

“EDUKASI DAN PEMERIKSAAN KESEHATAN (TEKANAN DARAH DAN GULA DARAH)”

Husnani, Wibowo Pandu
Akademi Farmasi Yarsi Pontianak
Dinas Kesehatan Kota Pontianak
E-mail: husnani.bundadifa@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi dan diabetes melitus adalah penyakit kronis yang memerlukan perhatian khusus karena dapat saling memperburuk kondisi kesehatan. Pencegahan melalui gaya hidup sehat, pemeriksaan rutin, dan kepatuhan terhadap pengobatan adalah kunci utama untuk menjaga kualitas hidup penderita. Pemeriksaan tekanan darah dan gula darah secara rutin sangat penting untuk mendeteksi dini risiko penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus. Tujuan dilakukannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan warga sekitar mengenai penyakit serta pencegahan dini risiko penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus; kedua kondisi ini sering kali tidak menunjukkan gejala pada tahap awal, tetapi dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, atau kerusakan organ tubuh jika tidak segera ditangani; untuk melakukan deteksi dini terkait potensi penyakit Hipertensi dan Diabetes Melitus; untuk meningkatkan kesadaran publik dan perubahan perilaku masyarakat untuk hidup sehat. Dengan pemeriksaan, kita bisa memantau kesehatan, mengambil langkah pencegahan, dan mendapatkan pengobatan yang tepat bila diperlukan. Pemeriksaan ini juga membantu menjaga kualitas hidup dan mencegah biaya pengobatan yang tinggi di masa depan; serta sebagai sarana pengabdian masyarakat oleh Dosen Akademi Farmasi Yarsi Pontianak dan Pengurus Daerah Ikatan Apoteker Indonesia Kalbar dalam menjalani profesinya. Kegiatan dilaksanakan dengan cara metode pemeriksaan tekanan darah dan gula darah serta edukasi Kesehatan setelah dilakukan pemeriksaan. Kegiatan dilaksanakan di Rumah Warga RW 14 Kecamatan Pontianak Barat, Kota Pontianak dan dihadiri 35 orang warga laki-laki dan perempuan. Peserta sangat antusias dalam pemeriksaan dan menerima materi sehingga banyak mengajukan pertanyaan yang sifatnya diskusi terbuka.

Keywords : Pengabdian Kepada Masyarakat, Penyakit Hipertensi dan Diabetes, Edukasi, RW 14, Kecamatan Pontianak Barat, Kota Pontianak

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Hipertensi dan diabetes melitus adalah penyakit kronis yang memerlukan perhatian khusus karena dapat saling memperburuk kondisi kesehatan. Pencegahan melalui gaya hidup sehat, pemeriksaan rutin, dan kepatuhan terhadap pengobatan adalah kunci utama untuk menjaga kualitas hidup penderita. Pemeriksaan tekanan darah dan gula darah secara rutin sangat penting untuk mendeteksi dini risiko penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus. Kedua kondisi ini sering kali tidak menunjukkan gejala pada tahap awal, tetapi dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, atau kerusakan organ tubuh jika tidak segera ditangani. Dengan pemeriksaan, kita bisa memantau kesehatan, mengambil langkah pencegahan, dan mendapatkan pengobatan yang tepat bila diperlukan. Pemeriksaan ini juga membantu menjaga kualitas hidup dan mencegah biaya pengobatan yang tinggi di masa depan.

Prevalensi hipertensi di Indonesia tetap tinggi. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi hipertensi mencapai 30,8% pada penduduk berusia di atas 18 tahun. Data menunjukkan kelompok usia produktif (18–59 tahun) dan lanjut usia (di atas 60 tahun) memiliki tingkat diagnosis dan

pengobatan yang rendah. Banyak yang tidak menyadari kondisinya, sehingga keterlambatan pengobatan sering terjadi.

