



UNIVERSITAS DEHASEN BENGKULU
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN PADA MASYARAKAT (LPPM)
Jalan Meranti Raya Nomor 32 Kota Bengkulu 38228 Telpn (0736) 22027, 26957
Fax. (0736) 341139

SURAT TUGAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Nomor : 279.B/UNIVED 1.1/E-1/PM/IX/2024

Bahwa untuk menunjang Kinerja Dosen dalam kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi Bidang Pengabdian Kepada Masyarakat dalam mengamalkan pengetahuan yang dimiliki kepada masyarakat bertempat Yayasan Jantung Indonesia Cabang Provindi Bengkulu sesuai dengan kewajiban yang harus dilaksanakan oleh dosen, untuk itu perlu diberikan penugasan kepada dosen berikut :

No.	NIDN/NPM	Nama Dosen/Mahasiswa	Keterangan
1.	0216079801	Oetari Lismana, M.Pd.	Dosen
2.	21190033	Agnes Monika Rahmadani	Mahasiswa
3.	24190321	Nur Ulia Salsabila	Mahasiswa

Melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat dilokasi yang telah ditetapkan sesuai dengan usulan yang disampaikan oleh para dosen yaitu :

Tujuan : Yayasan Jantung Indonesia Cabang Provinsi Bengkulu
Alamat : Jl. Cendana Sawah Lebar Bengkulu
Pelaksanaan : 12- 13 Oktober 2024
Periode : Semester Ganjil 2024/2025
Tema : Pelaksanaan Senam Jantung Sehat Bersama Masyarakat Kota Bengkulu
Sumber Dana : Mandiri

Demikian surat tugas ini, atas kerjasamanya di ucapkan terima kasih.

Bengkulu, 23 September 2024

Ketua



Dr. Karona Cahya Susena.

NIK : 1703097

Tembusan :

1. Rektor UNIVED (sebagai Laporan)
2. Masing masing dosen

LAPORAN KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



PELAKSANAAN SENAM JANTUNG SEHAT BERSAMA MASYARAKAT KOTA BENGKULU

DISUSUN OLEH:

Oetari Lismana, M.Pd	NIDN : 0216079801
Agnes Monika Rahmadani	NPM : 21190033
Nur Ulia Salsabila	NPM : 24190321

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS DEHA SEN BENGKULU**

2024

HALAMAN PENGESAHAN

1. **Judul Penelitian** : Pelaksanaan Senam Jantung Sehat Bersama Masyarakat Kota Bengkulu
2. **Bidang Kajian** : Sosialisasi Olahraga
3. **Mitra Kegiatan Bengkulu** : Yayasan Jantung Indonesia Cabang Provinsi Bengkulu

Team Pengabdian

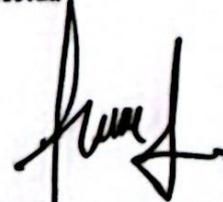
4. **Ketua :**
 - a. **Nama** : Oetari Lismana, M.Pd
 - b. **NIDN** : 0216079801
 - c. **Program Studi** : Pendidikan Jasmani
 - d. **Bidang Keahlian** : Pendidikan Jasmani
 - e. **Alamat** : Jalan Meranti Raya No. 32 Sawah Lebar Bengkulu
5. **Anggota Mahasiswa** : Agnes Monika Rahmadani NPM : 21190033
Nur Ulia Salsabila NPM : 24190321
6. **Sumber Dana** : Mandiri

Mengetahui :
Dekan Fakultas FKIP



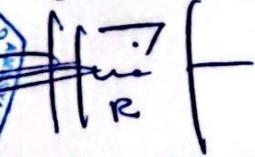
Dra. Asniawati, S.Kom., M.Kom.
NIK : 1703007

