# LAPORAN KELOMPOK PROGRAM MBKM MEMBANGUN DESA/KULIAH KERJA NYATA AKHLAKUL KARIMAH

**Rio Saputra[1], Incik Erick Fhatirisq[2], Amalia Siti Nurazizah[3], Endang Listiana[4], Siti Rohani[5], Rini Wahyuni[6], Linda Puspita[7], Mareza Yolanda Umar[8], Psiari Kusuma Wardani[9], Rizki Yeni Wulandari[10], Desi Kumalasari[11], Alifiyanti Muharramah[12], Abdullah[13]**

[1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13)]Fakultas Kesehatan, Fakultas Teknologi dan Informatika, Fakultas Sosial Bisnis, Universitas Aisyah Pringsewu Lampung Indonesia

email: rio778194@gmail.com[1], erickfatirisq10@gmail.com[2], amaliazizah710@gmail.com[3], endanglistiana9@gmail.com[4], siroazza@gmail.com[5], rinicannywa166@gmail.com[6], lindajihan08@gmail.com[7], marezaumar@gmail.com[8], psiarikusumawardani@gmail.com[9], qeewrizki14@gmail.com[10], kumalasaridesi70@gmail.com[11], alifiyanthi@yahoo.com[12], changdullah66@gmail.com[13]

**Abstrak**

Pekon Sukoharjo 3 Barat, hasil pemekaran dari Pekon Sukoharjo 3, resmi terbentuk pada tahun 2011 dengan tujuan meningkatkan pelayanan publik dan pengelolaan pemerintahan di tingkat desa. Meskipun memiliki potensi sumber daya manusia dan alam yang baik, pekon ini menghadapi tantangan kesehatan, terutama tingginya angka hipertensi dan kurangnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan. Program MBKM Membangun Desa/Kuliah Kerja Nyata (KKN) Akhlakul Karimah dilaksanakan untuk memberdayakan masyarakat melalui edukasi kesehatan, pemberdayaan pendidikan, dan pembangunan infrastruktur. Kegiatan penyuluhan tentang hipertensi, pola makan sehat, dan pemanfaatan tanaman obat berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat, dengan 78 jiwa teridentifikasi menderita hipertensi. Pemberian makanan tambahan berupa puding ubi ungu menunjukkan penerimaan positif dari masyarakat, dengan 70% responden menyukainya. Kegiatan gotong royong bersih dusun juga meningkatkan kebersihan lingkungan dan rasa kebersamaan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa meskipun ada peningkatan pengetahuan, tantangan dalam penerapan pola makan sehat masih perlu diatasi. Program ini diharapkan dapat menjadi model bagi pekon lain dalam mengimplementasikan program serupa dan mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam pembangunan desa.

**Kata Kunci** : Hipertensi, Pemberdayaan Masyarakat, Program MBKM, Kuliah Kerja Nyata, Edukasi Kesehatan, Pekon Sukoharjo 3 Barat

**Abstract**

Pekon Sukoharjo 3 Barat, which was formed as a result of the expansion of Pekon Sukoharjo 3, officially came into existence in 2011 with the aim of improving public services and governance at the village level. Despite having good human and natural resource potential, this pekon faces health challenges, particularly high rates of hypertension and a lack of public awareness regarding the importance of maintaining health. The MBKM (Merdeka Belajar Kampus Merdeka) Program for Village Development/Community Service (KKN) Akhlakul Karimah was implemented to empower the community through health education, educational empowerment, and infrastructure development. Activities such as counseling on hypertension, healthy eating, and the utilization of medicinal plants successfully increased community knowledge, with 78 individuals identified as suffering from hypertension. The provision of supplementary food in the form of purple sweet potato pudding received positive feedback from the community, with 70% of respondents liking it. The gotong royong (community service) activities also improved environmental cleanliness and fostered a sense of togetherness. Evaluation results indicate that although there has been an increase in knowledge, challenges in implementing healthy eating habits still need to be addressed. This program is expected to serve as a model for other pekons in implementing similar programs and to encourage active community participation in village development.

**Keywords:** Hypertension, Community Empowerment, MBKM Program, Community Service, Health Education, Pekon Sukoharjo 3 Barat

## PENDAHULUAN

Pekon Sukoharjo 3 Barat merupakan hasil pemekaran dari Pekon Sukoharjo 3 yang resmi terbentuk pada tahun 2011. Pembentukan pekon ini didasarkan pada Peraturan Daerah Kabupaten Pringsewu Nomor 24 Tahun 2011, yang bertujuan untuk meningkatkan pelayanan publik dan pengelolaan

pemerintahan di tingkat desa. Dengan lokasi yang strategis di Kecamatan Sukoharjo, Kabupaten Pringsewu, Provinsi Lampung, pekon ini memiliki aksesibilitas yang baik ke pusat pemerintahan dan ekonomi, menjadikannya sebagai daerah yang potensial untuk pengembangan lebih lanjut (Peraturan Daerah Kabupaten Pringsewu Nomor 24 Tahun 2011).

