Freta Oktarina, Rahmi Elsa Diana, Arko Djajadi

Read Statistic: 9

[Peningkatan Kesadaran Masyarakat dalam Mewujudkan Rumah Sehat dan Layak Huni Pada Warga Villa Mutiara Kelurahan Sawah Baru](#)

[10.22236/solma.v15i1.21208](#)

1398-1407 Rizka Arbaningrum, Galih Wulandari Subagyo, Fredy Jhon Philip Sitorus

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Pemberdayaan Keluarga Berbasis Edukasi P3K sebagai Strategi Penguatan Ketahanan Sosial di Kelurahan Pulo Kerto, Kecamatan Gandus, Kota Palembang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21380](#)

1856-1869 Yulasteriyani Yulasteriyani, Cynthia Azhara Putri, Sabda Ningsih, Muhammad Iqbal Yunazwardi, Rian Nursaputra

[PDF](#)

Read Statistic: 10

[Diseminasi Inkubator Cerdas Berbasis PLTS Untuk Penguatan Manajemen Penetasan Telur pada Peternak Ayam Mikro](#)

[10.22236/solma.v15i1.21625](#)

1848-1855 Pola Risma, Yurni Oktarina, Tresna Dewi, M. Amri Yahya, Johansyah Al-Rasyid

[PDF](#)

Read Statistic: 4

[Transformasi Ekonomi Pesisir Melalui Diversifikasi Olahan Udang: Program Pelatihan dan Pendampingan UMKM Samudra Manik](#)

[10.22236/solma.v15i1.21907](#)

2689-2697 Najmudin Fauji, Bhisma Mahendra, Eri Widiyanto, Fitri Yuliasari, Hilman Imadul Umam, Alfieta Rohmaful Aeni, Kaisa Zaskia Syakib, Umi Nuraini

[PDF](#)

Read Statistic: 15

[Peningkatan Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat \(PHBS\) Melalui Edukasi Buku Saku Bergambar Pada Anak-Anak di Panti Asuhan Graha Yatim Dhuafa, Surakarta](#)

[10.22236/solma.v15i1.22551](#)

1661-1669 Ana Noviana Ramadhan, Rezania Asyfiradayati

[PDF](#)

Read Statistic: 25

[Inovasi Pertanian Berbasis Masyarakat: Pelatihan Pemanfaatan Limbah Pisang Sangmulyo \(Musa paradisiaca\) untuk Pembuatan Pupuk Organik Padat dan Cair di Desa Srimulyo, Kecamatan Dampit, Kecamatan Malang](#)

[10.22236/solma.v15i1.18970](#)

Erny Ishartati, Hariyady Hariyady, Henik Sukorini, Ilmam Ilmam, Dian Fibrinanda Putri Pertiwi, Muhammad Rafi Aditya, Miftahul Abror Aji Saksomo, Adelia Mutiara Sandya

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 5

[Pendampingan Nagari Jaho Sebagai Kampung Wisata Religi Untuk Memperkuat Abs- Sbk Melalui Pendekatan Kearifan Lokal Berbasis Partisipatif, Berlanjutan, dan SDG's](#)

[10.22236/solma.v15i1.20892](#)

Diana Kartika, Fielda Roza, Listiana Sri Mulatsih, Bayu Haryanto, Rizki Almauli, Fadhlurrahman Isra, Athirah Khairani, Feny Syah Putri

[PDF](#)

Read Statistic: 8

[Digitalisasi Pengelolaan Kas RT Berbasis WhatsApp Blast dan Excel di Perumahan Griya Serpong Asri](#)

[10.22236/solma.v15i1.21114](#)

33-42 Muzani Muzani, Muharman Lubis

[PDF](#)

Read Statistic: 4

[Penguatan Peran Siswa sebagai Bystander melalui Edukasi Anti-Bullying di Sekolah Menengah](#)

[10.22236/solma.v15i1.21230](#)

533-540 Fitriah Fitriah, Mita Nur Aflah, Meta Aldila Listiya, Popy Popy, Yenni Yenni

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Intervensi Senam Hipertensi dan Edukasi Kesehatan untuk Pengendalian Tekanan Darah Lansia Di Kelurahan Grogol, Kota Depok](#)

[10.22236/solma.v15i1.21406](#)

1538-1546 Chandra Tri Wahyudi, Diah Ratnawati, Sang Ayu Made Adyani, Duma Lumban Tobing, Nabila Nasya

[PDF](#)

Read Statistic: 23

[Pemberdayaan Masyarakat melalui Transplantasi Karang untuk Rehabilitasi Ekosistem Laut di Desa Palewai, Kolaka](#)

[10.22236/solma.v15i1.21669](#)

1775-1784 Riska Riska, I Gede Purwana Edi Saputra, Rahmad Hidayat, Wa Iba, La Ode Muhammad Yasir Haya , Irdam Riani, Risfandi Risfandi, Lalang Lalang, Indra Ardiansyah, Melati Octapian Simanjuntak, Anwar Anwar, Saharuddin Saharuddin, Raden Raden, Ayu Fitri Ramadani

[PDF](#)

Read Statistic: 10

[Implementasi Edukasi Digital SEHATI dan Pangan Lokal dalam Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil](#)

[10.22236/solma.v15i1.21971](#)

864-873 Siti Fatimah, Siti Rohmah, Kurniati Devi Purnamasari, Deassy Ratna Juwita Sari, Ira Kurniasih

Read Statistic: 31

[Model Pemberdayaan Majelis Taklim melalui Pelatihan Dakwah Berbasis Partisipasi Komunitas di Kelurahan Krapyak, Semarang Barat](#)

[10.22236/solma.v15i1.22629](#)

Yuyun Affandi, Awaludin Pimay

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 5

[Pelatihan Perakitan Unmanned Aerial Vehicle \(UAV\) dengan Pemanfaatan Komponen dan Peralatan UAV untuk Meningkatkan Daya Saing Siswa Sekolah Menengah Kejuruan](#)

[10.22236/solma.v15i1.19446](#)

1123-1136 Budi Aji Warsiyanto, Riskha Agustianingsih, Muhammad Hadi Widanto, Syarifah Fairuza, Rafika Arum Sari, Muhammad Jayadi

[PDF](#)

Read Statistic: 6

[Modernisasi Sistem Penggorengan Keripik Tempe dengan Teknologi Penggorengan Otomatis pada Rumah Keripik Tempe Ubaey](#)

[10.22236/solma.v15i1.20926](#)

Novy Hapsari, Tris Dewi Indraswati, Edwin Kamal

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 3

[Identifikasi Varietas Unggul dan Pengembangan Teknik Budidaya Durian di Desa Medalsari Kabupaten Karawang](#)

[10.22236/solma.v15i1.21133](#)

429-436 I Ketut Manu Mahatmayana, Indrajit Wicaksana, Fatimah Azzahra, Muhamad Rom Ali Fikri, Darso Sugiono, Devie Rienzani Supriadi, Fauzia Mustikasari

[PDF](#)

Read Statistic: 5

[Pemanfaatan Buah Timun dan Tanaman TOGA \(Jahe dan Kayu manis\) sebagai Sumber Infused Water](#)

[10.22236/solma.v15i1.21239](#)

560-568 Siddik Romadhan, Dyah Ayu Fajariningtyas, Ach Puniman

Read Statistic: 9

[Pembelajaran Berbasis Proyek Menggunakan Trainer Simulator AC Energi Hijau untuk Meningkatkan Kompetensi Guru SMK](#)

[10.22236/solma.v15i1.21414](#)

219-228 Yunesman Yunesman, Refdilzon Yasra, Weni Lestari Putri

Read Statistic: 6

[Pemberdayaan Petani Lele sebagai Pilar Ketahanan Pangan dan Pemenuhan Protein di Wilayah Perdesaan Desa Luwunragi, Kabupaten Brebes Jawa Tengah](#)

[10.22236/solma.v15i1.21723](#)

833-842 Wadli Wadli, M. Hasdar, Andi Yulianto, Abdul Bashar

Read Statistic: 16

[Optimalisasi Green Innovation Diversifikasi Industri Pabrik Tahu Lestari Magetan Berbasis Produksi dan Pemasaran](#)

[10.22236/solma.v15i1.22016](#)

1623-1632 Maya Novitasari, Bayu Fandidarma, Sri Wahyuningsih, Rizki Amalia, Umayroh Khusnul Annisa

[PDF](#)

Read Statistic: 8

[Penguatan Literasi Lingkungan Berbasis Urban Farming untuk Mendukung Implementasi Sekolah Adiwiyata di SMP Muhammadiyah 1 Malang](#)

[10.22236/solma.v15i1.22667](#)

1492-1500 Husamah Husamah, Abdulkadir Rahardjanto, Atok Miftachul Hudha

Read Statistic: 11

[Penguatan Literasi Digital Mahasiswa melalui Pelatihan Digital Marketing Berbasis Experiential Learning](#)

[10.22236/solma.v15i1.19973](#)

922-934 Ratna Agustiyani Putri, Sheila Febriani Putri, Dwi Hantoro Prakoso

[PDF](#)

Read Statistic: 17

[Penguatan Bahasa Indonesia Untuk Warga Negara Indonesia \(WNI\) Di Korea Selatan: Menjaga Identitas Dan Kebanggaan Berbahasa](#)

[10.22236/solma.v15i1.21030](#)

2115-2123 Yusuf Hanafi, Toto Nusantara, Ade Eka Anggraini, Khusnul Khotimah

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Peningkatan Kompetensi Guru SMK Mata Pelajaran Bahasa Indonesia melalui Pelatihan Bahan Ajar Interaktif](#)

[10.22236/solma.v15i1.21142](#)

1388-1397 Rahma Dewi Hartati, Brillianing Pratiwi, Arini Noor Izzati, Rumlina Rumlina, Mohamad Yunus

[PDF](#)

Read Statistic: 14

[Peningkatan Nilai Tambah Produk Pangan Lokal UMKM melalui Workshop Pengemasan, Pelabelan, dan Regulasi Pangan di Kabupaten Sanggau](#)

[10.22236/solma.v15i1.21262](#)

2658-2668 Sethyo Vieni Sari, Marselus Hendro, Dody Radiansah, Yuni Selvianti Sari, Yulius Beni, Vika Yudistina, Intan Aisyah, Anesti Viantika Gea, Fajar Rizki

[PDF](#)

Read Statistic: 11

[Peningkatan Kapasitas Dalam Pemilahan Sampah Anorganik Di Tingkat Rumah Tangga Untuk Mendukung Pengelolaan Sampah Dari Hulu Di Kabupaten Tegal](#)

[10.22236/solma.v15i1.21439](#)

Yan El Rizal Unzilattirrizqi D., M. Erwin Dwi Listyanto, Abdul Bashar, Nurul Faoziyah, Sri Silva Sasabilah, Siti Refa Adinda Kartika

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 14

[Upaya Kolaboratif Reforestasi Lingkungan DAS Brantas Bumiaji Melalui Penanaman Casuarina sp.](#)

[10.22236/solma.v15i1.21753](#)

1380-1387 Otto Fajarianto, Hary Suswanto, Tri Wahyu Hardaningrum, Heni Masrurroh, Ponasari Baron Mutiara Kenya

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Penerapan Simulasi “Bank Mini” dalam meningkatkan Pengetahuan Dasar Perbankan Pada Pelajar di Sanggar Bimbingan Kampung Melayu, Sungai Buloh, Malaysia](#)

[10.22236/solma.v15i1.22053](#)

1987-1996 Ajeng Nur Putri Rahayu, Nur Hidayati, Marhaendra Kusuma

[PDF](#)

Read Statistic: 29

[Penguatan Kapasitas Guru SMA Muhammadiyah 1 Malang dalam Implementasi Deep Learning Terintegrasi Nilai](#)

[10.22236/solma.v15i1.22719](#)

1241-1253 Abdulkadir Rahardjanto, H. Husamah, Samsun Hadi

[PDF](#)

Read Statistic: 9

[Kampung MASAGI “Masyarakat Sadar Tekanan Darah Tinggi” Sebagai Upaya Pencegahan Hipertensi di Desa Kalitengah Kabupaten Cirebon](#)

[10.22236/solma.v15i1.20401](#)

2642-2650 Ari Yulistianingsih, Asep Novi Taufiq Firdaus, Muhammad Zakaria, Yossi Karina, Sholeh Mochammad, Yuzky Alyda, Silvia Rani

[PDF](#)

Read Statistic: 7

[Sosialisasi Dasar Telekomunikasi dan Internet Sehat Bagi Generasi Muda di Era Digital](#)

[10.22236/solma.v15i1.21040](#)

1082-1095 Ramdhani Syahputra; Adri Yanto, Yogi Pratama; Zulfaqar Zulfaqar

[PDF](#)

Read Statistic: 8

[Penerapan Mesin Pencacah Sampah Berbasis IoT dan Energi Surya di Pulau Buluh: Teknologi Cerdas untuk Solusi Lingkungan yang Berkelanjutan](#)

[10.22236/solma.v15i1.21158](#)