Bengkulu, 21 November 2024
Ketua



Oetari Lismana, M.Pd
NIDN : 0216079801

Menyetujui
Ketua LPPM Universitas Dehasen
Bengkulu



Dra. Karana Cahya Susena, S.E., MM
NIK: 1703097

PELAKSANAAN SENAM JANTUNG SEHAT BERSAMA MASYARAKAT KOTA BENGKULU

Oetari Lismana, Agnes Monika Rahmadani, Nur Ulia Salsabila

RINGKASAN

Laporan pelaksanaan senam jantung sehat bersama masyarakat kota bengkulu menggambarkan upaya untuk mengajak masyarakat kota bengkulu hidup sehat dan meningkatkan kesadaran serta keterampilan dalam melakukan aktivitas gerak senam Jantung Sehat agar dapat diterapkan pada masyarakat luas. Senam jantung sehat merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk menjaga agar jantung terus bekerja dengan baik, membuat tubuh lebih berkeringat dan detak jantung menjadi lebih cepat dan tubuh sehat”. Selain itu pelaksanaan senam bersama ini dilakukan untuk upaya menyegarkan fisik, serta mempersatukan kekuatan dan keakraban warga di lingkungan khususnya masyarakat di lingkungan Plaza Stadion Kota Bengkulu.

Kata Kunci: Pelaksanaan, Senam Jantung Sehat, Masyarakat Kota Bengkulu

PRAKATA

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena dengan rahmat, karunia, serta taufik dan hidayah-Nya lah tim penyusun dapat menyelesaikan laporan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Kegiatan pengabdian masyarakat merupakan bagian dari Tri Darma Perguruan Tinggi ini dapat terselenggara tentunya karena dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, patut kiranya kami menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Husaini, S.E., M.Si, Ak. Selaku Rektor Universitas Dehasen Bengkulu yang telah memfasilitasi untuk melakukan kegiatan ini.
2. Ibu Dra. Asnawati, S.Kom., M.Kom. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Dehasen Bengkulu yang telah membantu terlaksananya kegiatan pengabdian ini.
3. Ketua LPPM Universitas Dehasen Bengkulu yang telah memberikan dukungannya dalam bentuk administrasi surat-surat.
4. Ibu Asmeri Yosita, S.E selaku Ketua Yayasan Jantung Indonesia Cabang Provinsi Bengkulu yang telah memberikan izin untuk saya melaksanakan pendampingan dalam kegiatan rutinitas senam jantung sehat setiap hari minggu di Plaza Stadion Kota Bengkulu.
5. Seluruh Pengurus YJI Cabang Provinsi Bengkulu beserta Instruktur yang sangat banyak membantu saya dalam melaksanakan kegiatan ini.
6. Pihak lain yang tidak dapat kami sebutkan satu per satu

Laporan ini semoga dapat berguna dalam rangka menambah wawasan serta pengetahuan kita mengenai Senam Jantung Sehat. Penulis juga menyadari sepenuhnya bahwa di dalam laporan ini terdapat kekurangan-kekurangan dan jauh dari apa yang penulis harapkan. Untuk itu, penulis berharap adanya kritik, saran dan usulan demi perbaikan di masa yang akan datang, mengingat tidak ada sesuatu yang sempurna tanpa sarana yang membangun.

Bengkulu, November 2024

Tim Penyusun

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
RINGKASAN	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI.....	v
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan Kegiatan	2
D. Manfaat Kegiatan	3
BAB II SOLUSI PERMASALAHAN	4
A. Solusi Permasalahan.....	4
B. Kerangka Pemecahan Masalah	4
BAB III METODE PELAKSANAAN	5
A. Waktu	5
B. Peserta	5
C. Kepekaran dan Tugas Anggota Tim PKM.....	6
D. Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan	7
E. Sumber Dana.....	7
BAB IV RENCANA TAHAP BERIKUTNYA.....	8
A. Rencana Tahap Berikutnya	8
BAB V PENUTUP.....	
1. Kesimpulan	9
2. Saran.....	9
DAFTAR PUSTAKA	10
LAMPIRAN.....	11