Secara geografis, Pekon Sukoharjo 3 Barat terletak sekitar 1 km dari ibu kota Kecamatan Sukoharjo, 7 km dari Kota Kabupaten Pringsewu, dan 50 km dari Kota Provinsi Lampung. Batas-batas wilayah pekon ini meliputi Pekon Sukoyoso di sebelah barat, Pekon Keputran di sebelah utara, Pekon Sukoharjo III di sebelah timur, serta Pekon Sukoharjo I dan Pekon Sinar Baru Timur di sebelah selatan. Dengan jumlah penduduk yang tercatat sebanyak 4.380 jiwa pada tahun 2024, komposisi penduduk terdiri dari 2.187 jiwa laki-laki dan 2.187 jiwa perempuan, serta 1.268 kepala keluarga. Mayoritas penduduk beragama Islam, dengan jumlah 3.976 orang, diikuti oleh minoritas yang beragama Katolik (75 orang) dan Protestan (74 orang). Tingkat pendidikan penduduk didominasi oleh lulusan Sekolah Menengah Atas (SMA), yang mencapai 482 orang (Sistem Informasi Sukoharjo, 2024).

Meskipun Pekon Sukoharjo 3 Barat memiliki potensi yang baik dalam hal sumber daya manusia dan alam, pekon ini juga menghadapi berbagai permasalahan yang memerlukan perhatian serius. Di bidang kesehatan, terdapat tingginya angka penyakit hipertensi dan kurangnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan. Dalam aspek pendidikan, fasilitas yang ada masih kurang memadai, dan inovasi dalam pengajaran di Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) juga perlu ditingkatkan. Selain itu, infrastruktur di pekon ini masih minim, dengan kurangnya sarana prasarana seperti poskamling dan taman bermain anak-anak, yang berdampak pada keamanan dan kesejahteraan masyarakat (Hasil Wawancara Masyarakat Pekon Sukoharjo 3 Barat, 2024).

Dalam upaya mengatasi permasalahan tersebut, Program MBKM Membangun Desa/Kuliah Kerja Nyata (KKN) Akhlakul Karimah diharapkan dapat memberikan kontribusi positif. Program ini bertujuan untuk memberdayakan masyarakat melalui pendekatan yang berbasis pada nilai-nilai akhlakul karimah, yang mencakup edukasi kesehatan, pemberdayaan pendidikan, dan pembangunan infrastruktur. Dengan melaksanakan penyuluhan tentang penyakit hipertensi, meningkatkan kualitas pengajaran di TPA, serta mengusulkan pembangunan sarana prasarana yang mendukung kegiatan masyarakat, diharapkan program ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang kesehatan, memberdayakan anak-anak dalam aspek keagamaan, dan membangun infrastruktur yang mendukung keamanan dan kesejahteraan masyarakat (Dokumen Program KKN Akhlakul Karimah, 2024).

Melalui tahapan pelaksanaan yang meliputi pendataan dan survei, musyawarah masyarakat desa, serta implementasi program, diharapkan Pekon Sukoharjo 3 Barat dapat mengatasi permasalahan yang ada dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Program ini diharapkan tidak hanya memberikan dampak positif bagi pekon ini, tetapi juga dapat menjadi model bagi pekon lain dalam mengimplementasikan program serupa, serta mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam pembangunan desa (Laporan Evaluasi Program KKN, 2024).

Melalui tahapan pelaksanaan yang meliputi pendataan dan survei, musyawarah masyarakat desa, serta implementasi program, diharapkan Pekon Sukoharjo 3 Barat dapat mengatasi permasalahan yang ada dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Program ini diharapkan tidak hanya memberikan dampak positif bagi pekon ini, tetapi juga dapat menjadi model bagi pekon lain dalam mengimplementasikan program serupa, serta mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam pembangunan desa. Dengan demikian, pemberian makanan tambahan dan program-program kesehatan lainnya dapat menjadi langkah strategis dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat Pekon Sukoharjo 3 Barat secara keseluruhan.

Dalam konteks laporan Praktik Kerja Lapangan (PKL) ini, pemberian makanan tambahan (PMT) menjadi salah satu solusi yang sangat relevan untuk meningkatkan status gizi masyarakat, terutama anak-anak. Program PMT bertujuan untuk memberikan asupan nutrisi yang cukup dan seimbang, sehingga dapat mencegah terjadinya masalah gizi buruk dan stunting. Di Pekon Sukoharjo 3 Barat, di mana masalah gizi buruk dan kurangnya pengetahuan tentang pola makan sehat masih menjadi tantangan, program ini diharapkan dapat memberikan dampak yang signifikan. Melalui PMT, masyarakat diharapkan dapat lebih memahami pentingnya gizi yang baik dan bagaimana cara memenuhi kebutuhan nutrisi sehari-hari. Selain itu, program ini juga berfungsi sebagai sarana edukasi bagi orang tua tentang pola makan sehat dan pentingnya memberikan makanan bergizi kepada anak-anak mereka

Selanjutnya, kegiatan yang dilakukan dalam rangka program kerja bantuan mahasiswa adalah "Gotong Royong Bersih Dusun." Kegiatan gotong royong bersih dusun yang dilaksanakan oleh

mahasiswa di Dusun 7 terbukti membawa dampak positif bagi kebersihan lingkungan dan meningkatkan rasa kebersamaan masyarakat. Kegiatan ini dipusatkan di sekitar masjid sebagai titik kumpul utama, dan kemudian menyebar ke area luar masjid serta jalan-jalan sekitar dusun. Dalam kegiatan ini, mahasiswa bersama warga melakukan pembersihan baik di dalam masjid maupun di lingkungan sekitar, termasuk pemungutan sampah, pembersihan pekarangan, dan penataan jalan.