172-181 Ansarullah Lawi, Aulia Agung Dermawan, Joni Eka Candra

Read Statistic: 15

[Peningkatan Kesiapsiagaan Bencana Gempa Bumi Bagi Tenaga Migran Indonesia di Thailand](#)

[10.22236/solma.v15i1.21287](#)

Ratih Puspita Dewi, Siti Hadiyati Nur Hafida, Puspita Indra Wardhani, Lusi Nuryanti, Rochmadina Suci Bestari, Ajeng Santika Putri, Eva Yulianti, Mufid Mu'tashim Billah

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 6

[Penguatan Ekonomi Sirkular Melalui Edukasi Finansial dan Penentuan Harga Pokok Produksi \(HPP\) bagi Kelompok Pengolah Sampah di Kota Cimahi](#)

[10.22236/solma.v15i1.21512](#)

Esi Fitriani Komara, Ferikawita Magdalena Sembiring, Eka Yulianti, Veronika Santi Paramita, Desmiza Desmiza, Abdurohim Abdurohim, Rosmini Ramli, Frido Saritua Simatupang, Mohamad Irfan, Novi Susyani, Ghea Revina Wigantini

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 3

[Edukasi Pencegahan Stunting melalui Teknologi Artificial Intelligence \(AI\) Pada PKK Sukarami](#)

[10.22236/solma.v15i1.21807](#)

1763-1774 Theresia Anita, Andri Wijaya, Agnes Felicia Lubis, Jonathan Supriadi, Stefanus Agung Sagita

[PDF](#)

Read Statistic: 10

[Penguatan Kesadaran Hukum Tentang Hak Pendidikan Dasar di Kecamatan Sungai Pinyuh Kabupaten Mempawah](#)

[10.22236/solma.v15i1.22264](#)

Endah Rantau Itasari, Aulia Yuti Serera, Ibrahim Sagio, Budi Hermawan Bangun, Evi Purwanti, Arsensius, Sri Agustriani Elida, Fatma Muthia Kinanti, Radifan Anhari, Ervin Riandy

[PDF \(Bahasa Indonesia\)](#)

Read Statistic: 13

[Pemberdayaan Nasyiatul Aisyiyah Transformasi Food Waste Ampas Kelapa Menjadi Olahan Pangan Berbasis Manajemen Usaha Untuk Mendukung Green Supermarket Sejati Mart](#)

[10.22236/solma.v15i1.22773](#)

1501-1518 Astrina Nur Inayah, Iranita Haryono, Ya'qub Syasurya, Fitra Basri, Riska Riska, Riskia Riskia

[PDF](#)





Read Statistic: 25

Editorial Team

Chief Editor

- Susilo ( [Scopus](#),  [ORCID](#),  [Scholar](#))

Journal Editor

- Krisna Satrio Perbowo ( [Scopus](#),  [ORCID](#), [Scholar](#))
- Swasti Maharani ( [Scopus](#),  [ORCID](#), [Scholar](#))
- Mushoddik ([Scholar](#))
- Sri Lestari ([Scholar](#))
























Copy Editor

- Merina ([Scholar](#))

Guest Editor

- Mohammad Rizki Fadhil Pratama (Universitas Muhammadiyah Palangkaraya)

Editor Board

1. Samsul Maarif, ( [Google Scholar](#),  [Sinta](#),  [Scopus](#),  [ORCID](#)) Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Jakarta
2. Dan Mugisidi, ( [Google Scholar](#),  [Sinta](#),  [Scopus](#),  [ORCID](#)) Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Jakarta
3. Anita Restu Puji Raharjeng, ( [Google Scholar](#),  [Sinta](#),  [Scopus](#)) UIN Raden Fatah, Palembang
4. Yopyy Wahyu Purnomo, ( [Google Scholar](#),  [Sinta](#),  [Scopus](#),  [ORCID](#)) Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Jakarta
5. Gufron Amirullah, ( [Google Scholar](#),  [Sinta](#)) Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Jakarta
6. Nani Solihati, ( [Google Scholar](#),  [Sinta](#),  [Scopus](#)) Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Jakarta
7. Erwin Putera Permana, ( [Google Scholar](#),  [Sinta](#),  [Scopus](#)) Universitas Nusantara PGRI, Kediri

8. Afif Zuhri Arfianto, ( [Google Scholar](#), , [Scopus](#)) Politeknik Perkapalan Negeri, Surabaya
9. Rochimah Imawati, ( [Google Scholar](#)) Universitas Islam Negeri, Jakarta
10. Fadlan Muzakki, ( [Google Scholar](#)) Renmin University, China
11. Isna Rasdianah Aziz, ( [Google Scholar](#), [Scopus](#), , [Scopus](#), ) UIN Alauddin Makasar
12. Dwi Ermayanti Susilo, ( [Google Scholar](#), , [Scopus](#)) STIE PGRI Dewantara, Jombang
13. Amandus Jong Tallo, ( [Google Scholar](#), , [Scopus](#)) Politeknik Negeri Kupang



Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan dalam Penyusunan Diet untuk Mencegah Hipertensi pada Masyarakat Desa Ciangsana

Yenny^{1*}, Patricia Budihartanti², Kartini³, Gerie Amarendra⁴, Erni Erfan⁵, Najwa Ali⁶, Nahla Sarita Husein⁶, Alzikha Khalisha Roza⁶

¹Departemen Farmakologi & Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jalan Kyai Tapa No.260, Grogol, Jakarta Barat, Indonesia, 11440

²Departemen Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jalan Kyai Tapa No.260, Grogol, Jakarta Barat, Indonesia, 11440

³Departemen Histologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jalan Kyai Tapa No.260, Grogol, Jakarta Barat, Indonesia, 11440

⁴Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jalan Kyai Tapa No.260, Grogol, Jakarta Barat, Indonesia, 11440

⁵Departemen Biologi Oral, Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Trisakti, Jalan Kyai Tapa No.260, Grogol, Jakarta Barat, Indonesia, 11440

⁶Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jalan Kyai Tapa No.260, Grogol, Jakarta Barat, Indonesia, 11440

*Email koresponden: yennyfarmako@trisakti.ac.id

ARTICLE INFO

Article history

Received: 13 Oct 2025

Accepted: 18 Feb 2026

Published: 31 Mar 2026

Kata kunci:

DASH;
Deteksi Dini;
Hipertensi;
Pelatihan

Keywords:

DASH;
Early Detection;
Hypertension;
Training

ABSTRAK

Background: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang dapat diatasi dengan perubahan gaya hidup dan deteksi dini. Data pengabdian kepada masyarakat sebelumnya menunjukkan masih tingginya kejadian hipertensi dan rendahnya kesadaran masyarakat Desa Ciangsana. melakukan skrining. Kegiatan ini bertujuan untuk Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tentang hipertensi melalui pelatihan dengan pendekatan DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) pada masyarakat. **Metode:** Skrining kesehatan, penyuluhan interaktif, demonstrasi, pendampingan penyusunan menu, diskusi interaktif digunakan sebagai metode. Data karakteristik sosiodemografik, antropometrik, tekanan darah, dan gula darah puasa dikumpulkan. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan responden dianalisis dengan uji Wilcoxon signed rank. **Hasil:** mayoritas responden berjenis kelamin perempuan 28 (93,3%), median usia 45 (27 – 70) tahun, dengan tingkat pendidikan rendah yaitu 13 (56,7%) responden, Pada pemeriksaan fisik ditemukan mayoritas responden memiliki indeks massa tubuh obesitas yaitu 24 (80,0%) responden, dan obesitas sentral yaitu 19 (63,3%) responden. Hipertensi ditemukan pada (33,3%) responden, di mana 6 responden di antaranya tidak rutin minum obat. Terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan responden yang dilihat adanya peningkatan median (min – max) jawaban benar pasca kegiatan secara bermakna dari 8,5 (0 – 11) dan 10 (7 – 11); ($p < 0.001$). **Kesimpulan:** Kegiatan pengabdian masyarakat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan responden tentang hipertensi. Diperlukan program edukasi dan pendampingan diet DASH terintegrasi dengan layanan Puskesmas untuk pengendalian hipertensi berkelanjutan.

ABSTRACT

Background: Hypertension is a noncommunicable disease that can be managed through lifestyle changes and early Detection. Previous community service data indicated a high incidence of hypertension and low screening awareness among the residents of Ciangsana Village. This initiative aims to improve knowledge and skills regarding hypertension management through training based on the DASH (*Dietary Ap-*

-proaches to Stop Hypertension) approach. **Methods:** The methods employed included health screenings, interactive counseling, demonstrations, menu planning assistance, and interactive discussions. Data on sociodemographic characteristics, anthropometrics, blood pressure, and fasting blood glucose were collected. Improvements in respondents' knowledge and skills were analyzed using the Wilcoxon signed-rank test. **Results:** The majority of respondents were female (93.3%, n=28), with a median age of 45 (27–70) years and a low level of education (56.7%, n=13). Physical examinations revealed that most respondents were categorized as obese based on Body Mass Index (80.0%, n=24) and central obesity (63.3%, n=19). Hypertension was detected in 33.3% of respondents, 6 of whom did not take medication regularly. There was a significant increase in knowledge and skills, evidenced by an increase in the median (min–max) of correct answers post-activity from 8.5 (0–11) to 10 (7–11); ($p < 0.001$). **Conclusion:** This community service program effectively enhanced respondents' knowledge and skills concerning hypertension. An integrated DASH diet education and counseling program within Primary Health Center (*PUSKESMAS*) services is necessary for sustainable hypertension control.



© 2026 by authors. Lisensi Jurnal Solma, UHAMKA, Jakarta. Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan Creative Commons Attribution (CC-BY) license.

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah kondisi medis kronis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah (TD) di mana tekanan darah sistolik (SBP) ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik (DBP) ≥ 90 mmHg di arteri ([World Health Organization \(WHO\)/International Society of Hypertension \(ISH\) statement on management of hypertension, 2003](#)) Prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11% ([Kementerian Kesehatan. Laporan Survei Kesehatan Indonesia \(SKI\), 2023](#)). Dari angka 34,1% penderita hipertensi, hanya sebagian kecil yang terdiagnosis dan mendapatkan pengobatan. ("Kementerian Kesehatan. Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023,") Hipertensi dapat berdampak negatif pada kualitas hidup, yang mengakibatkan penurunan kesejahteraan fisik, sosial, dan mental akibat gejala-gejala seperti kelelahan, pusing, dan kecemasan, serta risiko komplikasi serius seperti stroke dan penyakit jantung ([Adamu et al., 2022](#)).

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang ditandai oleh peningkatan tekanan darah, yaitu tekanan darah sistolik (SBP) ≥ 140 mmHg atau diastolik (DBP) ≥ 90 mmHg ([WHO, 2003](#)). Di Indonesia, prevalensi hipertensi mencapai 34,11%, namun hanya sebagian kecil penderita yang terdiagnosis dan memperoleh pengobatan ([Kementerian Kesehatan, 2023](#)). Kondisi ini berdampak negatif terhadap kualitas hidup, baik secara fisik, sosial, maupun mental, serta meningkatkan risiko komplikasi serius seperti stroke dan penyakit jantung ([Adamu et al., 2022](#)).

Ada banyak faktor risiko hipertensi yang sudah diketahui yang dibagi menjadi faktor risiko yang dapat dimodifikasi, yaitu pola gaya hidup yang dapat disesuaikan/diubah untuk mencegah perkembangan penyakit, meliputi pola makan tidak sehat (tinggi garam dan lemak, rendah serat), obesitas, merokok, konsumsi alkohol, dan kurangnya aktivitas fisik. Selain itu jenis kelamin, stres, riwayat keluarga, dan status sosial ekonomi rendah merupakan faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi ([Khasanah, 2022](#)).

Delapan puluh persen kematian dini disebabkan oleh penyakit tidak menular (PTM), di mana empat diantaranya antara lain penyakit kardiovaskular, kanker, pernapasan kronik, dan diabetes mellitus ([WHO, 2025](#)). Data pengabdian masyarakat tahun sebelumnya di Desa Ciangsana Nagrak, Kecamatan Cisarua, Kabupaten Bogor, menunjukkan bahwa lebih dari 40% penduduk usia dewasa mengalami tekanan darah tinggi, dan sebagian besar masyarakat memiliki tingkat pengetahuan yang rendah ([Yenny et al., 2025](#)). Tatalaksana hipertensi tidak melulu secara farmakologi, namun juga diperlukan pengetahuan dan keterampilan di dalam pengelolaan hipertensi secara non-farmakologis, melalui perubahan gaya hidup antara lain pengaturan diet.

Sebanyak 80% kematian dini disebabkan oleh penyakit tidak menular (PTM), terutama penyakit kardiovaskular, kanker, pernapasan kronik, dan diabetes melitus (WHO, 2025). Data pengabdian sebelumnya di Desa Ciangsana menunjukkan lebih dari 40% penduduk dewasa mengalami hipertensi dengan tingkat pengetahuan yang masih rendah (Yenny et al., 2025). Penatalaksanaan hipertensi tidak hanya bersifat farmakologis, tetapi juga memerlukan pengelolaan nonfarmakologis melalui perubahan gaya hidup, khususnya pengaturan diet.

Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) merupakan salah satu metode pendekatan penanganan hipertensi yang terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah, dengan membatasi asupan natrium dan lemak jenuh dan lebih banyak mengonsumsi sayur, biji-bijian, buah, sayur, biji-bijian, dan produk susu rendah lemak (Onwuzo et al., 2023). Data menunjukkan efektivitas DASH menurunkan tekanan darah dan faktor risiko kardiovaskular lainnya, termasuk glukosa darah, lipid darah, berat badan, dan lingkar pinggang, namun kepatuhan yang buruk merupakan hambatan utama, dan hanya sebagian kecil populasi yang sepenuhnya mematuhi diet tersebut (Guo et al., 2021).

Kesuksesan penerapannya DASH pada masyarakat bergantung pada banyak faktor antara lain tingkat sosial ekonomi, ketersediaan bahan makanan yang sesuai, dan kemampuan individu untuk mengadaptasi kebiasaan pola makan sebelumnya (Theodoridis et al., 2023). Hal ini tentunya memerlukan penyesuaian menu yang memerlukan pengetahuan dan keterampilan terhadap informasi diet yang baik untuk mencegah hipertensi. Pengetahuan masyarakat terhadap pendekatan DASH yang masih sangat terbatas, baik dari segi konsep maupun praktik penyusunannya dalam menu harian. Tujuan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat di desa Ciangsana tentang hipertensi melalui pelatihan dengan pendekatan diet untuk menurunkan angka kejadian hipertensi.

Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) terbukti efektif menurunkan tekanan darah dengan membatasi asupan natrium dan lemak jenuh serta meningkatkan konsumsi sayur, buah, biji-bijian, dan produk susu rendah lemak (Onwuzo et al., 2023). Selain menurunkan tekanan darah, DASH juga berpengaruh terhadap perbaikan faktor risiko kardiovaskular seperti kadar glukosa, lipid, berat badan, dan lingkar pinggang, meskipun kepatuhan masyarakat masih rendah (Guo et al., 2021). Keberhasilan penerapan DASH dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi, ketersediaan bahan pangan, serta kemampuan adaptasi pola makan (Theodoridis et al., 2023). Pengetahuan masyarakat terhadap pendekatan DASH masih sangat terbatas, baik dari segi konsep maupun praktik penyusunannya dalam menu harian. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat terkait konsep dan praktik diet DASH. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang hipertensi melalui pelatihan dengan pendekatan DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*).

MASALAH

Berdasarkan analisis situasi dapat diidentifikasi permasalahan masyarakat desa Ciangsana berdasarkan data dari kegiatan PKM yang dilakukan tahun sebelumnya ditemukan bahwa (i). Tekanan darah abnormal ditemukan pada sebagian besar masyarakat desa Ciangsana dengan persentase terbesar adalah penderita hipertensi (45,5%), diikuti dengan pra-hipertensi (36,7%), (Yenny et al., 2025) di mana hanya sebagian kecil masyarakat yang terdiagnosis dan mendapatkan pengobatan. Kondisi ini dapat meningkatkan komplikasi kardiovaskular yang dapat memberikan dampak menurunnya kualitas hidup dan menambah beban ekonomi keluarga; (ii). Pengetahuan dan keterampilan masyarakat terhadap DASH masih sangat terbatas, baik dari segi konsep maupun praktik penyusunannya dalam menu harian. Untuk itu diperlukan peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dengan pelatihan guna menerapkan DASH guna

menurunkan angka kejadian hipertensi dan kesadaran melakukan skrining kesehatan secara rutin guna mencegah komplikasi dikemudian hari.

METODE PELAKSANAAN

Pada tanggal 20 September 2025 dilakukan kegiatan PkM di Desa Ciangsana, Bogor, Jawa Barat diikuti dosen, alumni, mahasiswa. Rangkaian persiapan PkM dilakukan dalam beberapa tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap monitoring evaluasi, dan laporan kegiatan.

Tahap persiapan PkM dijalankan dengan melakukan pertemuan dengan pemangku kepentingan dan pejabat daerah setempat guna menyampaikan tujuan kegiatan, alur kegiatan, teknis pelaksanaan serta waktu pelaksanaan PkM. Pada pertemuan ini juga dilakukan identifikasi dan analisis permasalahan masyarakat desa Ciangsana, di mana informasi yang diperoleh digunakan untuk menyusun prioritas permasalahan dan solusi/pemecahan masalah serta dari kegiatan PkM yang akan dilakukan. Pada tahap ini juga dilakukan koordinasi dengan pemerintah setempat guna pengurusan izin lokasi kegiatan PkM dan dengan Kepala Puskesmas untuk tempat kegiatan dan partisipasi responden pada hari kegiatan.

Tahap persiapan PkM diawali dengan pertemuan bersama pemangku kepentingan dan pejabat daerah untuk menyampaikan tujuan, alur, teknis, serta jadwal pelaksanaan kegiatan. Pada tahap ini dilakukan identifikasi dan analisis permasalahan masyarakat Desa Ciangsana sebagai dasar penentuan prioritas masalah dan penyusunan solusi. Selain itu, dilakukan koordinasi dan perizinan dengan pemerintah setempat serta pihak Puskesmas terkait lokasi dan partisipasi responden.

Tabel 1. Kuesioner pengukuran tingkat pemahaman tentang tekanan darah tinggi

Pertanyaan:

1. Tekanan darah tinggi diastolik atau sistolik mengindikasikan peningkatan tekanan darah.
2. Tekanan darah diastolik yang meningkat juga mengindikasikan peningkatan tekanan darah.
3. Obat untuk tekanan darah yang meningkat harus diminum setiap hari
4. Individu dengan tekanan darah yang meningkat harus minum obat mereka hanya ketika mereka merasa sakit
5. Tekanan darah yang meningkat dapat menyebabkan penyakit jantung, seperti serangan jantung, jika tidak ditangani
6. Tekanan darah yang meningkat dapat menyebabkan gagal ginjal, jika tidak ditangani.
7. Untuk individu dengan tekanan darah yang meningkat, metode memasak terbaik adalah menggoreng.
8. Jenis daging terbaik untuk individu dengan tekanan darah yang meningkat adalah daging merah (sapi, kambing)
9. Individu dengan tekanan darah yang meningkat dapat makan makanan asin selama mereka minum obat secara teratur
10. Individu dengan tekanan darah yang meningkat perlu makan buah dan sayur 5 porsi per hari
11. Individu dengan tekanan darah yang meningkat dapat minum minuman tinggi gula (sirup, teh manis)

Tahap pelaksanaan dilakukan selama 1 hari, pada pukul 08.00 – 12.00 WIB, bertempat di Desa Ciangsana, Bogor, Jawa Barat diikuti oleh dosen, mahasiswa, dan alumni dengan

menggunakan metoda pelatihan dan diskusi interaktif pasca skrining hipertensi. Susunan kegiatan PkM disusun sebagai berikut: pembukan, skrining kesehatan berupa anamnesis, pengambilan data karakteristik responden, pengukuran antropometrik (tekanan darah, IMT, lingkaran pinggang) diikuti dengan pretest, pemaparan materi melalui alat bantu power point, poster, model makanan, demonstrasi penyusunan menu, pendampingan diikuti diskusi interaktif, posttest, dan diakhiri dengan penutupan kegiatan.

Pada hari kegiatan PkM, responden yang hadir diberikan nomor dan dilakukan pengambilan data oleh mahasiswa di bawah supervisi dosen. Data karakteristik sosiodemografik dan riwayat keluarga dikumpulkan melalui observasi dan wawancara kepada responden dengan menggunakan kuesioner yang berisikan daftar pertanyaan yang telah dipersiapkan sebelumnya. Pengetahuan tentang hipertensi diukur dengan 11 pertanyaan yang dijawab dengan benar atau salah. Pada Tabel 1 dapat dilihat daftar pertanyaan kuesioner tentang pemahaman tentang hipertensi.

Pengukuran tingkat pengetahuan dan keterampilan responden dikategorikan baik bila menjawab benar minimal 6 dari total 11 pertanyaan, adanya perbedaan/peningkatan jumlah jawaban benar post-test, atau tetap bila sudah mencapai skor maksimal. Tingkat pendidikan dikategorikan menjadi 3 yaitu rendah (tidak sekolah – SD), sedang (SMP – SMA), dan tinggi (diploma/sarjana). Pengukuran antropometrik dilakukan pada tinggi badan, berat badan untuk mencari nilai IMT, lingkaran pinggang, tekanan darah. Lingkaran pinggang diukur dengan menggunakan pita pengukur. Posisi responden berdiri tegak dengan kaki rapat, dan menghindari penggunaan pakaian yang berat dengan menempelkan pita pengukur di sekeliling perut dari titik tengah antara bagian bawah tulang rusuk dan krista iliaka superior dengan pembacaan diambil dari bagian yang paling menonjol diambil untuk diukur. Lingkaran pinggang dikategorikan obesitas sentral pada wanita ≥ 80 cm; pria ≥ 90 cm), tidak: wanita < 80 cm dan pria ≥ 90 cm) (Grundy et al., 2005).

Kategori IMT ditentukan berdasarkan WHO Asia Pasifik (WHO/IASO/IOTF, 2000) Pengukuran tekanan darah dilakukan dalam posisi duduk pada lengan kanan menggunakan sphygmomanometer digital dilakukan sebanyak 2 kali pengukuran dan diambil nilai reratanya. Hipertensi ditentukan berdasarkan hasil wawancara, dimana subjek mengetahui dirinya mengidap hipertensi atau pernah di diagnosis oleh tenaga kesehatan, atau responden mempunyai riwayat konsumsi obat antihipertensi. Klasifikasi tekanan darah menggunakan acuan *The Seven Report of the Joint National Committee* (JNC VII) (Chobanian et al., 2003) Tahap evaluasi kegiatan dilakukan dengan membandingkan jumlah jawaban benar dari list pertanyaan antara pre-test dan post-test menggunakan analisis statistik. Data yang telah dikumpulkan untuk kemudian diolah dan dibuatkan laporan tertulis. Tidak ada hambatan berarti pada kegiatan Pk Mini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelaksanaan pengabdian dihadiri oleh masyarakat setempat. Pengukuran pengetahuan dilakukan di awal kegiatan dengan memberikan kuesioner, diikuti dengan kegiatan penyuluhan, pelatihan, dan skrining tekanan darah oleh dosen dan mahasiswa. Pada Gambar 1. dapat dilihat gambar pelaksanaan kegiatan PkM.

Karakteristik Sosiodemografik, Antropometrik, Responden

Total ada 30 responden yang ikut dalam kegiatan PkM ini dengan median usia 45 tahun (Tabel 2). Hubungan antara usia dan kejadian hipertensi sangat kuat, dengan risiko meningkat seiring bertambahnya usia. Seiring waktu, proses penuaan menyebabkan perubahan pada sistem kardiovaskular (kekakuan arteri, disfungsi endotel, perubahan hormon renin angiotensin aldosterone) yang secara langsung memengaruhi tekanan darah dan menyebabkan hipertensi.

(Nurhayati, Ariyanto, & Syafriakhwan, 2023) Ada korelasi positif bermakna antara usia dengan kejadian hipertensi ($r=0,632, p=0,000$) (Nurhayati et al., 2023). Studi (Cheng et al., 2022) berfokus pada perubahan tekanan darah terkait usia menemukan bahwa risiko tekanan darah sistolik tinggi meningkat secara terus-menerus dari usia 35 hingga 79 tahun. Secara keseluruhan, hubungan antara usia dan kejadian hipertensi adalah sebuah proses yang kompleks. Meskipun perubahan fisiologis yang terkait dengan penuaan meningkatkan risiko secara alami, faktor gaya hidup juga memainkan peran krusial di setiap tahap kehidupan. Hasil PkM mengkonfirmasi diperlukannya skrining hipertensi yang lebih teratur, terutama setelah usia 40 tahun untuk mengatasi faktor risiko sedini mungkin.

Tabel 2. Karakteristik Responden PkM (n=30)

Variabel	Median (min – maks)/ mean \pm SD	Frekuensi (%)
Usia (tahun)	45 (27 – 70)	
Jenis kelamin		
Pria		2 (6,7)
Wanita		28 (93,3)
Tingkat pendidikan		
Rendah		17 (56,7)
Sedang		8 (26,7)
Tinggi		5 (16,7)
Pekerjaan		
Tidak bekerja		26 (86,7)
Bekerja		4 (13,3)
Riwayat hipertensi		
Tidak ada		17 (56,7)
Ada		13 (43,3)
Indeks massa tubuh	28,6 \pm 5,2	
Normal		3 (10)
Overweight		3 (10)
Obesitas		24 (80)
Lingkar pinggang	85,8 \pm 11,4	
Normal		11 (36,7)
Tinggi		19 (63,3)
Tekanan darah		
Normal		13 (43,3)
Pre-hipertensi		7 (23,3)
Hipertensi		10 (33,3)
Rutin obat hipertensi		
Tidak		6
Ya		4

Indeks massa tubuh (IMT) berdasarkan WHO *Asia Pasific*.(WHO/IASO/IOTF, 2000)

Lingkar pinggang dikategorikan berdasarkan *American Heart Association/National Heart, Lung, and Blood Institute*. (Grundy et al., 2005)

Tekanan darah dikategorikan berdasarkan *the Seven Report of the Joint Natinalional Committee (JNC VII)*(Chobanian et al., 2003)

Mayoritas responden adalah wanita, yaitu 28 (93,3%) responden. Peningkatan tekanan darah ini berbeda antargender (Cheng et al., 2022). Jenis kelamin menunjukkan korelasi sedang positif dengan kejadian hipertensi ($r=0,535, p=0,000$) (Nurhayati et al., 2023) Faktor hormonal tampaknya dapat menjelaskan kondisi ini di mana perempuan yang telah menopause memiliki kadar estrogen yang lebih rendah yang dapat menyebabkan rendahnya kadar High-Density

Lipoprotein (HDL) dan memiliki kontribusi untuk terjadinya proses aterosklerosis (Nurhayati et al., 2023).