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Senam merupakan suatu cabang olahraga yang melibatkan performa gerakan Aktif secara fisik menjadi salah satu cara untuk memelihara kesehatan jantung”(Anggara 2018). Gerakan senam jantung sehat merupakan suatu gerakan pembangunan kesehatan di masyarakat, Gerakan senam jantung sehat adalah bagian dari rangkaian kegiatan yang dilaksanakan atas dasar gotong royong dan swadaya dalam rangka menolong diri sendiri, memecahkan masalah untuk memenuhi kebutuhannya yang berkaitan dengan kemampuan dalam mencapai kehidupan sehat dan sejahtera, serta memperbaiki denyut nadi agar selalu dalam kondisi normal dan stabil”(Hardiyanti 2016). Senam jantung sehat merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk menjaga agar jantung terus bekerja dengan baik, membuat tubuh lebih berkeringat dan detak jantung menjadi lebih cepat dan tubuh sehat”. Fungsi dari senam jantung sehat yaitu membuat aliran oksigen ke seluruh tubuh meningkat, otot jantung lebih kuat, dan membuat fungsi jantung bekerja lebih optimal.

Senam jantung sehat bertujuan untuk mempertahankan kadar gula darah dalam rentang normal, salah satunya dengan latihan jasmani senam jantung sehat. Senam jantung sehat menggunakan semua otot-otot besar, pernapasan dan jantung. Variasi gerakan - gerakan yang banyak terutama gerakan dasar pada kaki dan jalan dapat memenuhi kriteria CRIPE (continous, rhythmical, interval, progresif dan endurance) sehingga sesuai dengan tahapan kegiatan yang harus dilakukan. Disamping itu senam jantung yang dilakukan secara berkelompok akan memberi rasa senang pada anggota kelompok dan juga dapat memotivasi anggota yang lain untuk terus melakukan olah raga secara kontinue dan teratur. Senam merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah dikenal banyak orang sejak dulu. Jika melihat sejarah perkembangan senam ternyata belum diketahui sejak kapan senam itu berada namun sebagai

patokan menurut Hidayat dalam Atmaja (2008:17) mengatakan “senam dalam arti yang sebenarnya baru berkembang pada abad ke-18, akan tetapi unsur-unsur senam dalam bentuk latihan akrobatik, latihan pernapasan dan latihan penyembuhan sudah ada sejak zaman kebudayaan kuno”.

Dengan pernyataan ini jelas sudah senam ini memang sudah dikenal sejak lama diperkirakan sejak abad ke-18 atau bahkan lebih awal lagi. Di era modern sekarang, cabang olahraga ini sudah menjadi salah satu bagian penting dalam dunia pendidikan, pembelajaran senam sudah diberikan dari mulai sekolah tingkat dasar sampai tingkat perguruan tinggi, ini membuktikan bahwa senam merupakan salah satu cabang olahraga yang baik untuk menunjang kebugaran anak didik dan dunia pendidikan. Senam adalah salah satu cabang olahraga yang di dalamnya terdapat berbagai aktivitas gerakan fisik yang ditampilkan mulai dari gerakan yang sederhana hingga gerakan kompleks, serta disusun dan dipilih dengan sedemikian rupa sehingga membentuk gerakan yang artistik dan indah untuk ditonton. Kegiatan ini dilakukan sebagai upaya menyegarkan fisik, serta mental juga dapat mempersatukan kekuatan dan keakraban warga di lingkungan khususnya masyarakat di lingkungan Plaza Stadion Kota Bengkulu.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana pengetahuan masyarakat kota Bengkulu tentang Senam Jantung Sehat dan upaya yang tepat untuk sekitar lingkungan Plaza Stadion Kota Bengkulu agar berkegiatan diluar rumah.