Keterlibatan berbagai mitra dalam kegiatan ini sangat penting untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Misalnya, Bapak Kepala Dusun dan Ibu Kader memberikan bantuan berupa penyediaan ruangan dan fasilitas sound system untuk kegiatan program penyuluhan hipertensi (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Ini menunjukkan dukungan dari pihak pemerintah setempat dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. Selain itu, para pengajar Masjid Nurul Iman juga berperan aktif dalam pemberdayaan TPA dengan membantu mengkoordinir anak-anak dan menyediakan fasilitas untuk kegiatan perlombaan (Pengurus Masjid Nurul Iman, 2024)

Kegiatan penyuluhan tanaman obat dan pemanfaatan tanaman lokal juga mendapatkan dukungan dari Bapak Kepala Dusun, yang menyediakan tempat dan sound system (Kepala Dusun Sukoharjo 3 Barat, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa kolaborasi antara mahasiswa, masyarakat, dan pemerintah setempat sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang sehat dan berdaya saing. Dalam hal budidaya tanaman obat, Bapak Kepala Dusun memberikan sarana bantuan berupa tanah dan pupuk organik, yang memungkinkan masyarakat untuk memanfaatkan sumber daya lokal secara optimal (Kepala Dusun Sukoharjo 3 Barat, 2024).

Melalui program-program ini, diharapkan masyarakat tidak hanya mendapatkan pengetahuan dan keterampilan baru, tetapi juga merasakan manfaat langsung dari kegiatan yang dilakukan. Misalnya, dalam penyuluhan tentang DAGUSIBU (Dapatkan, Gunakan, Simpan, dan Buang Obat), pengurus pondok pesantren memberikan bantuan berupa tenaga serta berbagai fasilitas yang sudah disediakan, yang sangat bermanfaat bagi peserta KKN (Pengurus Pondok Pesantren, 2024). Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang penggunaan obat yang benar dan aman (Kementerian Kesehatan RI, 2024).

Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, adalah kondisi medis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah di atas batas normal, diukur dalam dua angka—tekanan sistolik (≥ 140 mmHg) dan tekanan diastolik (≥ 90 mmHg)—yang sering kali tidak menunjukkan gejala, sehingga banyak orang tidak menyadari bahwa mereka mengidapnya, menjadikannya sebagai "silent killer", dan dapat disebabkan oleh berbagai faktor risiko yang dapat diubah, seperti konsumsi garam tinggi, kurangnya aktivitas fisik, obesitas, stres, serta kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol, atau faktor risiko yang tidak dapat diubah, seperti usia dan riwayat keluarga, yang dapat mengarah pada komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, dan masalah penglihatan, sehingga intervensi melalui pemberdayaan masyarakat, termasuk edukasi kesehatan, pelatihan kader kesehatan, program dukungan, dan kampanye gaya hidup sehat, sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang hipertensi.

Dengan melibatkan berbagai mitra, program-program ini diharapkan dapat berkelanjutan dan memberikan dampak positif bagi masyarakat Pekon Sukoharjo 3 Barat. Keberlanjutan program ini sangat penting untuk memastikan bahwa masyarakat terus mendapatkan manfaat dari kegiatan yang telah dilaksanakan. Misalnya, program penyuluhan hipertensi dapat dilanjutkan dengan memberikan edukasi lebih lanjut tentang pengelolaan kesehatan dan pencegahan penyakit (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Pemberdayaan TPA juga dapat terus dilakukan dengan memberikan pengetahuan terkait hafalan doa sehari-hari dan bacaan surah-surah pendek (Pengajar TPA, 2024).

Secara keseluruhan, keterlibatan mitra dalam program-program ini tidak hanya memperkuat pelaksanaan kegiatan, tetapi juga membangun rasa kebersamaan dan kepedulian di antara masyarakat. Dengan demikian, diharapkan Pekon Sukoharjo 3 Barat dapat menjadi contoh bagi pekon lain dalam mengimplementasikan program-program yang bermanfaat bagi kesehatan dan kesejahteraan masyarakat (Kementerian Kesehatan RI, 2024).

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Pekon Sukoharjo 3 Barat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya gizi yang baik, serta memberikan edukasi tentang pola makan sehat dan pemberian makanan bergizi kepada anak-anak. Kegiatan ini melibatkan berbagai mitra, termasuk Bapak Kepala Dusun, Ibu Kader, pengajar Masjid Nurul Iman, dan pengurus pondok pesantren, yang berkontribusi dalam pelaksanaan program.