Hasil PkM ini menunjukkan mayoritas responden adalah perempuan dengan status pekerjaan tidak bekerja seringkali dihubungkan dengan aktivitas fisik yang lebih rendah dan perilaku sedentary dibandingkan perempuan yang bekerja di mana hal ini membawa konsekuensi meningkatnya PTM seperti hipertensi, kardiovaskular, dan diabetes mellitus tipe-2, serta mengurangi gejala kejiwaan seperti depresi dan kecemasan, dan dapat meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan (WHO, 2025)

Tingkat pendidikan rendah yaitu 17 (56,7%) responden ditemukan pada mayoritas responden. Pengetahuan tentang kesehatan (*health literacy*) pada umumnya berhubungan dengan tingkat pendidikan formal (Andiwijaya, Kadriyan, & Syamsun, 2021). Upaya edukasi yang secara konsisten diperlukan guna meningkatkan pengetahuan akan pentingnya deteksi dini pada masyarakat desa Ciangsana Nagrak guna mengendalikannya faktor risiko.

Prevalensi hipertensi pada studi ini yaitu sebesar 10 (33,3%) responden, Dari 10 orang penderita hipertensi ada dua orang menderita hipertensi grade 1, hipertensi grade 2 sebanyak empat orang, hipertensi berat ada satu orang dan ada tiga orang yang tidak tahu menderita hipertensi. Enam dari 10 responden tidak mendapatkan rutin mendapatkan pengobatan. Hasil PkM ini sesuai dengan data Survei Kesehatan Indonesia yang menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, (Kementrian Kesehatan, 2023) di mana hanya sebagian kecil yang terdiagnosis dan mendapatkan pengobatan (Kementrian Kesehatan, 2023)

Mayoritas responden PkM ini memiliki indeks massa tubuh obesitas yaitu 24 (80%) responden. Tingginya angka obesitas pada peserta menggambarkan faktor risiko yang signifikan terhadap terjadinya hipertensi. Mekanisme obesitas menyebabkan hipertensi kompleks antara lain: (i). aktivasi berlebihan sistem saraf simpatik; (ii). stimulasi sistem renin-angiotensin-aldosteron, (iii). perubahan sitokin yang berasal dari jaringan adiposa, (iv). resistensi insulin, serta (v). perubahan struktural dan fungsional ginjal (Shariq & McKenzie, 2020). Obesitas menyebabkan sel-sel tubuh tidak merespons insulin secara efektif (resistensi insulin). Pankreas mengompensasinya dengan memproduksi lebih banyak insulin, yang menyebabkan hiperinsulinemia (kelebihan insulin dalam darah) yang dapat berkontribusi bagi hipertensi dengan mekanisme retensi natrium akibat meningkatnya reabsorpsi garam di ginjal, aktivasi sistem saraf simpatis, dan disfungsi endotel (Brosolo et al., 2022). Indeks massa tubuh merupakan faktor risiko terkuat untuk berkembang menjadi hipertensi, di mana wanita yang memiliki indeks massa tubuh obesitas memiliki risiko mengalami hipertensi hampir lima kali lipat dibandingkan dengan mereka yang memiliki normal (Forman, Stampfer, & Curhan, 2009). Menurut Studi peningkatan berat badan sebesar 5% dikaitkan dengan peningkatan insiden hipertensi sebesar 20–30% (Vasan, Larson, Leip, Kannel, & Levy, 2001).

Pada PkM ini ditemukan responden yang memiliki lingkar pinggang besar/obesitas sentral sebanyak 19 (63,3%) responden. Lingkar pinggang yang besar menimbulkan risiko lebih tinggi karena kelebihan lemak visceral. Lemak visceral melepaskan berbagai zat bioaktif (adipokin dan sitokin) yang dapat memengaruhi fungsi dan struktur pembuluh darah, yang menyebabkan hipertensi, dislipidemi, dan diabetes mellitus tipe-2 (Goswami, Reang, Sarkar, Sengupta, & Bhattacharjee, 2020). Meta-analisis oleh Forman et al. (2009) menunjukkan IMT yang lebih tinggi berhubungan dengan peningkatan tekanan darah lebih tinggi, dan hubungan lebih kuat dengan tekanan darah sistolik dibandingkan tekanan darah diastolik, di mana perbedaan rata-rata gabungan per 5 kg/m² IMT meningkatkan tekanan darah sebesar 3 mmHg (2,90 (IK 95%; 1,30 - 4,50)) untuk tekanan darah sistolik dan 2 mmHg (2,28 (IK 95%; 0,55 - 4,01)) untuk tekanan darah diastolik. Risiko responden menderita hipertensi per IMT 5 kg/m² yang lebih tinggi dibandingkan IMT normal meningkat 1,33 kali (OR=1,33; IK 95%= 1,18 -1,51), dan meningkat per lingkar

pinggang 13 cm yang lebih besar dibanding normal sebesar 1,45 kali (OR=1,45; IK 95%=1,05 - 1,98) (Forman et al., 2009).

Mengenai hubungan antara jenis obesitas dan hipertensi pada orang dewasa di Tiongkok menyatakan bahwa seseorang yang mengalami obesitas dan obesitas sentral 2,3 – 2,5 kali lebih besar memiliki risiko hipertensi dibandingkan mereka yang hanya mengalami satu jenis obesitas (Goswami et al., 2020). Adanya studi-studi yang mendukung hubungan antara obesitas dan obesitas sentral dari hasil PkM ini menunjukkan diperlukan perhatian dalam upaya menurunkan angka obesitas/obesitas sentral pada masyarakat desa Ciangsana Nagrak dengan kegiatan yang berfokus pada upaya penurunan berat badan yang merupakan tujuan utama pengobatan hipertensi terkait obesitas.

Hasil Pengukuran Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Pelatihan

Evaluasi kegiatan PkM dilakukan dengan membandingkan jumlah jawaban benar sebelum dan pasca kegiatan yang dianalisis menggunakan uji statistik. Pada Gambar 2. dapat dilihat bahwa pada hasil pengukurannya, pengetahuan dan keterampilan responden menunjukkan adanya perbedaan, di mana ditemukan adanya peningkatan skor paska kegiatan. Pada Gambar 2, dapat dilihat diagram batang hasil pengukuran tingkat pengetahuan dan keterampilan dari total 30 orang responden.

Pada awal kegiatan ada 8 dari total 30 peserta yang menjawab benar kurang dari 6 dari total 11 pertanyaan yang digunakan untuk mengukur pengetahuan (tingkat pengetahuan kurang terhadap pengetahuan tekanan darah tinggi) Pasca pelatihan tidak ada peserta yang memiliki tingkat pengetahuan kurang. Uji Saphiro wilk dilakukan pada data pretest dan post test diperoleh hasil sebaran distribusi data tidak normal pada sebaran data pretest ($p < 0.001$) dan distribusi data normal pada data posttest ($p = 0,12$) (Gambar 3). Distribusi data tidak normal pada awal kegiatan (pretest) menunjukkan tingkat pengetahuan responden yang tidak seragam dan menjadi normal pasca kegiatan (posttest) menunjukkan adanya perbaikan tingkat pengetahuan dan keterampilan responden pasca kegiatan dan ditunjukkan dengan adanya peningkatan median jawaban benar pasca kegiatan secara bermakna dari 8,5 (0 – 11) dan 10 (7 – 11); $p < 0.001$.

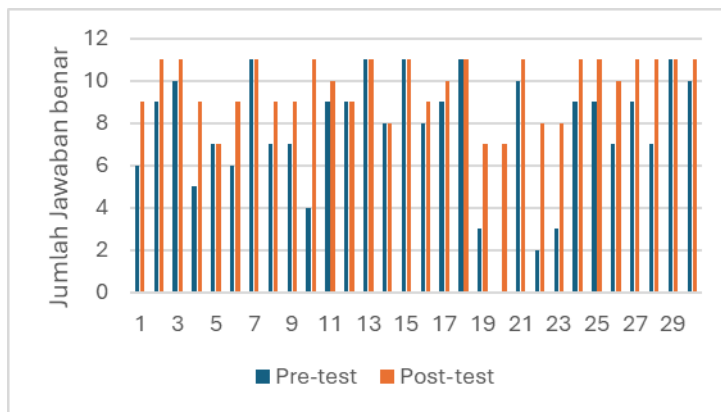
Studi menunjukkan bahwa penerapan diet dengan DASH ini sangat efektif untuk menurunkan tekanan darah dan merupakan strategi utama dalam pencegahan serta pengobatan hipertensi (Unger et al., 2020). Saneei, Salehi-Abargouei, Esmailzadeh, & Azadbakht (2014) dalam metaanalisisnya menyatakan diet DASH secara signifikan menurunkan rerata tekanan darah (TD) sistolik sebesar 6,74 mmHg dan 3,54 mmHg TD sistolik, di mana kondisi ini ditemukan lebih besar pada individu yang sudah menderita hipertensi dibandingkan dengan yang tidak. Meta-analisis yang bertujuan menganalisis efek diet DASH pada tekanan darah dalam subanalisisnya berdasarkan jumlah asupan natrium dan usia menunjukkan responden usia lebih muda dan asupan natrium yang lebih tinggi menunjukkan efek penurunan tekanan darah lebih besar (Filippou et al., 2020).

Studi lain menunjukkan diet DASH efektif dalam menurunkan tekanan darah dan faktor risiko kardiovaskular lainnya, termasuk glukosa darah, lipid darah, berat badan, dan lingkaran pinggang, namun kepatuhan yang buruk merupakan hambatan utama, dan hanya sebagian kecil populasi yang sepenuhnya mematuhi diet tersebut (Guo et al., 2021). Ada banyak faktor antara lain yang memengaruhi kepatuhan DASH antara lain tingkat sosial ekonomi, ketersediaan bahan makanan yang sesuai, dan kemampuan individu untuk mengadaptasi kebiasaan pola makan sebelumnya (Theodoridis et al., 2023). Implementasi DASH juga dipengaruhi oleh jumlah intake natrium dan usia (Filippou et al., 2020). Melalui kegiatan PKM ini masyarakat memperoleh peningkatan pengetahuan tentang pentingnya deteksi dini tekanan darah, menjaga berat badan ideal, membatasi konsumsi garam, dan minimal 30 menit sehari melakukan aktivitas fisik.

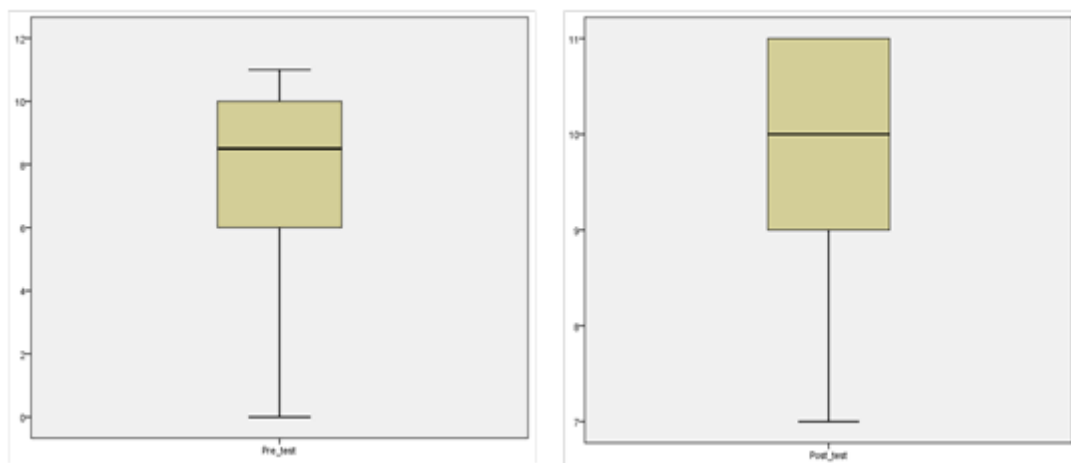
Kegiatan juga memberikan manfaat langsung berupa deteksi dini hipertensi dan obesitas, sehingga peserta dengan tekanan darah tinggi dapat dirujuk ke fasilitas kesehatan untuk tindak lanjut.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat



Gambar 2. Diagram Hasil Pengukuran Pengetahuan Hipertensi



Gambar 3. Boxplot Perbandingan Tingkat Pengetahuan Responden

KESIMPULAN

Kegiatan PkM ini berhasil meningkatkan pengetahuan responden yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan nilai median pengetahuan tentang hipertensi secara bermakna. Mayoritas peserta memiliki risiko tinggi hipertensi akibat obesitas dan obesitas sentral, sehingga diperlukan edukasi berkelanjutan dan pemantauan rutin untuk mengendalikan faktor risiko

kardiovaskular. Secara praktis, kegiatan ini memberikan dasar bagi penerapan program edukasi dan pendampingan berbasis diet DASH di tingkat desa, yang dapat diintegrasikan dengan layanan Puskesmas sebagai upaya promotif dan preventif dalam pengendalian hipertensi secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kepala Puskesmas Kelurahan Ciangsana Nagrak, mahasiswa, dosen, tendik, alumni Fakultas Kedokteran Usakti angkatan 2022 dan 2025, dan seluruh peserta kegiatan PkM.