C. Tujuan Kegiatan

Dalam kegiatan ini tujuan yang dicapai sebagai pengalaman praktik keterampilan senam jantung sehat serta mampu memberikan dampak langsung kepada masyarakat khususnya, masyarakat di lingkungan Plaza Stadion Kota Bengkulu. Adapun beberapa tujuan yang secara khusus adalah:

1. Bagi masyarakat mendapat pengetahuan langsung tentang pentingnya menjaga kebugaran jasmani.
2. Bagi lingkungan luas agar dapat memanfaatkan sumber daya serta fasilitas yang tersedia, serta dapat mengisi waktu luang masyarakat untuk menjaga kesehatan.
3. Bagi pimpinan rukun warga serta kelurahan sawah lebar agar bisa senantiasa mengadakan program-program maupun kegiatan-kegiatan di setiap ruang lingkup lingkungan.

D. Manfaat Kegiatan

1. Membantu program-program Dinas Kesehatan sebagai sarana kesehatan terdekat.
2. Mahasiswa dapat mengaplikasikan ilmu yang didapat di perkuliahan kepada masyarakat tentang kesehatan sekaligus sebagai pengalaman belajar mengenali masalah kesehatan dan menentukan langkah penyelesaiannya.
3. Sebagai wujud pengabdian kepada masyarakat secara langsung

BAB II

SOLUSI PERMASALAHAN

Pentingnya olahraga untuk menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh pada masyarakat kota Bengkulu agar membantu meningkatkan fungsi jantung, bermanfaat dalam mengembangkan komponen fisik dan kemampuan gerak. Dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat di lingkungan Plaza Stadion Kota Bengkulu.

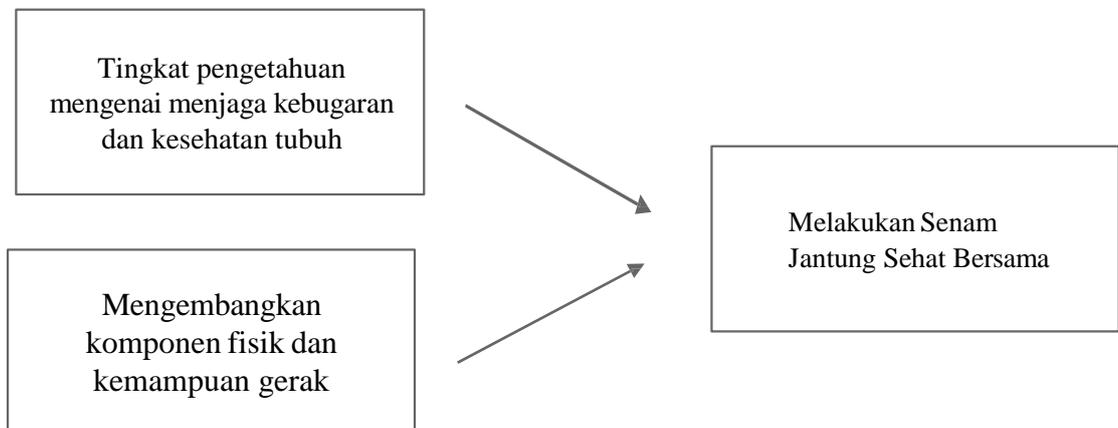
Berdasarkan permasalahan di bab I diatas, maka dirumuskan solusi pemecahan permasalahan mengenai menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh sebagai berikut:

1. Memberikan wawasan ilmu pengetahuan mengenai menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh.
2. Melakukan senam jantung sehat bersama warga di lingkungan Plaza Stadion Kota Bengkulu setiap seminggu sekali.

Kerangka Pemecahan masalah dalam pengabdian kepada masyarakat dapat digambarkan sebagai berikut:

Kerangka Pemecahan Masalah

Gambar 1.



BAB III

METODE PELAKSANAAN

Metode yang akan digunakan dalam kegiatan ini adalah praktek langsung gerakan senam jantung sehat dan diiringi dengan senam kreasi lainnya pada masyarakat kota Bengkulu.