Metode penelitian ini dirancang untuk melaksanakan Program MBKM Membangun Desa/Kuliah Kerja Nyata (KKN) Akhlakul Karimah di Pekon Sukoharjo 3 Barat. Proses penelitian ini terdiri dari dua tahap utama: Persiapan dan Pembekalan, serta Pelaksanaan.

**Persiapan dan Pembekalan**

Pada tahap ini, mekanisme pelaksanaan program dimulai dengan persiapan yang matang. Penyusunan Tim Organisasi: Tim pelaksana kegiatan terdiri dari mahasiswa, dosen, dan pihak terkait lainnya. Tim ini bertanggung jawab untuk memudahkan koordinasi, pertukaran informasi, evaluasi, dan pengendalian pelaksanaan kegiatan. Penandatanganan dokumen oleh ketua pelaksana kegiatan dan Tim Teknik Pelaksanaan KKN Universitas Aisyah Pringsewu menjadi langkah awal dalam formalitas organisasi.

Pola/Mekanisme Eksternal: Koordinasi dilakukan antara tim pelaksana KKN Akhlakul Karimah dengan pihak/instansi terkait, seperti pemerintah desa dan lembaga kesehatan. Tujuan dari koordinasi ini adalah untuk mendapatkan masukan dan arahan yang diperlukan dalam pelaksanaan program, sehingga dapat mempermudah pelaksanaan dan memastikan dukungan dari pihak luar. Pola/Mekanisme Internal: Koordinasi internal dilakukan melalui pertemuan rutin yang membahas kemajuan, tantangan, dan solusi yang diperlukan selama pelaksanaan program. Pertemuan ini juga berfungsi untuk memastikan semua anggota tim berada pada jalur yang sama dan memahami peran masing-masing. Materi Persiapan dan Pembekalan: Materi yang diberikan kepada mahasiswa mencakup: Ruang lingkup dan tujuan program KKN. Penjelasan umum tentang kelompok sasaran yang akan dilayani. Tujuan dan manfaat program, baik dalam bentuk penyuluhan maupun karya yang diberikan oleh setiap program studi mahasiswa.

**Pelaksanaan**

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam tiga tahap yang terstruktur: Tahap Pertama: Pendataan dan Survei: Pada tahap ini, dilakukan pendataan dan survei di Pekon Sukoharjo 3 Barat. Metode yang digunakan adalah survei door-to-door pada 50 Kartu Keluarga (KK) di setiap dusun. Hasil survei menunjukkan bahwa penyakit hipertensi merupakan masalah kesehatan yang paling banyak diderita oleh masyarakat, dengan 78 jiwa teridentifikasi.

Tahap Kedua: Perencanaan Program: Setelah pendataan, tahap ini melibatkan penetapan pemecahan masalah yang dilakukan melalui Musyawarah Masyarakat Desa (MMD). Dalam MMD, masyarakat diajak berdiskusi untuk menentukan prioritas masalah dan solusi yang akan diimplementasikan, sehingga program yang direncanakan benar-benar sesuai dengan kebutuhan masyarakat.

Tahap Ketiga: Pelaksanaan Program: Pelaksanaan program pemecahan masalah mencakup beberapa kegiatan: Sosialisasi: Penyampaian informasi program kepada masyarakat untuk meningkatkan kesadaran dan partisipasi.

Pelatihan: Pemberian pelatihan kepada masyarakat tentang cara menjaga kesehatan dan pola makan yang baik. Penerapan Teknologi: Implementasi teknologi yang relevan dalam program, seperti penggunaan aplikasi untuk memantau kesehatan.

Pendampingan dan Evaluasi: Pengawasan dan evaluasi program dilakukan untuk menilai efektivitas kegiatan dan dampaknya terhadap masyarakat. Diskusi dilakukan untuk mengidentifikasi tantangan yang dihadapi dan merencanakan tindak lanjut yang diperlukan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Pelaksanaan Program MBKM Membangun Desa/Kuliah Kerja Nyata (KKN) Akhlakul Karimah di Pekon Sukoharjo 3 Barat menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan, khususnya terkait penyakit hipertensi. Hasil survei yang dilakukan terhadap 50 Kartu Keluarga (KK) di Dusun 1 hingga Dusun 9 mengungkapkan bahwa hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak diderita oleh masyarakat, diikuti oleh asam urat dan asam lambung.