DAFTAR PUSTAKA

- Adamu, K., Feleke, A., Muche, A., Yasin, T., Mekonen, A. M., Chane, M. G., . . . Fentaw, Z. (2022). Health related quality of life among adult hypertensive patients on treatment in Dessie City, Northeast Ethiopia. *PLoS One*, *17*(9), e0268150. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0268150>
- Andiwijaya, F., Kadriyan, H., & Syamsun, A. (2021). *Education Level as a Predictor for Health Literacy Levels in a Rural Community Health Centre: A Cross-Sectional Study*.
- Brosolo, G., Da Porto, A., Bulfone, L., Vacca, A., Bertin, N., Scandolin, L., . . . Sechi, L. A. (2022). Insulin Resistance and High Blood Pressure: Mechanistic Insight on the Role of the Kidney. *Biomedicines*, *10*(10). <https://doi.org/10.3390/biomedicines10102374>
- Cheng, W., Du, Y., Zhang, Q., Wang, X., He, C., He, J., . . . Xu, Z. (2022). Age-related changes in the risk of high blood pressure. *Front Cardiovasc Med*, *9*, 939103. <https://doi.org/10.3389/fcvm.2022.939103>
- Chobanian, A. V., Bakris, G. L., Black, H. R., Cushman, W. C., Green, L. A., Izzo, J. L., Jr., . . . Roccella, E. J. (2003). Seventh report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure. *Hypertension*, *42*(6), 1206-1252. <https://doi.org/10.1161/01.HYP.0000107251.49515.c2>
- Filippou, C. D., Tsioufis, C. P., Thomopoulos, C. G., Mihos, C. C., Dimitriadis, K. S., Sotiropoulou, L. I., . . . Tousoulis, D. M. (2020). Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) Diet and Blood Pressure Reduction in Adults with and without Hypertension: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Adv Nutr*, *11*(5), 1150-1160. <https://doi.org/10.1093/advances/nmaa041>
- Forman, J. P., Stampfer, M. J., & Curhan, G. C. (2009). Diet and lifestyle risk factors associated with incident hypertension in women. *Jama*, *302*(4), 401-411. <https://doi.org/10.1001/jama.2009.1060>
- Goswami, B., Reang, T., Sarkar, S., Sengupta, S., & Bhattacharjee, B. (2020). Role of body visceral fat in hypertension and dyslipidemia among the diabetic and nondiabetic ethnic population of Tripura-A comparative study. *J Family Med Prim Care*, *9*(6), 2885-2890. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_187_20
- Grundy, S. M., Cleeman, J. I., Daniels, S. R., Donato, K. A., Eckel, R. H., Franklin, B. A., . . . Costa, F. (2005). Diagnosis and management of the metabolic syndrome: an American Heart Association/National Heart, Lung, and Blood Institute Scientific Statement. *Circulation*, *112*(17), 2735-2752. <https://doi.org/10.1161/circulationaha.105.169404>
- Guo, R., Li, N., Yang, R., Liao, X.-Y., Zhang, Y., Zhu, B.-F., . . . Lei, Y. (2021). Effects of the Modified DASH Diet on Adults With Elevated Blood Pressure or Hypertension: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Nutrition*, *Volume 8 - 2021*. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.725020>
- Kementrian Kesehatan. Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Retrieved from <https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/ski/ketersediaan-data/ski-2023>

- Khasanah, D. N. (2022). The Risk Factors of Hypertension in Indonesia. (Data Study of Indonesian Family Life Survey 5). *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, 5(2), 80-89. <https://doi.org/10.20473/jphrecode.v5i2.27923>
- Nurhayati, U. A. i., Ariyanto, A., & Syafriakhwan, F. (2023). Hubungan usia dan jenis kelamin terhadap kejadian hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 1, 363-369.
- Onwuzo, C., Olukorode, J. O., Omokore, O. A., Odunaike, O. S., Omiko, R., Osaghae, O. W., . . . Omoragbon, L. (2023). DASH Diet: A Review of Its Scientifically Proven Hypertension Reduction and Health Benefits. *Cureus*, 15(9), e44692. <https://doi.org/10.7759/cureus.44692>
- Saneei, P., Salehi-Abargouei, A., Esmailzadeh, A., & Azadbakht, L. (2014). Influence of Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) diet on blood pressure: a systematic review and meta-analysis on randomized controlled trials. *Nutr Metab Cardiovasc Dis*, 24(12), 1253-1261. <https://doi.org/10.1016/j.numecd.2014.06.008>
- Shariq, O. A., & McKenzie, T. J. (2020). Obesity-related hypertension: a review of pathophysiology, management, and the role of metabolic surgery. *Gland Surg*, 9(1), 80-93. doi:10.21037/gs.2019.12.03
- Theodoridis, X., Triantafyllou, A., Chrysoula, L., Mermigkas, F., Chroni, V., Dipla, K., . . . Chourdakis, M. (2023). Impact of the Level of Adherence to the DASH Diet on Blood Pressure: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Metabolites*, 13(8). <https://doi.org/10.3390/metabo13080924>
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., . . . Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension global hypertension practice guidelines. *J Hypertens*, 38(6), 982-1004. <https://doi.org/10.1097/hjh.0000000000002453>
- Vasan, R. S., Larson, M. G., Leip, E. P., Kannel, W. B., & Levy, D. (2001). Assessment of frequency of progression to hypertension in non-hypertensive participants in the Framingham Heart Study: a cohort study. *Lancet*, 358(9294), 1682-1686. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(01\)06710-1](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(01)06710-1)
- WHO. Physical activity, . Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity#:~:text=Physical%20activity%20is%20beneficial%20to,a%20burden%20on%20healthcare%20systems>.
- WHO. (2025). Noncommunicable diseases. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
- WHO/IASO/IOTF. (2000). The Asia-Pacific perspective: redefining obesity and its treatment. Health Communications Australia Pty Limited. <http://www.wpro.who.int/nutrition/documents/docs/Redefiningobesity.pdf>.
- World Health Organization (WHO)/International Society of Hypertension (ISH) statement on management of hypertension. (2003). *Journal of hypertension*, 21(11), 1983-1992.
- Yenny, Y., Rahmansyah, M., Wartono, M., Setiawati, L., Budihartanti, P., & Salma, N. M. (2025). Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran Deteksi Dini Melalui Penyuluhan Sindrom Metabolik Pada Masyarakat Desa Ciangsana. *Jurnal SOLMA*, 14(2), 2326-2336. <https://doi.org/10.22236/solma.v14i2.18927>

library FK

Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan dalam Penyusunan Diet untuk Mencegah Hipertensi pada Masyarakat...

📄 Artikel Jurnal 1

Document Details

Submission ID

trn:oid::3618:137297893

Submission Date

May 1, 2026, 12:17 PM GMT+7

Download Date

May 1, 2026, 12:23 PM GMT+7

File Name

21123-Manuscript Text-68544-81206-10-20260406.pdf

File Size

720.9 KB

11 Pages

5,138 Words

32,166 Characters

15% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.




Filtered from the Report

- ▶ Bibliography
- ▶ Quoted Text
- ▶ Small Matches (less than 10 words)

Exclusions

- ▶ 10 Excluded Matches

Top Sources

- 14%  Internet sources
- 7%  Publications
- 0%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

- 14% Internet sources
- 7% Publications
- 0% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	repository.uin-malang.ac.id	2%
2	Internet	repository.akfarsurabaya.ac.id	2%
3	Internet	repository.karyailmiah.trisakti.ac.id	1%
4	Internet	eprints.stikesyarsi-pontianak.ac.id	<1%
5	Internet	repository.uhamka.ac.id	<1%
6	Publication	Siti Zahara Nasution, Nadya Gusva. "Determinan Penyakit Hipertensi pada Pesert...	<1%
7	Internet	docs.google.com	<1%
8	Publication	Iman Nurjaman, Winasari Dewi, Nisa Wening Asih Sutrisno, Rany Yuliani. "Aplikas...	<1%
9	Internet	eprints.uad.ac.id	<1%
10	Internet	www.coursehero.com	<1%
11	Internet	www.karyailmiah.trisakti.ac.id	<1%

12	Internet	journal.untar.ac.id	<1%
13	Internet	repository.unissula.ac.id	<1%
14	Internet	jbiomedkes.org	<1%
15	Internet	pmc.ncbi.nlm.nih.gov	<1%
16	Publication	Puspita Yuliandari, Erdi Suroso, Lathifa Indraningtyas, Pramita Sari Anungputri. "...	<1%
17	Internet	ejournal.skpm.ipb.ac.id	<1%
18	Internet	id.123dok.com	<1%
19	Internet	scholar.kyobobook.co.kr	<1%
20	Internet	www.researchgate.net	<1%
21	Internet	fliphtml5.com	<1%
22	Internet	pusatkesehatanpadangpanjang.id	<1%
23	Internet	society.fisip.ubb.ac.id	<1%
24	Internet	www.kemkes.go.id	<1%
25	Internet	blankonlinux.or.id	<1%

26	Internet	journal.fikes-umw.ac.id	<1%
27	Internet	jurnal.uny.ac.id	<1%
28	Internet	perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id	<1%
29	Internet	pt.scribd.com	<1%
30	Internet	text-id.123dok.com	<1%
31	Internet	www.kompas.com	<1%



Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan dalam Penyusunan Diet untuk Mencegah Hipertensi pada Masyarakat Desa Ciangsana

Yenny^{1*}, Patricia Budihartanti², Kartini³, Gerie Amarendra⁴, Erni Erfan⁵, Najwa Ali⁶, Nahla Sarita Husein⁶, Alzikha Khalisha Roza⁶

¹Departemen Farmakologi & Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jalan Kyai Tapa No.260, Grogol, Jakarta Barat, Indonesia, 11440

²Departemen Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jalan Kyai Tapa No.260, Grogol, Jakarta Barat, Indonesia, 11440

³Departemen Histologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jalan Kyai Tapa No.260, Grogol, Jakarta Barat, Indonesia, 11440

⁴Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jalan Kyai Tapa No.260, Grogol, Jakarta Barat, Indonesia, 11440

⁵Departemen Biologi Oral, Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Trisakti, Jalan Kyai Tapa No.260, Grogol, Jakarta Barat, Indonesia, 11440

⁶Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jalan Kyai Tapa No.260, Grogol, Jakarta Barat, Indonesia, 11440

*Email koresponden: yennyfarmako@trisakti.ac.id

ARTICLE INFO

Article history

Received: 13 Oct 2025

Accepted: 18 Feb 2026

Published: 31 Mar 2026

Kata kunci:

DASH;
 Deteksi Dini;
 Hipertensi;
 Pelatihan

ABSTRAK

Background: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang dapat diatasi dengan perubahan gaya hidup dan deteksi dini. Data pengabdian kepada masyarakat sebelumnya menunjukkan masih tingginya kejadian hipertensi dan rendahnya kesadaran masyarakat Desa Ciangsana. melakukan skrining. **Kegiatan ini bertujuan untuk Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan** tentang hipertensi melalui pelatihan dengan pendekatan DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) pada masyarakat. **Metode:** Skrining kesehatan, penyuluhan interaktif, demonstrasi, pendampingan penyusunan menu, diskusi interaktif digunakan sebagai metode. Data karakteristik sosiodemografik, antropometrik, tekanan darah, dan gula darah puasa dikumpulkan. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan responden dianalisis dengan uji Wilcoxon signed rank. **Hasil:** mayoritas responden berjenis kelamin perempuan 28 (93,3%), median usia 45 (27 – 70) tahun, dengan tingkat pendidikan rendah yaitu 13 (56,7%) responden, Pada pemeriksaan fisik ditemukan mayoritas responden memiliki indeks massa tubuh obesitas yaitu 24 (80,0%) responden, dan obesitas sentral yaitu 19 (63,3%) responden. Hipertensi ditemukan pada (33,3%) responden, di mana 6 responden di antaranya tidak rutin minum obat. Terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan responden yang dilihat adanya peningkatan median (min – max) jawaban benar pasca kegiatan secara bermakna dari 8,5 (0 – 11) dan 10 (7 – 11); (p<0.001). **Kesimpulan:** Kegiatan pengabdian masyarakat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan responden tentang hipertensi. Diperlukan program edukasi dan pendampingan diet DASH terintegrasi dengan layanan Puskesmas untuk pengendalian hipertensi berkelanjutan.