A. Waktu

Waktu pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan pada setiap hari minggu, di Lapangan Plaza Stadion Sawah Lebar, Kec. Ratu Agung, Kota Bengkulu.

B. Peserta

Peserta dalam kegiatan ini merupakan ibu-ibu KJS, KJR dan masyarakat Umum di Lingkungan Plaza Stadion Kota Bengkulu.

Pendanaan dalam kegiatan ini bersifat mandiri, serta pemanfaatan swadaya dari warga. Adapun pelaksanaannya akan dilaksanakan dalam beberapa tahap sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan yang dilakukan untuk melaksanakan program ini meliputi:

- a. Pembuatan surat izin kepada Ketua YJI Cabang Provinsi Bengkulu
- b. Membuat pengumuman atau sebaran kegiatan kepada ibu-ibu dan bapak-bapak KJS, KJR serta masyarakat Umum.
- c. Menyiapkan bahan yang diperlukan.

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Sasaran KJS, KJR dan masyarakat Umum Kota Bengkulu
- b. Kepanitiaan Panitia penyelenggara kegiatan ini adalah pengurus YJI Cabang Provinsi Bengkulu dan sebagian masyarakat dari beberapa ibu-ibu yang terlibat.

3. Alat alat yang diperlukan dalam kegiatan

- a. Tipe
- b. Pengeras Suara
- c. Mic Rophone

C. Kepakaran dan Tugas Anggota Tim Pengabdian Kepada Masyarakat

Tabel 1

Kepakaran Anggota Tim Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Nama/NIDN	Instansi Asal	Kepakaran
1	Oetari Lismana	Universitas Dehasen Bengkulu	Ketua
2	Agnes Monika Rahmadani	Universitas Dehasen Bengkulu	Anggota
3	Nur Ulia Salsabila	Universitas Dehasen Bengkulu	Anggota

Uraian tugas masing-masing anggota pengabdian kepada masyarakat dirinci sebagai berikut:

1. Ketua

- a. Mengkoordinir kegiatan studi pendahuluan dan Survey Lapangan
- b. Mengkoordinir pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat

2. Anggota

- a. Melakukan studi pendahuluan
- b. Mengurus perizinan di Yayasan Jantung
- c. Menyusun Laporan Pengabdian Masyarakat
- d. Mengatur anggaran pengabdian dan peralatan yang digunakan dalam pengabdian
- e. Pelaksanaan Kegiatan pengabdian masyarakat

D. Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan

a. Evaluasi Input

Evaluasi input dilakukan sebelum kegiatan dimulai. Yang dinilai dalam evaluasi input adalah sarana dan prasarana yang perlu tersedia untuk terlaksananya kegiatan pengabdian dalam rangka menghasilkan Output dan tujuan pengabdian seperti, tenaga pelatih senam, peserta senam yang datang tepat waktu, spanduk, laptop dan speaker yang berfungsi baik, tempat pelaksanaan yang kondusif, sumber dana yang mencukupi dan lain-lain.

b. Evaluasi Proses

Evaluasi proses dilakukan sewaktu kegiatan dimulai. Yang dinilai dalam evaluasi proses adalah semua sasaran mengikuti dengan baik, dan antusias.

c. Evaluasi Akhir

Evaluasi hasil dilakukan setelah kegiatan pengabdian selesai dilaksanakan. Setelah materi mengenai pentingnya menjaga kebugaran jasmani, sasaran mampu memahami materi.