Berikut adalah hasil dari beberapa kegiatan yang dilaksanakan selama program: Penyuluhan Hipertensi: Penyuluhan dilakukan pada tanggal 12 Desember 2024, dengan partisipasi aktif dari masyarakat. Tabel di bawah ini menunjukkan jadwal kegiatan penyuluhan hipertensi

| No | Hari/Tanggal | Prodi | Kegiatan |
|---|---|---|---|
| 1 | Kamis/12 Desember 2024 | S1 Farmasi | Menjelaskan pengertian dan mekanisme hipertensi serta |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | pemanfaatan tanaman herbal. |
| 2 | Kamis/12 Desember 2024 | S1 Gizi | Menjelaskan pola makan sehat dan memberikan sampel puding ubi ungu. |
| 3 | Kamis/12 Desember 2024 | S1 Keperawatan | Menjelaskan manajemen stres dan kecemasan pada pasien hipertensi. |
| 4 | Kamis/12 Desember 2024 | D3 Kebidanan | Menjelaskan asuhan terkait hipertensi dan cara pencegahan. |

Pada tanggal 12 Desember 2024, kegiatan penyuluhan mengenai hipertensi dilaksanakan di Pekon Sukoharjo 3 Barat dengan melibatkan mahasiswa dari berbagai program studi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan cara-cara pengelolaannya. Berikut adalah penjelasan terkait setiap kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa dari masing-masing program studi:

S1 Farmasi: Mahasiswa S1 Farmasi menjelaskan pengertian dan mekanisme hipertensi. Mereka memberikan pemahaman tentang apa itu hipertensi, bagaimana kondisi ini terjadi, serta faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan tekanan darah. Selain itu, mahasiswa juga membahas pemanfaatan tanaman herbal, seperti daun salam dan bawang putih, sebagai alternatif pengobatan hipertensi. Penjelasan ini bertujuan untuk memberikan masyarakat wawasan tentang pengobatan tradisional yang dapat digunakan untuk mengelola hipertensi secara alami.

S1 Gizi: Mahasiswa S1 Gizi memberikan edukasi tentang pola makan sehat yang dianjurkan untuk penderita hipertensi. Mereka menjelaskan pentingnya mengurangi asupan garam dan memilih makanan yang kaya akan nutrisi. Sebagai bagian dari kegiatan ini, mahasiswa juga memberikan sampel puding ubi ungu, yang merupakan makanan sehat dan bergizi. Puding ini tidak hanya lezat tetapi juga bermanfaat bagi kesehatan, terutama bagi mereka yang menderita hipertensi. Dengan memberikan contoh makanan yang sehat, diharapkan masyarakat dapat lebih memahami pentingnya pola makan yang baik.

S1 Keperawatan: Mahasiswa S1 Keperawatan menjelaskan manajemen stres dan kecemasan pada pasien hipertensi. Mereka mengedukasi masyarakat tentang bagaimana stres dapat mempengaruhi tekanan darah dan memberikan teknik-teknik relaksasi yang dapat membantu mengelola stres. Penjelasan ini penting karena manajemen stres yang baik dapat berkontribusi pada pengendalian hipertensi. Mahasiswa juga mendorong masyarakat untuk berinteraksi dan berbagi pengalaman terkait pengelolaan stres, sehingga menciptakan dukungan sosial di antara mereka.

D3 Kebidanan: Mahasiswa D3 Kebidanan memberikan penjelasan mengenai asuhan terkait hipertensi dan cara pencegahannya. Mereka membahas pentingnya pemeriksaan rutin untuk mendeteksi hipertensi sejak dini, serta memberikan informasi tentang gaya hidup sehat yang dapat membantu mencegah hipertensi. Edukasi ini sangat relevan, terutama bagi wanita hamil dan pasangan usia subur, yang berisiko lebih tinggi mengalami hipertensi. Dengan memberikan informasi yang tepat, diharapkan masyarakat dapat lebih waspada dan mengambil langkah-langkah pencegahan yang diperlukan.

Pemberian Makanan Tambahan (PMT): Pemberian puding ubi ungu kepada anak-anak di TPA Nurul Iman menunjukkan bahwa 70% responden menyukai puding tersebut. Hasil uji hedonik puding ubi ungu dapat dilihat pada tabel berikut :

| Indikator | Skala Penilaian | Skor | Total | % |
|---|---|---|---|---|
| Warna | Suka | 7 | 10 | 70% |
| Aroma | Suka | 7 | 10 | 70% |
| Rasa | Suka | 5 | 10 | 50% |
| Tekstur | Suka | 9 | 10 | 90% |
| Keseluruhan | Suka | 8 | 10 | 80% |

Hasil uji hedonik terhadap puding ubi ungu menunjukkan penilaian yang positif dari responden. Berikut adalah penjelasan terkait setiap indikator yang dinilai:

Warna: Skor: 7 dari 10 responden menyatakan suka, yang berarti 70% dari total responden memberikan penilaian positif terhadap warna puding. Penjelasan: Warna puding yang menarik, yaitu ungu yang dihasilkan dari ubi ungu, menjadi daya tarik tersendiri. Warna yang cerah dan menggugah selera dapat meningkatkan minat masyarakat untuk mencoba makanan tersebut.

Aroma: Skor: 7 dari 10 responden juga menyatakan suka terhadap aroma puding, dengan persentase yang sama yaitu 70%. Penjelasan: Aroma puding yang harum dan menggoda dapat mempengaruhi keputusan seseorang untuk mencicipi makanan. Aroma yang baik menunjukkan bahwa puding tersebut terbuat dari bahan-bahan segar dan berkualitas, yang dapat meningkatkan daya tariknya.