ABSTRACT

Background: Hypertension is a noncommunicable disease that can be managed through lifestyle changes and early Detection. Previous community service data indicated a high incidence of hypertension and low screening awareness among the residents of Ciangsana Village. This initiative aims to improve knowledge and skills regarding hypertension management through training based on the DASH (*Dietary Ap-*

Keywords:

DASH;
 Early Detection;
 Hypertension;
 Training

14

11

27

20

1

19

-proaches to Stop Hypertension) approach. **Methods:** The methods employed included health screenings, interactive counseling, demonstrations, menu planning assistance, and interactive discussions. Data on sociodemographic characteristics, anthropometrics, blood pressure, and fasting blood glucose were collected. Improvements in respondents' knowledge and skills were analyzed using the Wilcoxon signed-rank test. **Results:** The majority of respondents were female (93.3%, n=28), with a median age of 45 (27–70) years and a low level of education (56.7%, n=13). Physical examinations revealed that most respondents were categorized as obese based on Body Mass Index (80.0%, n=24) and central obesity (63.3%, n=19). Hypertension was detected in 33.3% of respondents, 6 of whom did not take medication regularly. There was a significant increase in knowledge and skills, evidenced by an increase in the median (min–max) of correct answers post-activity from 8.5 (0–11) to 10 (7–11); ($p < 0.001$). **Conclusion:** This community service program effectively enhanced respondents' knowledge and skills concerning hypertension. An integrated DASH diet education and counseling program within Primary Health Center (*PUSKESMAS*) services is necessary for sustainable hypertension control.

5



© 2026 by authors. Lisensi Jurnal Solma, UHAMKA, Jakarta. Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan Creative Commons Attribution (CC-BY) license.

PENDAHULUAN

12

Hipertensi adalah kondisi medis kronis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah (TD) di mana tekanan darah sistolik (SBP) ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik (DBP) ≥ 90 mmHg di arteri (World Health Organization (WHO)/International Society of Hypertension (ISH) statement on management of hypertension, 2003) Prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11% (Kementerian Kesehatan. Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI), 2023). Dari angka 34,1% penderita hipertensi, hanya sebagian kecil yang terdiagnosis dan mendapatkan pengobatan. ("Kementerian Kesehatan. Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023,") Hipertensi dapat berdampak negatif pada kualitas hidup, yang mengakibatkan penurunan kesejahteraan fisik, sosial, dan mental akibat gejala-gejala seperti kelelahan, pusing, dan kecemasan, serta risiko komplikasi serius seperti stroke dan penyakit jantung (Adamu et al., 2022).

8

9

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang ditandai oleh peningkatan tekanan darah, yaitu tekanan darah sistolik (SBP) ≥ 140 mmHg atau diastolik (DBP) ≥ 90 mmHg (WHO, 2003). Di Indonesia, prevalensi hipertensi mencapai 34,11%, namun hanya sebagian kecil penderita yang terdiagnosis dan memperoleh pengobatan (Kementerian Kesehatan, 2023). Kondisi ini berdampak negatif terhadap kualitas hidup, baik secara fisik, sosial, maupun mental, serta meningkatkan risiko komplikasi serius seperti stroke dan penyakit jantung (Adamu et al., 2022).

8

Ada banyak faktor risiko hipertensi yang sudah diketahui yang dibagi menjadi faktor risiko yang dapat dimodifikasi, yaitu pola gaya hidup yang dapat disesuaikan/diubah untuk mencegah perkembangan penyakit, meliputi pola makan tidak sehat (tinggi garam dan lemak, rendah serat), obesitas, merokok, konsumsi alkohol, dan kurangnya aktivitas fisik. Selain itu jenis kelamin, stres, riwayat keluarga, dan status sosial ekonomi rendah merupakan faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi (Khasanah, 2022).

Delapan puluh persen kematian dini disebabkan oleh penyakit tidak menular (PTM), di mana empat diantaranya antara lain penyakit kardiovaskular, kanker, pernapasan kronik, dan diabetes mellitus (WHO, 2025). Data pengabdian masyarakat tahun sebelumnya di Desa Ciangsana Nagrak, Kecamatan Cisarua, Kabupaten Bogor, menunjukkan bahwa lebih dari 40% penduduk usia dewasa mengalami tekanan darah tinggi, dan sebagian besar masyarakat memiliki tingkat pengetahuan yang rendah (Yenny et al., 2025). Tatalaksana hipertensi tidak melulu secara farmakologi, namun juga diperlukan pengetahuan dan keterampilan di dalam pengelolaan hipertensi secara non-farmakologis, melalui perubahan gaya hidup antara lain pengaturan diet.

1

24

Sebanyak 80% kematian dini disebabkan oleh penyakit tidak menular (PTM), terutama penyakit kardiovaskular, kanker, pnapasan kronik, dan diabetes melitus (WHO, 2025). Data pengabdian sebelumnya di Desa Ciangsana menunjukkan lebih dari 40% penduduk dewasa mengalami hipertensi dengan tingkat pengetahuan yang masih rendah (Yenny et al., 2025). Penatalaksanaan hipertensi tidak hanya bersifat farmakologis, tetapi juga memerlukan pengelolaan nonfarmakologis melalui perubahan gaya hidup, khususnya pengaturan diet.

28

Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) merupakan salah satu metode pendekatan penanganan hipertensi yang terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah, dengan membatasi asupan natrium dan lemak jenuh dan lebih banyak mengkonsumsi sayur, biji-bijian, buah, sayur, biji-bijian, dan produk susu rendah lemak (Onwuzo et al., 2023). Data menunjukkan efektivitas DASH menurunkan tekanan darah dan faktor risiko kardiovaskular lainnya, termasuk glukosa darah, lipid darah, berat badan, dan lingkar pinggang, namun kepatuhan yang buruk merupakan hambatan utama, dan hanya sebagian kecil populasi yang sepenuhnya mematuhi diet tersebut (Guo et al., 2021).

Kesuksesan penerapannya DASH pada masyarakat bergantung pada banyak faktor antara lain tingkat sosial ekonomi, ketersediaan bahan makanan yang sesuai, dan kemampuan individu untuk mengadaptasi kebiasaan pola makan sebelumnya (Theodoridis et al., 2023). Hal ini tentunya memerlukan penyesuaian menu yang memerlukan pengetahuan dan keterampilan terhadap informasi diet yang baik untuk mencegah hipertensi. Pengetahuan masyarakat terhadap pendekatan DASH yang masih sangat terbatas, baik dari segi konsep maupun praktik penyusunannya dalam menu harian. Tujuan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat di desa Ciangsana tentang hipertensi melalui pelatihan dengan pendekatan diet untuk menurunkan angka kejadian hipertensi.

22

31

Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) terbukti efektif menurunkan tekanan darah dengan membatasi asupan natrium dan lemak jenuh serta meningkatkan konsumsi sayur, buah, biji-bijian, dan produk susu rendah lemak (Onwuzo et al., 2023). Selain menurunkan tekanan darah, DASH juga berpengaruh terhadap perbaikan faktor risiko kardiovaskular seperti kadar glukosa, lipid, berat badan, dan lingkar pinggang, meskipun kepatuhan masyarakat masih rendah (Guo et al., 2021). Keberhasilan penerapan DASH dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi, ketersediaan bahan pangan, serta kemampuan adaptasi pola makan (Theodoridis et al., 2023). Pengetahuan masyarakat terhadap pendekatan DASH masih sangat terbatas, baik dari segi konsep maupun praktik penyusunannya dalam menu harian. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat terkait konsep dan praktik diet DASH. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang hipertensi melalui pelatihan dengan pendekatan DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*).

MASALAH

Berdasarkan analisis situasi dapat diidentifikasi permasalahan masyarakat desa Ciangsana berdasarkan data dari kegiatan PKM yang dilakukan tahun sebelumnya ditemukan bahwa (i). Tekanan darah abnormal ditemukan pada sebagian besar masyarakat desa Ciangsana dengan persentase terbesar adalah penderita hipertensi (45,5%), diikuti dengan pra-hipertensi (36,7%), (Yenny et al., 2025) di mana hanya sebagian kecil masyarakat yang terdiagnosis dan mendapatkan pengobatan. Kondisi ini dapat meningkatkan komplikasi kardiovaskular yang dapat memberikan dampak menurunnya kualitas hidup dan menambah beban ekonomi keluarga; (ii). Pengetahuan dan keterampilan masyarakat terhadap DASH masih sangat terbatas, baik dari segi konsep maupun praktik penyusunannya dalam menu harian. Untuk itu diperlukan peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dengan pelatihan guna menerapkan DASH guna

1

menurunkan angka kejadian hipertensi dan kesadaran melakukan skrining kesehatan secara rutin guna mencegah komplikasi dikemudian hari.

METODE PELAKSANAAN

Pada tanggal 20 September 2025 dilakukan kegiatan PkM di Desa Ciangsana, Bogor, Jawa Barat diikuti dosen, alumni, mahasiswa. Rangkaian persiapan PkM dilakukan dalam beberapa tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap monitoring evaluasi, dan laporan kegiatan.

Tahap persiapan PkM dijalankan dengan melakukan pertemuan dengan pemangku kepentingan dan pejabat daerah setempat guna menyampaikan tujuan kegiatan, alur kegiatan, teknis pelaksanaan serta waktu pelaksanaan PkM. Pada pertemuan ini juga dilakukan identifikasi dan analisis permasalahan masyarakat desa Ciangsana, di mana informasi yang diperoleh digunakan untuk menyusun prioritas permasalahan dan solusi/pemecahan masalah serta dari kegiatan PkM yang akan dilakukan. Pada tahap ini juga dilakukan koordinasi dengan pemerintah setempat guna pengurusan izin lokasi kegiatan PkM dan dengan Kepala Puskesmas untuk tempat kegiatan dan partisipasi responden pada hari kegiatan.

Tahap persiapan PkM diawali dengan pertemuan bersama pemangku kepentingan dan pejabat daerah untuk menyampaikan tujuan, alur, teknis, serta jadwal pelaksanaan kegiatan. Pada tahap ini dilakukan identifikasi dan analisis permasalahan masyarakat Desa Ciangsana sebagai dasar penentuan prioritas masalah dan penyusunan solusi. Selain itu, dilakukan koordinasi dan perizinan dengan pemerintah setempat serta pihak Puskesmas terkait lokasi dan partisipasi responden.

Tabel 1. Kuesioner pengukuran tingkat pemahaman tentang tekanan darah tinggi

Pertanyaan:

1. Tekanan darah tinggi diastolik atau sistolik mengindikasikan peningkatan tekanan darah.
2. Tekanan darah diastolik yang meningkat juga mengindikasikan peningkatan tekanan darah.
3. Obat untuk tekanan darah yang meningkat harus diminum setiap hari
4. Individu dengan tekanan darah yang meningkat harus minum obat mereka hanya ketika mereka merasa sakit
4. Tekanan darah yang meningkat dapat menyebabkan penyakit jantung, seperti serangan jantung, jika tidak ditangani
2. Tekanan darah yang meningkat dapat menyebabkan gagal ginjal, jika tidak ditangani.
2. Untuk individu dengan tekanan darah yang meningkat, metode memasak terbaik adalah menggoreng.
4. Jenis daging terbaik untuk individu dengan tekanan darah yang meningkat adalah daging merah (sapi, kambing)
7. Individu dengan tekanan darah yang meningkat dapat makan makanan asin selama mereka minum obat secara teratur
2. Individu dengan tekanan darah yang meningkat perlu makan buah dan sayur 5 porsi per hari
2. Individu dengan tekanan darah yang meningkat dapat minum minuman tinggi gula (sirup, teh manis)

Tahap pelaksanaan dilakukan selama 1 hari, pada pukul 08.00 – 12.00 WIB, bertempat di Desa Ciangsana, Bogor, Jawa Barat diikuti oleh dosen, mahasiswa, dan alumni dengan

menggunakan metoda pelatihan dan diskusi interaktif pasca skrining hipertensi. Susunan kegiatan PkM disusun sebagai berikut: pembukan, skrining kesehatan berupa anamnesis, pengambilan data karakteristik responden, pengukuran antropometrik (tekanan darah, IMT, lingkaran pinggang) diikuti dengan pretest, pemaparan materi melalui alat bantu power point, poster, model makanan, demonstrasi penyusunan menu, pendampingan diikuti diskusi interaktif, posttest, dan diakhiri dengan penutupan kegiatan.

Pada hari kegiatan PkM, responden yang hadir diberikan nomor dan dilakukan pengambilan data oleh mahasiswa di bawah supervisi dosen. Data karakteristik sosiodemografik dan riwayat keluarga dikumpulkan melalui observasi dan wawancara kepada responden dengan menggunakan kuesioner yang berisikan daftar pertanyaan yang telah dipersiapkan sebelumnya. Pengetahuan tentang hipertensi diukur dengan 11 pertanyaan yang dijawab dengan benar atau salah. Pada Tabel 1 dapat dilihat daftar pertanyaan kuesioner tentang pemahaman tentang hipertensi.