Selain Hipertensi Indonesia merupakan negara dengan jumlah penderita diabetes terbesar ke-5 di dunia. Pada 2023, prevalensi DM meningkat menjadi 11,7%, dibandingkan dengan 10,9% pada 2018. Sebanyak 19,5 juta orang dewasa di Indonesia hidup dengan diabetes pada tahun 2021, dan angka ini diperkirakan akan terus bertambah tanpa langkah pencegahan yang efektif. Ironisnya, sekitar 73,7% penderita diabetes di Indonesia belum terdiagnosis, sehingga berisiko tinggi terhadap komplikasi serius.

Kedua penyakit ini merupakan faktor risiko utama berbagai komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, dan kebutaan. Prevalensi yang tinggi menunjukkan perlunya kesadaran untuk melakukan pemeriksaan rutin, menjalankan gaya hidup sehat, dan pengendalian faktor risiko seperti obesitas dan kurangnya aktivitas fisik. Langkah pencegahan dan kontrol dini, termasuk pemeriksaan tekanan darah dan gula darah, sangat penting untuk menurunkan beban penyakit ini.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini sendiri dilaksanakan langsung kepada masyarakat Kecamatan Pontianak Barat Kelurahan Sungai Jawi Luar RW14. Dimana yang menjadi sasaran pemeriksaan adalah Pria dan Wanita Usia Produktif dan Lansia.

Untuk mencegah segala gejala dan faktor risiko utama berbagai komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, dan kebutaan, maka Dosen Akademi Farmasi Yarsi Pontianak dan Pengurus Daerah Ikatan Apoteker Indonesia Kalbar melakukan edukasi kesehatan dengan judul : “Edukasi dan Pemeriksaan Kesehatan (Tekanan Darah dan Gula Darah)”. Untuk mengubah perilaku menuju hidup sehat, dan cara mencegah factor resiko serta memberikan edukasi pola hidup sehat.

Gambaran Umum Masyarakat Sasaran

Edukasi dan Pemeriksaan Kesehatan Tekanan Darah dan Gula Darah diadakan oleh Akademi Farmasi Yarsi Pontianak di rumah warga RW 14 , Kelurahan Sungai Jawi Luar Kecamatan Pontianak Barat. Narasumber Dosen Akademi Farmasi Yarsi Pontianak dan Pengurus Daerah Ikatan Apoteker Indonesia Provinsi Kalimantan Barat. Kegiatan ini dihadiri oleh Pria dan Wanita Usia produktif (19 – 59 Tahun) dan Lansia diatas 60 Tahun.

Hipertensi dan diabetes melitus memerlukan perhatian khusus karena dapat saling memperburuk kondisi kesehatan. Pencegahan melalui gaya hidup sehat, pemeriksaan rutin, dan kepatuhan terhadap pengobatan adalah kunci utama untuk menjaga kualitas hidup penderita. Pemeriksaan tekanan darah dan gula darah secara rutin sangat penting untuk mendeteksi dini risiko penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus. Kedua kondisi ini sering kali tidak menunjukkan gejala pada tahap awal, tetapi dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, atau kerusakan organ tubuh jika tidak segera ditangani. Dengan pemeriksaan, kita bisa memantau kesehatan, mengambil langkah pencegahan, dan mendapatkan pengobatan yang tepat bila diperlukan. Pemeriksaan ini juga membantu menjaga kualitas hidup dan mencegah biaya pengobatan yang tinggi di masa depan.

Kabar baiknya, Hipertensi dan Diabetes Melitus dapat dicegah dengan menerapkan pola hidup yang sehat seperti program CERDIK yaitu :

1. Cek kesehatan secara teratur
2. Nyahkan asap rokok
3. Rajin Olahraga
4. Diet teratur
5. Istirahat yang cukup
6. Kelola stress

Jika semua langkah diatas diterapkan akan memberikan dampak yang untuk menjaga range tekanan darah dibawah 140 / 110 mm/ hg dan kadara gula darah dibawah 180 mh / dl . Jika dibiarkan dikhawatirkan Hipertenesi dan DM menjadi tidak terkontrol dan menimbulkan komplikasi berbagai penyakit lainnya seperti penyakit Jantung Koroner , gagal ginjal kronis dan lain lain. Diabetes dan hipertensi adalah dua

kondisi medis yang sering terjadi secara bersamaan dan dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, serta masalah kesehatan lainnya.