Rasa: Skor: 5 dari 10 responden menyatakan suka, yang berarti 50% memberikan penilaian positif terhadap rasa puding. Penjelasan: Meskipun setengah dari responden menyukai rasa puding, ada juga yang netral atau kurang suka. Hal ini menunjukkan bahwa rasa puding mungkin perlu disesuaikan agar lebih diterima oleh semua kalangan. Rasa yang seimbang dan tidak terlalu manis sangat penting untuk menarik perhatian konsumen, terutama bagi penderita hipertensi yang perlu mengurangi asupan gula.

Tekstur: Skor: 9 dari 10 responden menyatakan suka, dengan persentase 90%. Penjelasan: Tekstur puding yang lembut dan kenyal sangat disukai oleh responden. Tekstur yang baik dapat meningkatkan pengalaman makan dan membuat puding lebih menyenangkan untuk dikonsumsi. Kelembutan puding yang dihasilkan dari ubi ungu dan bahan tambahan lainnya memberikan sensasi yang menyenangkan saat dimakan.

Keseluruhan: Skor: 8 dari 10 responden menyatakan suka, yang berarti 80% memberikan penilaian positif terhadap keseluruhan puding. Penjelasan: Penilaian keseluruhan yang tinggi menunjukkan bahwa responden merasa puas dengan puding ubi ungu secara keseluruhan. Hal ini mencerminkan bahwa puding tersebut berhasil memenuhi harapan mereka dalam hal penampilan, aroma, rasa, dan tekstur.

Penyuluhan Tanaman Obat dan Pembudidayaan Tanaman Keluarga (TOGA): Kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan tanaman herbal. Masyarakat mulai berkomitmen untuk membudidayakan tanaman obat di pekarangan rumah mereka.

Kegiatan Gotong Royong: Kegiatan gotong royong yang dilaksanakan pada tanggal 13 Desember 2024 berhasil membersihkan lingkungan sekitar, termasuk saluran irigasi dan area masjid. Kegiatan ini melibatkan partisipasi aktif dari warga dan mahasiswa KKN. Monitoring dan Evaluasi: Hasil evaluasi menunjukkan bahwa meskipun ada peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan pola makan sehat, 73,3% masyarakat masih mengonsumsi makanan yang tidak dianjurkan, seperti nasi uduk dan biskuit yang tinggi natrium

**Pembahasan**

Pelaksanaan Program MBKM Membangun Desa/Kuliah Kerja Nyata (KKN) Akhlakul Karimah di Pekon Sukoharjo 3 Barat telah memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan, khususnya terkait penyakit hipertensi. Hasil survei yang dilakukan terhadap 50 Kartu Keluarga (KK) di Dusun 1 hingga Dusun 9 menunjukkan bahwa hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak diderita oleh masyarakat, diikuti oleh asam urat dan asam lambung. Temuan ini menegaskan pentingnya program edukasi kesehatan yang berfokus pada pencegahan dan pengelolaan penyakit.

**Penyuluhan Hipertensi**

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan pada tanggal 12 Desember 2024 melibatkan mahasiswa dari berbagai program studi, yang masing-masing memberikan kontribusi dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang hipertensi.

S1 Farmasi: Mahasiswa menjelaskan pengertian dan mekanisme hipertensi serta pemanfaatan tanaman herbal. Penjelasan ini memberikan wawasan kepada masyarakat tentang pengobatan tradisional yang dapat digunakan untuk mengelola hipertensi secara alami. Dengan pengetahuan ini, masyarakat diharapkan dapat memanfaatkan sumber daya alam yang ada di sekitar mereka, seperti daun salam dan bawang putih, yang dikenal memiliki khasiat menurunkan tekanan darah.

S1 Gizi: Mahasiswa memberikan edukasi tentang pola makan sehat yang dianjurkan untuk penderita hipertensi. Mereka menjelaskan pentingnya mengurangi asupan garam dan memilih makanan yang kaya akan nutrisi. Sebagai bagian dari kegiatan ini, mahasiswa juga memberikan sampel puding ubi ungu, yang merupakan makanan sehat dan bergizi. Pemberian sampel ini tidak hanya bertujuan untuk memperkenalkan makanan sehat, tetapi juga untuk menunjukkan bahwa makanan yang enak dapat tetap sehat. Hal ini penting untuk mengubah persepsi masyarakat bahwa makanan sehat tidak selalu membosankan.

S1 Keperawatan: Mahasiswa menjelaskan manajemen stres dan kecemasan pada pasien hipertensi. Mereka memberikan teknik-teknik relaksasi yang dapat membantu mengelola stres, yang merupakan faktor penting dalam pengendalian hipertensi. Edukasi ini sangat relevan, mengingat stres dapat memperburuk kondisi hipertensi. Dengan memberikan informasi tentang cara-cara mengelola stres,

diharapkan masyarakat dapat lebih siap menghadapi tekanan yang dapat mempengaruhi kesehatan mereka.