E. Sumber Dana

Sumber Dana dalam pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat adalah Mandiri. Rincian biaya yang dibutuhkan dalam Kegiatan Pengabdian Masyarakat dapat diuraikan sebagai berikut:

No	Nama Barang	Jumlah	Rincian
1	Aqua Dus Hanun	4	Rp.100.000
2	Spanduk	1	Rp.100.000
Jumlah Pengeluaran			Rp.200.000

BAB IV

RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA

A. Rencana Tahap Berikutnya

Setelah pengabdian ini dilakukan, maka upaya selanjutnya dilakukan adalah :

- 1) Melaksanakan cek, yaitu menganalisis dan melihat apakah setelah dilaksanakan pengabdian apakah ada perubahan terhadap perilaku kebiasaan ibu terhadap pentingnya menjaga kebugaran jasmani.
- 2) Jika ada perubahan positif dari masyarakat di lingkungan tempat tinggal, program ini perlu diteruskan oleh pihak RW dan RT didalam upaya meningkatkan kesegaran jasmani.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Beberapa hal yang dapat disimpulkan dari kegiatan ini yaitu, sebagai berikut:

1. Pengetahuan masyarakat bertambah dalam bagaimana mengingat kebugaran jasmani, serta keterampilan untuk di terapkan kepada masyarakat luas.
2. Memberikan pengetahuan tentang manfaat senam jantung sehat baik secara fisik maupun mental serta menjalin kebersamaan antar warga di Lingkungan Plaza Stadion Kota Bengkulu

B. Saran

Hal yang dapat disarankan dari hasil kegiatan ini sebagai berikut:

1. Pemberian pengetahuan tentang kesehatan serta kebugaran jasmani tidak hanya lewat senam saja tetapi juga pengetahuan tentang kesehatan rumah tangga.
2. Bagi masyarakat agar lebih bisa tertib serta memiliki kesadaran tentang melaksanakan kegiatan-kegiatan kesehatan jasmani yang berkaitan di lingkungan sekitar.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggara, N. (2018). PENGENALAN SENAM SEGAR SEHAT CERIA PADA KELOMPOK PEMBINAAN KESEJAHTERAAN KELUARGA (PKK) KOMPLEK PUSKOPAD BANJARBARU. *PENGENALAN SENAM SEGAR SEHAT CERIA PADA KELOMPOK PEMBINAAN KESEJAHTERAAN KELUARGA (PKK) KOMPLEK PUSKOPAD BANJARBARU*.
- Yasril, A. I., Bangun, H. A., & Putri, E. M. (2021). Senam Jantung Sehat guna Meningkatkan Kesehatan Tubuh dengan Media Leaflet pada Ibu-Ibu Kelompok Senam Comera. *Empowering Society Journal*, 2(3).

L

A

M

P

I

R

A

N



UNIVERSITAS DEHASEN BENGKULU
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN PADA MASYARAKAT (LPPM)
Jalan Meranti Raya Nomor 32 Kota Bengkulu 38228 Telpun (0736) 22027, 26957
Fax. (0736) 341139

Nomor : 279.A/UNIVED 1.1/A-4.2/IX/2024
Lampiran : -
Hal : *Permohonan izin Pengabdian Kepada Masyarakat Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Kependidikan Universitas Dehasen Bengkulu*

Kepada Yth.
Pimpinan Yayasan Jantung Indonesia Cabang Provinsi Bengkulu
Jl. Cendana Sawah Lebar Bengkulu
Di
Bengkulu

Dengan Hormat,

Bahwa untuk menunjang Kinerja Dosen dalam kegiatan Tridharma Perguruan Tinggi bidang Pengabdian Kepada Masyarakat dan mengamalkan pengetahuan yang dimiliki sesuai dengan kewajiban yang harus dilaksanakan oleh dosen. maka mohon kiranya Bapak/Ibu untuk memberikan kesempatan bagi dosen berikut dalam kegiatan sebagaimana dimaksud.

No.	NIDN/NPM	Nama Dosen/Mahasiswa	Keterangan
1.	0216079801	Oetari Lismana, M.Pd.	Dosen
2.	21190033	Agnes Monika Rahmadani	Mahasiswa
3.	24190321	Nur Ulia Salsabila	Mahasiswa

Adapun jadwal pelaksanaannya menjadi kewenangan sepenuhnya dari Bapak/Ibu untuk menetapkan dan kesepakatan bersama dengan TIM dosen yang akan melaksanakan PKM tersebut, dimana tema atau judul yang akan di angkat adalah sbb :

Pelaksanaan Senam Jantung Sehat Bersama Masyarakat Kota Bengkulu

Demikian surat ini, atas kerjasamanya di ucapkan terima kasih.