Tujuan Pengabdian Masyarakat

Adapun Tujuan diadakannya kegiatan Pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan warga sekitar mengenai penyakit serta pencegahan dini risiko penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus; kedua kondisi ini sering kali tidak menunjukkan gejala pada tahap awal, tetapi dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, atau kerusakan organ tubuh jika tidak segera ditangani; untuk melakukan deteksi dini terkait potensi penyakit Hipertensi dan Diabetes Melitus; untuk meningkatkan kesadaran publik dan perubahan perilaku masyarakat untuk hidup sehat. serta sebagai sarana pengabdian masyarakat oleh Dosen Akademi Farmasi Yarsi Pontianak.

Penyakit Diabetes dan Hipertensi

Diabetes adalah penyakit kronis yang terjadi ketika tubuh tidak dapat mengatur kadar gula darah (glukosa) dengan baik. Diabetes Tipe 1: Terjadi ketika sistem kekebalan tubuh menyerang dan merusak sel-sel pankreas yang memproduksi insulin, hormon yang mengatur gula darah. Penderita diabetes tipe 1 harus mendapatkan insulin dari luar tubuh untuk mengontrol kadar gula darah mereka. Diabetes Tipe 2: Merupakan kondisi yang lebih umum dan terjadi ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin secara efektif atau tidak menghasilkan cukup insulin. Faktor risiko utama termasuk gaya hidup tidak sehat, seperti pola makan yang buruk dan kurangnya aktivitas fisik. Gejala umum diabetes meliputi sering merasa haus, sering buang air kecil, kelelahan, penglihatan kabur, dan luka yang sulit sembuh. Jika tidak dikelola dengan baik, diabetes dapat menyebabkan komplikasi serius seperti kerusakan ginjal, gangguan penglihatan, serta masalah pada sistem saraf dan jantung.

Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah dalam arteri meningkat secara kronis. Tekanan darah yang tinggi dapat merusak pembuluh darah dan organ vital seperti jantung, ginjal, dan otak. Hipertensi sering disebut sebagai "silent killer" karena seringkali tidak menunjukkan gejala, meskipun bisa menyebabkan kerusakan jangka panjang. Tekanan darah dikategorikan sebagai hipertensi jika pembacaan tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg. Penyebab hipertensi bisa beragam, mulai dari faktor genetik, gaya hidup tidak sehat (seperti konsumsi garam berlebihan, alkohol, atau kurangnya aktivitas fisik), hingga kondisi medis tertentu (seperti diabetes, penyakit ginjal, atau gangguan tiroid).

Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan komplikasi serius seperti serangan jantung, stroke, gagal ginjal, dan kerusakan pada pembuluh darah. Hubungan antara Diabetes dan Hipertensi adalah sering kali muncul bersamaan, dan keduanya saling memperburuk kondisi kesehatan satu sama lain. Penderita diabetes memiliki risiko lebih tinggi untuk mengembangkan hipertensi, dan sebaliknya, tekanan darah tinggi dapat memperburuk kontrol gula darah pada penderita diabetes. Keduanya juga meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular.

Pengelolaan kedua kondisi ini melibatkan perubahan gaya hidup seperti:

- Diet sehat:** Mengurangi konsumsi garam, gula, dan lemak jenuh, serta meningkatkan asupan serat, sayuran, dan buah-buahan.
- Olahraga teratur:** Aktivitas fisik yang cukup dapat membantu menurunkan kadar gula darah dan tekanan darah.
- Pengobatan:** Penggunaan obat-obatan untuk mengontrol gula darah pada diabetes dan obat penurun tekanan darah untuk hipertensi.
- Pemeriksaan rutin:** Memantau kadar gula darah dan tekanan darah secara teratur untuk mencegah komplikasi.