Pengukuran tingkat pengetahuan dan keterampilan responden dikategorikan baik bila menjawab benar minimal 6 dari total 11 pertanyaan, adanya perbedaan/peningkatan jumlah jawaban benar post-test, atau tetap bila sudah mencapai skor maksimal. Tingkat pendidikan dikategorikan menjadi 3 yaitu rendah (tidak sekolah – SD), sedang (SMP – SMA), dan tinggi (diploma/sarjana). Pengukuran antropometrik dilakukan pada tinggi badan, berat badan untuk mencari nilai IMT, lingkaran pinggang, tekanan darah. Lingkaran pinggang diukur dengan menggunakan pita pengukur. Posisi responden berdiri tegak dengan kaki rapat, dan menghindari penggunaan pakaian yang berat dengan menempelkan pita pengukur di sekeliling perut dari titik tengah antara bagian bawah tulang rusuk dan krista iliaka superior dengan pembacaan diambil dari bagian yang paling menonjol diambil untuk diukur. Lingkaran pinggang dikategorikan obesitas sentral pada wanita ≥ 80 cm; pria ≥ 90 cm), tidak: wanita < 80 cm dan pria ≥ 90 cm) (Grundy et al., 2005).

Kategori IMT ditentukan berdasarkan WHO Asia Pasifik (WHO/IASO/IOTF, 2000) Pengukuran tekanan darah dilakukan dalam posisi duduk pada lengan kanan menggunakan sphygmomanometer digital dilakukan sebanyak 2 kali pengukuran dan diambil nilai reratanya. Hipertensi ditentukan berdasarkan hasil wawancara, dimana subjek mengetahui dirinya mengidap hipertensi atau pernah di diagnosis oleh tenaga kesehatan, atau responden mempunyai riwayat konsumsi obat antihipertensi. Klasifikasi tekanan darah menggunakan acuan *The Seven Report of the Joint National Committee (JNC VII)* (Chobanian et al., 2003) Tahap evaluasi kegiatan dilakukan dengan membandingkan jumlah jawaban benar dari list pertanyaan antara pre-test dan post-test menggunakan analisis statistik. Data yang telah dikumpulkan untuk kemudian diolah dan dibuatkan laporan tertulis. Tidak ada hambatan berarti pada kegiatan Pk Mini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelaksanaan pengabdian dihadiri oleh masyarakat setempat. Pengukuran pengetahuan dilakukan di awal kegiatan dengan memberikan kuesioner, diikuti dengan kegiatan penyuluhan, pelatihan, dan skrining tekanan darah oleh dosen dan mahasiswa. Pada Gambar 1. dapat dilihat gambar pelaksanaan kegiatan PkM.

Karakteristik Sosiodemografik, Antropometrik, Responden

Total ada 30 responden yang ikut dalam kegiatan PkM ini dengan median usia 45 tahun (Tabel 2). Hubungan antara usia dan kejadian hipertensi sangat kuat, dengan risiko meningkat seiring bertambahnya usia. Seiring waktu, proses penuaan menyebabkan perubahan pada sistem kardiovaskular (kekakuan arteri, disfungsi endotel, perubahan hormon renin angiotensin aldosterone) yang secara langsung memengaruhi tekanan darah dan menyebabkan hipertensi.

30

18

3

16

1

(Nurhayati, Ariyanto, & Syafriakhwan, 2023) Ada korelasi positif bermakna antara usia dengan kejadian hipertensi ($r=0,632, p=0,000$) (Nurhayati et al., 2023). Studi (Cheng et al., 2022) berfokus pada perubahan tekanan darah terkait usia menemukan bahwa risiko tekanan darah sistolik tinggi meningkat secara terus-menerus dari usia 35 hingga 79 tahun. Secara keseluruhan, hubungan antara usia dan kejadian hipertensi adalah sebuah proses yang kompleks. Meskipun perubahan fisiologis yang terkait dengan penuaan meningkatkan risiko secara alami, faktor gaya hidup juga memainkan peran krusial di setiap tahap kehidupan. Hasil PkM mengkonfirmasi diperlukannya skrining hipertensi yang lebih teratur, terutama setelah usia 40 tahun untuk mengatasi faktor risiko sedini mungkin.

Tabel 2. Karakteristik Responden PkM (n=30)

Variabel	Median (min – maks)/ mean \pm SD	Frekuensi (%)
Usia (tahun)	45 (27 – 70)	
Jenis kelamin		
Pria		2 (6,7)
Wanita		28 (93,3)
Tingkat pendidikan		
Rendah		17 (56,7)
Sedang		8 (26,7)
Tinggi		5 (16,7)
Pekerjaan		
Tidak bekerja		26 (86,7)
Bekerja		4 (13,3)
Riwayat hipertensi		
Tidak ada		17 (56,7)
Ada		13 (43,3)
Indeks massa tubuh	28,6 \pm 5,2	
Normal		3 (10)
Overweight		3 (10)
Obesitas		24 (80)
Lingkar pinggang	85,8 \pm 11,4	
Normal		11 (36,7)
Tinggi		19 (63,3)
Tekanan darah		
Normal		13 (43,3)
Pre-hipertensi		7 (23,3)
Hipertensi		10 (33,3)
Rutin obat hipertensi		
Tidak		6
Ya		4

Indeks massa tubuh (IMT) berdasarkan WHO *Asia Pasific*.(WHO/IASO/IOTF, 2000)

Lingkar pinggang dikategorikan berdasarkan *American Heart Association/National Heart, Lung, and Blood Institute*. (Grundy et al., 2005)

Tekanan darah dikategorikan berdasarkan *the Seven Report of the Joint Natinalional Committee (JNC VII)*(Chobanian et al., 2003)

Mayoritas responden adalah wanita, yaitu 28 (93,3%) responden. Peningkatan tekanan darah ini berbeda antargender (Cheng et al., 2022). Jenis kelamin menunjukkan korelasi sedang positif dengan kejadian hipertensi ($r=0,535, p=0,000$) (Nurhayati et al., 2023) Faktor hormonal tampaknya dapat menjelaskan kondisi ini di mana perempuan yang telah menopause memiliki kadar estrogen yang lebih rendah yang dapat menyebabkan rendahnya kadar High-Density

Lipoprotein (HDL) dan memiliki kontribusi untuk terjadinya proses aterosklerosis (Nurhayati et al., 2023).

Hasil PkM ini menunjukkan mayoritas responden adalah perempuan dengan status pekerjaan tidak bekerja seringkali dihubungkan dengan aktivitas fisik yang lebih rendah dan perilaku sedentary dibandingkan perempuan yang bekerja di mana hal ini membawa konsekuensi meningkatnya PTM seperti hipertensi, kardiovaskular, dan diabetes mellitus tipe-2, serta mengurangi gejala kejiwaan seperti depresi dan kecemasan, dan dapat meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan (WHO, 2025)

Tingkat pendidikan rendah yaitu 17 (56,7%) responden ditemukan pada mayoritas responden. Pengetahuan tentang kesehatan (*health literacy*) pada umumnya berhubungan dengan tingkat pendidikan formal (Andiwijaya, Kadriyan, & Syamsun, 2021). Upaya edukasi yang secara konsisten diperlukan guna meningkatkan pengetahuan akan pentingnya deteksi dini pada masyarakat desa Ciangsana Nagrak guna mengendalikan faktor risiko.

Prevalensi hipertensi pada studi ini yaitu sebesar 10 (33,3%) responden, Dari 10 orang penderita hipertensi ada dua orang menderita hipertensi grade 1, hipertensi grade 2 sebanyak empat orang, hipertensi berat ada satu orang dan ada tiga orang yang tidak tahu menderita hipertensi. Enam dari 10 responden tidak mendapatkan rutin mendapatkan pengobatan. Hasil PkM ini sesuai dengan data Survei Kesehatan Indonesia yang menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, (Kementerian Kesehatan, 2023) di mana hanya sebagian kecil yang terdiagnosis dan mendapatkan pengobatan (Kementerian Kesehatan, 2023)

Mayoritas responden PkM ini memiliki indeks massa tubuh obesitas yaitu 24 (80%) responden. Tingginya angka obesitas pada peserta menggambarkan faktor risiko yang signifikan terhadap terjadinya hipertensi. Mekanisme obesitas menyebabkan hipertensi kompleks antara lain: (i). aktivasi berlebihan sistem saraf simpatik; (ii). stimulasi sistem renin-angiotensin-aldosteron, (iii). perubahan sitokin yang berasal dari jaringan adiposa, (iv). resistensi insulin, serta (v). perubahan struktural dan fungsional ginjal (Shariq & McKenzie, 2020). Obesitas menyebabkan sel-sel tubuh tidak merespons insulin secara efektif (resistensi insulin). Pankreas mengompensasinya dengan memproduksi lebih banyak insulin, yang menyebabkan hiperinsulinemia (kelebihan insulin dalam darah) yang dapat berkontribusi bagi hipertensi dengan mekanisme retensi natrium akibat meningkatnya reabsorpsi garam di ginjal, aktivasi sistem saraf simpatis, dan disfungsi endotel (Brosolo et al., 2022). Indeks massa tubuh merupakan faktor risiko terkuat untuk berkembang menjadi hipertensi, di mana wanita yang memiliki indeks massa tubuh obesitas memiliki risiko mengalami hipertensi hampir lima kali lipat dibandingkan dengan mereka yang memiliki normal (Forman, Stampfer, & Curhan, 2009). Menurut Studi peningkatan berat badan sebesar 5% dikaitkan dengan peningkatan insiden hipertensi sebesar 20–30% (Vasan, Larson, Leip, Kannel, & Levy, 2001).

Pada PkM ini ditemukan responden yang memiliki lingkar pinggang besar/obesitas sentral sebanyak 19 (63,3%) responden. Lingkar pinggang yang besar menimbulkan risiko lebih tinggi karena kelebihan lemak visceral. Lemak visceral melepaskan berbagai zat bioaktif (adipokin dan sitokin) yang dapat memengaruhi fungsi dan struktur pembuluh darah, yang menyebabkan hipertensi, dislipidemi, dan diabetes mellitus tipe-2 (Goswami, Reang, Sarkar, Sengupta, & Bhattacharjee, 2020). Meta-analisis oleh Forman et al. (2009) menunjukkan IMT yang lebih tinggi berhubungan dengan peningkatan tekanan darah lebih tinggi, dan hubungan lebih kuat dengan tekanan darah sistolik dibandingkan tekanan darah diastolik, di mana perbedaan rata-rata gabungan per 5 kg/m² IMT meningkatkan tekanan darah sebesar 3 mmHg (2,90 (IK 95%; 1,30 - 4,50)) untuk tekanan darah sistolik dan 2 mmHg (2,28 (IK 95%; 0,55 - 4,01)) untuk tekanan darah diastolik. Risiko responden menderita hipertensi per IMT 5 kg/m² yang lebih tinggi dibandingkan IMT normal meningkat 1,33 kali (OR=1,33; IK 95%= 1,18 -1,51), dan meningkat per lingkar

13

25

21

pinggang 13 cm yang lebih besar dibanding normal sebesar 1,45 kali (OR=1,45; IK 95%=1,05 - 1,98) (Forman et al., 2009).

Mengenai hubungan antara jenis obesitas dan hipertensi pada orang dewasa di Tiongkok menyatakan bahwa seseorang yang mengalami obesitas dan obesitas sentral 2,3 – 2,5 kali lebih besar memiliki risiko hipertensi dibandingkan mereka yang hanya mengalami satu jenis obesitas (Goswami et al., 2020). Adanya studi-studi yang mendukung hubungan antara obesitas dan obesitas sentral dari hasil PkM ini menunjukkan diperlukan perhatian dalam upaya menurunkan angka obesitas/obesitas sentral pada masyarakat desa Ciangsana Nagrak dengan kegiatan yang berfokus pada upaya penurunan berat badan yang merupakan tujuan utama pengobatan hipertensi terkait obesitas.

Hasil Pengukuran Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Pelatihan

Evaluasi kegiatan PkM dilakukan dengan membandingkan jumlah jawaban benar sebelum dan pasca kegiatan yang dianalisis menggunakan uji statistik. Pada Gambar 2. dapat dilihat bahwa pada hasil pengukurannya, pengetahuan dan keterampilan responden menunjukkan adanya perbedaan, di mana ditemukan adanya peningkatan skor paska kegiatan. Pada Gambar 2, dapat dilihat diagram batang hasil pengukuran tingkat pengetahuan dan keterampilan dari total 30 orang responden.