Bengkulu, 23 September 2024
Ketua



Dr. Karona Cahya Susena.
NIK : 1703097

Tembusan :

1. Rektor UNIVED (sebagai Laporan)
2. Masing masing dosen



YAYASAN JANTUNG INDONESIA CABANG PROVINSI BENGKULU

Jalan Pembangunan No. 14 Padang Harapan Bengkulu 38225 Telp. (0736) 21575

Bengkulu, 08 Oktober 2024

Nomor : 05/YJI CAB. PROV/BKL/X/2024

Hal : Izin Kegiatan PKM

Yth. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Dehasen Bengkulu

Menindaklanjuti surat Saudara Nomor : 279.A/UNIVED 1.1/A-4.2/IX/2024 tanggal 23 September 2024 perihal Permohonan Izin Tempat Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang berjudul "Pelaksanaan Senam Jantung Sehat bersama Masyarakat Kota Bengkulu, dengan ini saya :

Nama : Asmeri Yosita Nopian, S.E

NIP : 19700516199602004

Jabatan : Ketua Yayasan Jantung Indonesia Cabang Provinsi Bengkulu

Memberikan izin kepada :

No	Nama	NIDN/NPM	Keterangan
1	Oetari Lismana, MPd	0216079801	Dosen Penjas
2	Agnes Monika P.	21190023	Mahasiswa
3	Nur Ulia Salsabila	24190321	Mahasiswa

Untuk melaksanakan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Plaza Stadion Sawah Lebar Bengkulu.

Demikian surat ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Ketua,

Asmeri Yosita Nopian, S.E



YAYASAN JANTUNG INDONESIA CABANG PROVINSI BENGKULU

Jalan Pembangunan No. 14 Padang Harapan Bengkulu 38225 Telp. (0736) 21575

SURAT KETERANGAN Nomor : 06/YJI CAB. PROV/BKL/X/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua Yayasan Jantung Indonesia Cabang Provinsi Bengkulu menerangkan bahwa :

No	Nama	NIDN/NPM	Keterangan
1	Oetari Lismana, M.Pd	0216079801	Dosen Penjas
2	Agnes Monika P	21190033	Mahasiswa
3	Nur Ultra Salsabila	24190321	Mahasiswa

Telah melaksanakan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan judul : "Pelaksanaan Senam Jantung Sehat bersama Masyarakat Kota Bengkulu" pada tanggal 12 - 13 Oktober 2024.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 14 Oktober 2024

Ketua,

Asmeri Yosita Nopian, S.E.
NIP.19700516199602004



YAYASAN JANTUNG INDONESIA CABANG PROVINSI BENGKULU

Jalan Pembangunan No. 14 Padang Harapan Bengkulu 38225 Telp. (0736) 21575

SURAT KETERANGAN Nomor : 06/YJI CAB. PROV/BKL/X/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua Yayasan Jantung Indonesia Cabang Provinsi Bengkulu menerangkan bahwa :

No	Nama	NIDN/NPM	Keterangan
1	Oetari Lismana, M.Pd	0216079801	Dosen Penjas
2	LeksiLiaganti	24190498	Mahasiswa
3	Tiara Anila Putri	24190213	Mahasiswa

Telah melaksanakan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan judul : “Pelaksanaan Senam Jantung Sehat bersama Masyarakat Kota Bengkulu” pada tanggal 12 – 13 Oktober 2024.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 14 Oktober 2024

Ketua,




Asmeri Yosita Nopian, S.E.
NIP.19700516199602004



UNIVERSITAS DEHASEN BENGKULU (UNIVED)