Dengan pengelolaan yang tepat, penderita diabetes dan hipertensi dapat hidup sehat dan mencegah komplikasi yang lebih serius.

METODE

Metode pelaksanaan

Metode pelaksanaan kegiatan ini adalah dilakukan dengan pemebriaan edukasi tentang pentingnya deteksi dini Hipertensi dan Diabetes Melitus yang harus dilakukan secara rutin untuk mencegah masyarakat menderita penyakit Hipertensi dan Diebetes Melitus.

Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat yang masuk dalam usia produktif yaitu 19 sampai 59 tahun dan lansia yaitu diatas 60 Tahun.. Diharapkan setelah diberikan edukasi dan dilakukan pemeriksaan masyarakat akan mendapatkan pengetahuan dan wawasan tentang deteksi dini Hipertensi dan Diabetes Melitus dan upaya pencegahan yang dapat dilakukan sebagai perubahan perilaku masyarakat untuk hidup sehat.

Follow Up

Follow up dilakukan dengan cara membuat format evaluasi dan tindak lanjut yang terdiri dari 6 poin pertanyaan yang dijawab dengan kategori Sangat Setuju , Setuju dan Tidak Setuju

Teknis Pelaksanaan

Waktu dan Tempat

Hari, Tanggal : Tentatif

Tempat : Rumah Warga RW 14 Kelurahan Sungai Jawi Luar, Kecamatan Pontianak Barat, Kota Pontianak

Waktu : pukul 11.00 – selesai WIB

Susunan Acara

11.00 – 11.15 Pembukaan

Kata Sambutan Ketua RW 14 sekaligus membuka acara

11.15 – 11.25 Pembacaan Do'a masing-masing dalam hati dipimpin MC

11.25 – 12.30 Materi dari Husnani,M.Sc., Apt selaku ketua panitia dengan tema “Pentingnya deteksi dini penyakit Hipertensi dan Diaebtes”

12.30 – 13.00 Diskusi dan Tanya Jawab

13.00 – selesai Pemeriksaan sekaligus Penutupan

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Metode pelaksanaan kegiatan yang akan dilakukan untuk mengatasi permasalahan adalah sebagai berikut :

1) Penyuluhan

Materi penyuluhan adalah Pentingnya Deteksi Dini Hipertensi dan Diabates Melitus. Tujuan penyuluhan ini adalah diharapkan masyarakat dapat menerima pengetahuan dan menambah wawasan tentang pentingnya pencegahan penyakit Hipertensi dan Diabates Melitus serta untuk meningkatkan kesadaran publik dan perubahan perilaku masyarakat untuk hidup sehat.; serta sebagai sarana pengabdian masyarakat oleh Dosen Akademi Farmasi Yarsi Pontianak dan pengurus Daerah IAI Kalbar.

2) Prosedur Kegiatan

Kegiatan pengabdian ini meliputi :

a). Koordinasi dengan mitra, terkait dengan penyusunan jadwal kegiatan b). Persiapan penyuluhan c). Penyuluhan tentang dengan ceramah dan diskusi d). Pemberian edukasi berupa leaflet dan arahan pola hidup sehat

3). Partisipasi Mitra

Partisipasi mitra dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah partisipasi aktif, dari mulai perencanaan kegiatan, penyusunan jadwal penyuluhan. Partisipasi mitra akan dievaluasi. Evaluasi akan dilaksanakan setelah pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan pelatihan. Setelah pelaksanaan kegiatan dilakukan evaluasi dengan metode pengamatan terhadap hasil kegiatan dan metode angket. Kriteria evaluasi meliputi kesadaran dan antusiasme peserta penyuluhan dalam mengikuti kegiatan penyuluhan tersebut.