D3 Kebidanan: Mahasiswa memberikan penjelasan mengenai asuhan terkait hipertensi dan cara pencegahannya. Edukasi ini sangat penting, terutama bagi wanita hamil dan pasangan usia subur, yang berisiko lebih tinggi mengalami hipertensi. Dengan memberikan informasi yang tepat, diharapkan masyarakat dapat lebih waspada dan mengambil langkah-langkah pencegahan yang diperlukan, seperti pemeriksaan rutin dan perubahan gaya hidup.

Pemberian Makanan Tambahan (PMT)

Pemberian puding ubi ungu kepada anak-anak di TPA Nurul Iman menunjukkan hasil yang positif. Hasil uji hedonik terhadap puding ubi ungu menunjukkan bahwa 70% responden menyukai puding tersebut. Penilaian positif ini mencerminkan bahwa puding tidak hanya menarik secara visual, tetapi juga memiliki aroma dan tekstur yang disukai.

Warna: 70% responden menyukai warna puding yang menarik, yaitu ungu. Warna yang cerah dapat meningkatkan minat masyarakat untuk mencoba makanan tersebut.

Aroma: 70% responden juga menyukai aroma puding yang harum, yang menunjukkan bahwa puding tersebut terbuat dari bahan-bahan segar dan berkualitas.

Rasa: 50% responden menyukai rasa puding, meskipun ada yang netral atau kurang suka. Hal ini menunjukkan bahwa rasa puding mungkin perlu disesuaikan agar lebih diterima oleh semua kalangan.

Tekstur: 90% responden menyukai tekstur puding yang lembut dan kenyal, yang meningkatkan pengalaman makan.

Keseluruhan: 80% responden merasa puas dengan puding ubi ungu secara keseluruhan, mencerminkan bahwa puding tersebut berhasil memenuhi harapan mereka.

Hasil ini menunjukkan bahwa masyarakat tidak hanya menerima informasi tentang gizi, tetapi juga dapat merasakan manfaatnya melalui makanan yang disajikan.

Kegiatan penyuluhan tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang dilaksanakan dalam Program MBKM Membangun Desa/Kuliah Kerja Nyata (KKN) Akhlakul Karimah di Pekon Sukoharjo 3 Barat menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman herbal sebagai alternatif pengobatan. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan informasi yang komprehensif tentang berbagai jenis tanaman obat yang dapat ditanam di pekarangan rumah dan manfaatnya bagi kesehatan.

Peningkatan Pengetahuan: Melalui penyuluhan ini, masyarakat diberikan pemahaman tentang berbagai jenis tanaman obat yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah kesehatan sehari-hari, seperti jahe, kunyit, daun salam, dan kumis kucing. Pengetahuan ini sangat penting, mengingat banyak masyarakat yang belum sepenuhnya menyadari potensi tanaman herbal yang ada di sekitar mereka. Dengan pengetahuan yang diperoleh, masyarakat dapat lebih memahami cara-cara pengobatan tradisional yang aman dan efektif.

Komitmen untuk Membudidayakan: Salah satu hasil yang signifikan dari kegiatan ini adalah meningkatnya komitmen masyarakat untuk membudidayakan tanaman obat di pekarangan rumah mereka. Masyarakat mulai menyadari bahwa dengan menanam tanaman obat, mereka tidak hanya dapat memenuhi kebutuhan kesehatan keluarga, tetapi juga dapat mengurangi ketergantungan pada obat-obatan kimia. Hal ini mencerminkan perubahan sikap yang positif terhadap pengobatan alami dan keberlanjutan.

Aksi untuk Meningkatkan Kesehatan: Kegiatan penyuluhan ini tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga mendorong masyarakat untuk beraksi. Dengan membudidayakan tanaman obat, masyarakat dapat secara langsung meningkatkan kesehatan mereka. Tanaman obat yang ditanam di pekarangan dapat digunakan untuk pengobatan ringan, sehingga mengurangi biaya pengobatan dan meningkatkan kemandirian dalam menjaga kesehatan. Selain itu, pembudidayaan tanaman obat juga dapat berkontribusi pada pelestarian lingkungan dan keanekaragaman hayati. Dampak Jangka Panjang: Dengan adanya komitmen untuk membudidayakan TOGA, diharapkan masyarakat dapat mengembangkan kebiasaan hidup sehat yang berkelanjutan. Pengetahuan tentang tanaman obat dan cara penggunaannya dapat diwariskan kepada generasi berikutnya, sehingga menciptakan budaya kesehatan yang lebih baik di masyarakat. Selain itu, keberadaan tanaman obat di pekarangan rumah dapat meningkatkan kualitas lingkungan dan memberikan manfaat ekonomi melalui penjualan hasil panen.

**Evaluasi**

Pelaksanaan Program MBKM Membangun Desa/Kuliah Kerja Nyata (KKN) Akhlakul Karimah di Pekon Sukoharjo 3 Barat telah menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan dan

kesadaran masyarakat mengenai kesehatan, khususnya terkait penyakit hipertensi. Kegiatan penyuluhan yang melibatkan mahasiswa dari berbagai program studi berhasil memberikan informasi yang komprehensif dan relevan bagi masyarakat.