Jalan Meranti Raya Nomor 32 Kota Bengkulu 38228 Telpn (0736) 22027, 26957
Fax. (0736) 341139

INSTRUMEN PENILAIAN KEPUASAN MITRA TERHADAP KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Nama Mitra : YJI Provinsi Bengkulu
Nama Lengkap Pimpinan : Asmeri Yosita, S.E
Tempat Pelaksanaan : Lapangan Serba Guna Sawah Lebar

Berilah skor penilaian pada setiap pernyataan berikut dengan cara memberi tanda *checklist* (✓) pada skor yang Anda pilih. Semakin tinggi skor yang Anda pilih berarti semakin besar tingkat kepuasan Anda terhadap kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) yang dilaksanakan oleh dosen Universitas Dehasen Bengkulu.

No.	Pernyataan	Skor Penilaian			
		4	3	2	1
1.	Kepuasan Anda terhadap sosialisasi PkM	✓			
2.	Kepuasan Anda terhadap kegiatan PkM yang dilaksanakan	✓			
3.	Kepuasan Anda terhadap kesesuaian jenis kegiatan PkM dengan kebutuhan kelompok	✓			
4.	Kepuasan Anda terhadap pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki oleh dosen pelaksana kegiatan PkM	✓			
5.	Kepuasan Anda terhadap cara dosen menyampaikan materi PkM	✓			
6.	Kepuasan Anda terhadap pengetahuan dan keterampilan yang Anda peroleh setelah mengikuti kegiatan PkM	✓			
7.	Kepuasan Anda terhadap manfaat kegiatan PkM bagi kelompok	✓			
8.	Kepuasan Anda terhadap ketepatan pemilihan jenis kegiatan untuk membantu memecahkan permasalahan kelompok	✓			
9.	Kepuasan Anda terhadap sikap dan perilaku dosen selama kegiatan PkM berlangsung	✓			

Bengkulu, 19 Oktober 2024.....

Pimpinan,



Asmeri Yosita, S.E

NIP. 19700516199602004.

DOKUMENTASI









UNIVERSITAS DEHASEN BENGKULU
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN PADA MASYARAKAT (LPPM)

Jalan Meranti Raya Nomor 32 Kota Bengkulu 38228 Telpn (0736) 22027, 26957
Fax. (0736) 341139

SURAT KETERANGAN

Nomor : 349/UNIVED 1.1/E-5/PM/XI/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr. Karona Cahya Susena.
NIK : 1703097
Jabatan : Ketua LPPM Universitas Dehasen Bengkulu
Alamat : Jalan Meranti Raya No. 32 Sawah Lebar Bengkulu - 38228

Bahwa setelah mempelajari berbagai dokumen dan bukti atas pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilaksanakan oleh kelompok pengabdian masyarakat sesuai Surat Tugas Nomor : 279.B/UNIVED 1.1/E-1/PM/IX/2024 tanggal 23 September 2024 tentang kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan tema :

Pelaksanaan Senam Jantung Sehat Bersama Masyarakat Kota Bengkulu

Yang dilaksanakan pada :

Tanggal : 12 - 13 Oktober 2024
Bertempat di : Yayasan Jantung Indonesia Cabang Provinsi Bengkulu
Alamat : Jl. Cendana Sawah Lebar Bengkulu

yang telah dilakukan oleh kelompok Dosen berikut :

No.	NIDN/NPM	Nama Dosen/Mahasiswa	Keterangan
1.	0216079801	Oetari Lismana, M.Pd.	Dosen
2.	21190033	Agnes Monika Rahmadani	Mahasiswa
3.	24190321	Nur Ulia Salsabila	Mahasiswa

Benar telah menyelesaikan kegiatan sebagaimana dimaksud di atas dengan baik dan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Bengkulu, 15 November 2024

Ketua



Dr. Karona Cahya Susena.
NIK : 1703097

Tembusan :

1. Rektor UNIVED (sebagai Laporan)
2. Masing masing dosen