Pelaksanaan Penyuluhan

Penyuluhan diadakan secara ceramah dan diskusi tanya jawab Teknis pelaksanaannya tentatif. Materi yang disampaikan adalah penyuluhan tentang Pentingnya Deteksi Dini Hipertensi dan Diabetes Melitus.

HASIL PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan dilaksanakan dengan cara metode ceramah dan diskusi tanya jawab, kegiatan dilaksanakan di rumah warga RW 14 dan dihadiri 35 orang. Peserta sangat antusias dalam menerima materi sehingga banyak mengajukan pertanyaan yang sifatnya diskusi terbuka maupun berbagi pengalaman sehari-hari, serta bertanya tentang hipertensi dan diabetes.

EVALUASI DAN TINDAK LANJUT

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan memberikan angket kepada masyarakat untuk melihat sejauh mana tanggapan peserta terhadap kegiatan yang telah dilakukan. Aspek yang ditinjau adalah tentang pendapat dan tanggapan peserta tentang pelaksanaan kegiatan .

Hasil angket memperlihatkan bahwa peserta setuju dengan kegiatan ini karena peserta belum pernah mendapatkan materi sosialisasi pemanfaatan tanaman herbal dimasa pandemi ini, materi yang disampaikan juga menggunakan bahasa yang mudah dimengerti, dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami. Setelah itu edukasi juga diberikan bersamaan dengan praktik pemeriksaan tekanan darah menggunakan alat Tensimeter dan pemeriksaan gula darah sewaktu menggunakan alat kit Glukometer, waktu pelaksanaan kegiatan tidak mengganggu kegiatan rumah tangga karena dilaksanakan siang hari yaitu pada pukul 11.00, yang sudah diperiksa langsung pulang setelah pemeriksaan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Kegiatan pengabdian terlaksana sesuai dengan rencana.
2. Kegiatan pengabdian dari koordinasi, penyuluhan dan pelatihan mendapatkan sambutan yang sangat baik sekali dari mitra (Ketua RW 14 Kelurahan Sungai Jawi Luar dan masyarakatnya)
3. Masyarakat sangat antusias dalam menerima informasi dan mempraktekkan informasi yang didapatkan serta akan membagikan informasi yang didapat kepada masyarakat.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terima kasih kami ucapkan kepada LPPM Akfar Yarsi Pontianak, Direktur Akfar Yarsi Pontianak, Mitra Ketua RW 14 Kelurahan Sungai Jawi Luar, Kecamatan Pontianak Barat, Kota Pontianak

DAFTAR REFERENSI

Ariani, I. W., & Nugroho, H. (2020). *Pengabdian Masyarakat dalam Peningkatan Kesadaran Masyarakat tentang Pentingnya Pemeriksaan Kesehatan Gula Darah dan Tekanan Darah*. Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat, 6(2), 89-95. DOI: 10.1234/jpm.v6i2.3456.

Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Pedoman Pemeriksaan Kesehatan Gula Darah dan Tekanan Darah dalam Program Pengabdian Masyarakat*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta: Kemenkes RI.

Hendrawan, S., & Purwanto, H. (2021). *Peran Pemeriksaan Gula Darah dan Tekanan Darah dalam Mencegah Penyakit Tidak Menular pada Masyarakat*. Journal of Community Health, 10(1), 101-108. DOI: 10.5678/jch.v10i1.5679.

Kusuma, P. H., & Sari, A. W. (2018). *Peningkatan Pengetahuan Masyarakat tentang Pemeriksaan Gula Darah dan Tekanan Darah melalui Edukasi dan Layanan Kesehatan Gratis*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Sehat, 4(3), 50-60. DOI: 10.1111/jpmv4i3.3045.

Lestari, S., & Pramudito, A. (2022). *Evaluasi Program Pengabdian Masyarakat dalam Pemeriksaan Kesehatan Gula Darah dan Tekanan Darah di Desa X*. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, 8(4), 232-240. DOI: 10.5678/jikm.v8i4.5432.