Pada awal kegiatan ada 8 dari total 30 peserta yang menjawab benar kurang dari 6 dari total 11 pertanyaan yang digunakan untuk mengukur pengetahuan (tingkat pengetahuan kurang terhadap pengetahuan tekanan darah tinggi) Pasca pelatihan tidak ada peserta yang memiliki tingkat pengetahuan kurang. Uji Saphiro wilk dilakukan pada data pretest dan post test diperoleh hasil sebaran distribusi data tidak normal pada sebaran data pretest ($p < 0.001$) dan distribusi data normal pada data posttest ($p = 0,12$) (Gambar 3). Distribusi data tidak normal pada awal kegiatan (pretest) menunjukkan tingkat pengetahuan responden yang tidak seragam dan menjadi normal pasca kegiatan (posttest) menunjukkan adanya perbaikan tingkat pengetahuan dan keterampilan responden pasca kegiatan dan ditunjukkan dengan adanya peningkatan median jawaban benar pasca kegiatan secara bermakna dari 8,5 (0 – 11) dan 10 (7 – 11); $p < 0.001$.

Studi menunjukkan bahwa penerapan diet dengan DASH ini sangat efektif untuk menurunkan tekanan darah dan merupakan strategi utama dalam pencegahan serta pengobatan hipertensi (Unger et al., 2020). Saneei, Salehi-Abargouei, Esmailzadeh, & Azadbakht (2014) dalam metaanalisisnya menyatakan diet DASH secara signifikan menurunkan rerata tekanan darah (TD) sistolik sebesar 6,74 mmHg dan 3,54 mmHg TD sistolik, di mana kondisi ini ditemukan lebih besar pada individu yang sudah menderita hipertensi dibandingkan dengan yang tidak. Meta-analisis yang bertujuan menganalisis efek diet DASH pada tekanan darah dalam subanalisisnya berdasarkan jumlah asupan natrium dan usia menunjukkan responden usia lebih muda dan asupan natrium yang lebih tinggi menunjukkan efek penurunan tekanan darah lebih besar (Filippou et al., 2020).

Studi lain menunjukkan diet DASH efektif dalam menurunkan tekanan darah dan faktor risiko kardiovaskular lainnya, termasuk glukosa darah, lipid darah, berat badan, dan lingkaran pinggang, namun kepatuhan yang buruk merupakan hambatan utama, dan hanya sebagian kecil populasi yang sepenuhnya mematuhi diet tersebut (Guo et al., 2021). Ada banyak faktor antara lain yang memengaruhi kepatuhan DASH antara lain tingkat sosial ekonomi, ketersediaan bahan makanan yang sesuai, dan kemampuan individu untuk mengadaptasi kebiasaan pola makan sebelumnya (Theodoridis et al., 2023). Implementasi DASH juga dipengaruhi oleh jumlah intake natrium dan usia (Filippou et al., 2020). Melalui kegiatan PKM ini masyarakat memperoleh peningkatan pengetahuan tentang pentingnya deteksi dini tekanan darah, menjaga berat badan ideal, membatasi konsumsi garam, dan minimal 30 menit sehari melakukan aktivitas fisik.

3

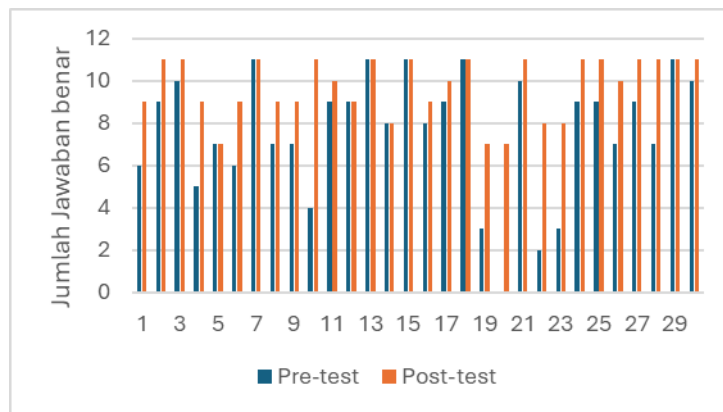
23

1

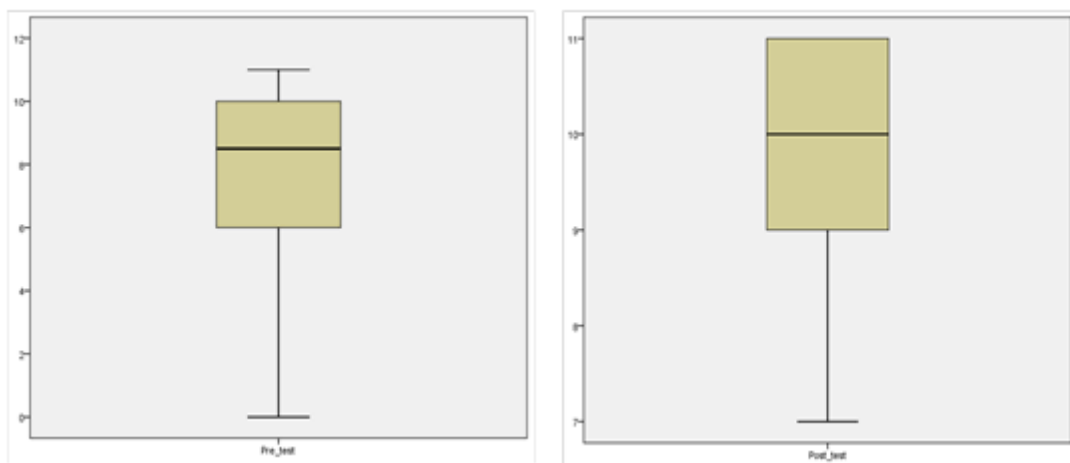
Kegiatan juga memberikan manfaat langsung berupa deteksi dini hipertensi dan obesitas, sehingga peserta dengan tekanan darah tinggi dapat dirujuk ke fasilitas kesehatan untuk tindak lanjut.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat



Gambar 2. Diagram Hasil Pengukuran Pengetahuan Hipertensi



Gambar 3. Boxplot Perbandingan Tingkat Pengetahuan Responden

KESIMPULAN

Kegiatan PkM ini berhasil meningkatkan pengetahuan responden yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan nilai median pengetahuan tentang hipertensi secara bermakna. Mayoritas peserta memiliki risiko tinggi hipertensi akibat obesitas dan obesitas sentral, sehingga diperlukan edukasi berkelanjutan dan pemantauan rutin untuk mengendalikan faktor risiko

kardiovaskular. Secara praktis, kegiatan ini memberikan dasar bagi penerapan program edukasi dan pendampingan berbasis diet DASH di tingkat desa, yang dapat diintegrasikan dengan layanan Puskesmas sebagai upaya promotif dan preventif dalam pengendalian hipertensi secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kepala Puskesmas Kelurahan Ciangsana Nagrak, mahasiswa, dosen, tendik, alumni Fakultas Kedokteran Usakti angkatan 2022 dan 2025, dan seluruh peserta kegiatan PkM.

DAFTAR PUSTAKA

- Adamu, K., Feleke, A., Muche, A., Yasin, T., Mekonen, A. M., Chane, M. G., . . . Fentaw, Z. (2022). Health related quality of life among adult hypertensive patients on treatment in Dessie City, Northeast Ethiopia. *PLoS One*, *17*(9), e0268150. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0268150>
- Andiwijaya, F., Kadriyan, H., & Syamsun, A. (2021). *Education Level as a Predictor for Health Literacy Levels in a Rural Community Health Centre: A Cross-Sectional Study*.
- Brosolo, G., Da Porto, A., Bulfone, L., Vacca, A., Bertin, N., Scandolin, L., . . . Sechi, L. A. (2022). Insulin Resistance and High Blood Pressure: Mechanistic Insight on the Role of the Kidney. *Biomedicines*, *10*(10). <https://doi.org/10.3390/biomedicines10102374>
- Cheng, W., Du, Y., Zhang, Q., Wang, X., He, C., He, J., . . . Xu, Z. (2022). Age-related changes in the risk of high blood pressure. *Front Cardiovasc Med*, *9*, 939103. <https://doi.org/10.3389/fcvm.2022.939103>
- Chobanian, A. V., Bakris, G. L., Black, H. R., Cushman, W. C., Green, L. A., Izzo, J. L., Jr., . . . Roccella, E. J. (2003). Seventh report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure. *Hypertension*, *42*(6), 1206-1252. <https://doi.org/10.1161/01.HYP.0000107251.49515.c2>
- Filippou, C. D., Tsioufis, C. P., Thomopoulos, C. G., Mihas, C. C., Dimitriadis, K. S., Sotiropoulou, L. I., . . . Tousoulis, D. M. (2020). Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) Diet and Blood Pressure Reduction in Adults with and without Hypertension: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Adv Nutr*, *11*(5), 1150-1160. <https://doi.org/10.1093/advances/nmaa041>
- Forman, J. P., Stampfer, M. J., & Curhan, G. C. (2009). Diet and lifestyle risk factors associated with incident hypertension in women. *Jama*, *302*(4), 401-411. <https://doi.org/10.1001/jama.2009.1060>
- Goswami, B., Reang, T., Sarkar, S., Sengupta, S., & Bhattacharjee, B. (2020). Role of body visceral fat in hypertension and dyslipidemia among the diabetic and nondiabetic ethnic population of Tripura-A comparative study. *J Family Med Prim Care*, *9*(6), 2885-2890. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_187_20
- Grundy, S. M., Cleeman, J. I., Daniels, S. R., Donato, K. A., Eckel, R. H., Franklin, B. A., . . . Costa, F. (2005). Diagnosis and management of the metabolic syndrome: an American Heart Association/National Heart, Lung, and Blood Institute Scientific Statement. *Circulation*, *112*(17), 2735-2752. <https://doi.org/10.1161/circulationaha.105.169404>
- Guo, R., Li, N., Yang, R., Liao, X.-Y., Zhang, Y., Zhu, B.-F., . . . Lei, Y. (2021). Effects of the Modified DASH Diet on Adults With Elevated Blood Pressure or Hypertension: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Nutrition*, *Volume 8 - 2021*. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.725020>
- Kementrian Kesehatan. Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Retrieved from <https://layandata.kemkes.go.id/katalog-data/ski/ketersediaan-data/ski-2023>

- Khasanah, D. N. (2022). The Risk Factors of Hypertension in Indonesia. (Data Study of Indonesian Family Life Survey 5). *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, 5(2), 80-89. <https://doi.org/10.20473/jphrecode.v5i2.27923>
- Nurhayati, U. A. i., Ariyanto, A., & Syafriakhwan, F. (2023). Hubungan usia dan jenis kelamin terhadap kejadian hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 1, 363-369.
- Onwuzo, C., Olukorode, J. O., Omokore, O. A., Odunaike, O. S., Omiko, R., Osaghae, O. W., . . . Omoragbon, L. (2023). DASH Diet: A Review of Its Scientifically Proven Hypertension Reduction and Health Benefits. *Cureus*, 15(9), e44692. <https://doi.org/10.7759/cureus.44692>
- Saneei, P., Salehi-Abargouei, A., Esmailzadeh, A., & Azadbakht, L. (2014). Influence of Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) diet on blood pressure: a systematic review and meta-analysis on randomized controlled trials. *Nutr Metab Cardiovasc Dis*, 24(12), 1253-1261. <https://doi.org/10.1016/j.numecd.2014.06.008>
- Shariq, O. A., & McKenzie, T. J. (2020). Obesity-related hypertension: a review of pathophysiology, management, and the role of metabolic surgery. *Gland Surg*, 9(1), 80-93. doi:10.21037/gs.2019.12.03
- Theodoridis, X., Triantafyllou, A., Chrysoula, L., Mermigkas, F., Chroni, V., Dipla, K., . . . Chourdakis, M. (2023). Impact of the Level of Adherence to the DASH Diet on Blood Pressure: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Metabolites*, 13(8). <https://doi.org/10.3390/metabo13080924>
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., . . . Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension global hypertension practice guidelines. *J Hypertens*, 38(6), 982-1004. <https://doi.org/10.1097/hjh.0000000000002453>
- Vasan, R. S., Larson, M. G., Leip, E. P., Kannel, W. B., & Levy, D. (2001). Assessment of frequency of progression to hypertension in non-hypertensive participants in the Framingham Heart Study: a cohort study. *Lancet*, 358(9294), 1682-1686. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(01\)06710-1](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(01)06710-1)
- WHO. Physical activity, . Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity#:~:text=Physical%20activity%20is%20beneficial%20to,a%20burden%20on%20healthcare%20systems>.
- WHO. (2025). Noncommunicable diseases. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
- WHO/IASO/IOTF. (2000). The Asia-Pacific perspective: redefining obesity and its treatment. Health Communications Australia Pty Limited. <http://www.wpro.who.int/nutrition/documents/docs/Redefiningobesity.pdf>.
- World Health Organization (WHO)/International Society of Hypertension (ISH) statement on management of hypertension. (2003). *Journal of hypertension*, 21(11), 1983-1992.
- Yenny, Y., Rahmansyah, M., Wartono, M., Setiawati, L., Budihartanti, P., & Salma, N. M. (2025). Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran Deteksi Dini Melalui Penyuluhan Sindrom Metabolik Pada Masyarakat Desa Ciangsana. *Jurnal SOLMA*, 14(2), 2326-2336. <https://doi.org/10.22236/solma.v14i2.18927>