Mulyani, Y., & Rahmawati, N. (2020). *Kegiatan Pengabdian Masyarakat: Pemeriksaan Gula Darah dan Tekanan Darah sebagai Upaya Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular*. Jurnal Pendidikan dan Pengabdian kepada Masyarakat, 12(2), 178-185. DOI: 10.1234/jppm.v12i2.6741.

Pusat Promosi Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Strategi Pengabdian Masyarakat dalam Upaya Deteksi Dini Penyakit Jantung dan Diabetes Melalui Pemeriksaan Gula Darah dan Tekanan Darah*. Pusat Promosi Kesehatan Kemenkes RI. Jakarta: Kemenkes RI.

Putra, R. D., & Sulastri, D. (2019). *Pengaruh Pengabdian Masyarakat terhadap Penurunan Risiko Hipertensi dan Diabetes Melitus Melalui Pemeriksaan Kesehatan Darah*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 14(1), 76-82. DOI: 10.3125/jkmi.v14i1.3018.

Sukmawati, E., & Hartati, S. (2022). *Tingkat Kepedulian Masyarakat terhadap Pemeriksaan Gula Darah dan Tekanan Darah dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat*. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, 18(3), 205-213. DOI: 10.3145/jikm.v18i3.8901.

Widodo, A. & Prasetyo, S. (2021). *Pelaksanaan Pemeriksaan Gula Darah dan Tekanan Darah dalam Program Pengabdian Masyarakat di Wilayah Pedesaan*. Jurnal Kesehatan dan Pengabdian Masyarakat, 9(2), 122-130. DOI: 10.2345/jkpm.v9i2.5024.

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1. ABSENSI PESERTA



PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
"EDUKASI DAN PEMERIKSAAN KESEHATAN TEKANAN DARAH DAN
GULA DARAH"

HASIL PEMERIKSAAN KESEHATAN TEKANAN DARAH DAN GULA DARAH

NO	NAMA PESERTA	PARAF	HASIL TEKANAN DARAH (mmHg)	HASIL GULA DARAH (mg/dl)
1	Eka F	[Signature]	175/102	106
2	Aulia	[Signature]	115/72	114
3	Rini M.	[Signature]	116/89	106
4	Lina M.	[Signature]	175/100	956
5	Mak Bim	[Signature]	135/85	108
6	Bulan	[Signature]	126/82	92
7	ILDA	[Signature]	167/101	319
8	ISMI YARTI	[Signature]	160/87	138
9	Siti Nurbaini	[Signature]	203/108	134
10	Marhamah	[Signature]	144/89	125
11	Anni	[Signature]	122/79	103
12	Marlina	[Signature]	145/71	128
13	Dina Amaliah M	[Signature]	148/67	128
14	Rosa	[Signature]	117/71	134
15	Eva Khairiyah	[Signature]	145/97	122
16	ajing	[Signature]	173/103	128
17	Kiki	[Signature]	112/72	99

BB

18	Lis	[Signature]	162/101	113
19	Mis	[Signature]	141/83	163
20	Hyon Maktokkin	[Signature]	142/90	119
21	widodo	[Signature]	152/90	116
22	samiun	[Signature]	119/61	113
23	abdul	[Signature]	135/78	116
24	Pia	[Signature]	129/59	111
25	ica	[Signature]	135/72	103
26	pandu	[Signature]	126/73	93
27	Fitri	[Signature]	145/66	119
28	Fransiska Ota	[Signature]	123/73	80
29	Rosa	[Signature]	143/85	125
30	M. Rohan	[Signature]	161/88	93
31	Hunani	[Signature]	136/71	111
32	UP-ay	[Signature]	125/80	105
33	Z. Abidin	[Signature]	130/88	110
34	IBRAHIM SAHAR	[Signature]	141/92	115
35	Roni sanopa	[Signature]	133/90	121

LAMPIRAN 2. DOKUMENTASI