Penyuluhan Hipertensi: Kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat tentang hipertensi, termasuk pengertian, mekanisme, dan pengelolaannya. Partisipasi aktif dari masyarakat menunjukkan bahwa mereka antusias untuk belajar dan menerapkan pengetahuan yang diperoleh.

Pemberian Makanan Tambahan (PMT): Pemberian puding ubi ungu sebagai makanan tambahan tidak hanya memberikan asupan gizi yang baik, tetapi juga meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pola makan sehat. Hasil uji hedonik menunjukkan bahwa mayoritas responden menyukai puding tersebut, yang mencerminkan penerimaan yang baik terhadap makanan sehat.

Penyuluhan Tanaman Obat dan Pembudidayaan Tanaman Keluarga (TOGA): Kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan tanaman herbal. Masyarakat menunjukkan komitmen untuk membudidayakan tanaman obat di pekarangan rumah, yang merupakan langkah positif menuju kemandirian dalam pengobatan.

Kegiatan Gotong Royong: Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kebersihan lingkungan, tetapi juga mempererat hubungan sosial antarwarga. Partisipasi aktif dari warga dan mahasiswa KKN menciptakan semangat kolaborasi yang penting dalam budaya lokal.

Monitoring dan Evaluasi: Meskipun ada peningkatan pengetahuan, tantangan dalam penerapan pola makan sehat masih perlu diatasi. Sebagian besar masyarakat masih mengonsumsi makanan yang tidak dianjurkan, menunjukkan perlunya upaya lebih lanjut dalam edukasi dan penyuluhan.

## SIMPULAN

Secara keseluruhan, pelaksanaan Program MBKM Membangun Desa/Kuliah Kerja Nyata (KKN) Akhlakul Karimah di Pekon Sukoharjo 3 Barat telah memberikan dampak positif yang signifikan bagi masyarakat. Penyuluhan tentang hipertensi, pemberian makanan tambahan, dan kegiatan gotong royong berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan dan kebersihan lingkungan. Masyarakat tidak hanya mendapatkan pengetahuan, tetapi juga berkomitmen untuk menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari, seperti membudidayakan tanaman obat dan mengadopsi pola makan sehat. Namun, tantangan dalam penerapan pola makan sehat dan partisipasi masyarakat dalam kegiatan masih perlu diatasi. Dengan keberlanjutan program dan dukungan dari semua pihak, diharapkan masyarakat Pekon Sukoharjo 3 Barat dapat mencapai peningkatan kualitas hidup yang lebih baik dan berkelanjutan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan Program MBKM Membangun Desa/Kuliah Kerja Nyata (KKN) Akhlakul Karimah di Pekon Sukoharjo 3 Barat. Terima kasih kepada Dosen Pembimbing Lahan (DPL) Universitas Aisyah Pringsewu, Aparatur Desa, Bidan Desa, Kepala Puskesmas, dan seluruh masyarakat Pekon Sukoharjo 3 Barat yang telah memberikan dukungan dan partisipasi aktif dalam setiap kegiatan. Kami juga menghargai kerja keras dan dedikasi mahasiswa dari berbagai program studi yang telah berkolaborasi untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan. Semoga program ini dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi masyarakat dan menjadi langkah awal menuju kehidupan yang lebih sehat.

## DAFTAR PUSTAKA

Amir, A., et al. (2022). "Pengaruh Bawang Putih terhadap Tekanan Darah Tinggi." Jurnal Kesehatan Masyarakat, 15(2), 123-130.

Budiawan, A., et al. (2024). "Manfaat Ubi Jalar Ungu dalam Pengelolaan Hipertensi." Jurnal Gizi dan Kesehatan, 10(1), 45-52.

Dianah, R. (2020). "Pengaruh Warna dan Aroma terhadap Daya Tarik Makanan." Jurnal Ilmu Pangan, 8(3), 67-75.

Fatwa, A. (2020). "Kandungan Gizi dan Manfaat Kunyit dalam Pengobatan Tradisional." Jurnal Herbal Indonesia, 5(4), 89-95.

Irawati, S., et al. (2024). "Pentingnya Pola Makan Sehat untuk Penderita Hipertensi." Jurnal Nutrisi dan Kesehatan, 12(2), 34-40.

Khayati, N., et al. (2021). "Deteksi Dini Kanker Serviks dan Kanker Payudara." Jurnal Kesehatan Wanita, 9(1), 15-22.

Mawardi, H., et al. (2024). "Gotong Royong dalam Masyarakat: Nilai dan Praktik." Jurnal Sosial dan Budaya, 11(2), 101-110.

Nurhab, A. (2023). "Pentingnya Tanaman Obat Keluarga dalam Kesehatan Masyarakat." Jurnal Pertanian dan Kesehatan, 7(3), 55-60.

Pusat Pengujian Obat dan Makanan Republik Indonesia. (2023). "Panduan Pengolahan Makanan Sehat." Jakarta: POM RI.

Sapitri, R., et al. (2022). "Pemanfaatan Tanaman Herbal dalam Pengobatan Tradisional." Jurnal Farmasi dan Kesehatan, 14(1), 78-85.

Shivangi Dhawan. (2020). Online Learning: A Panacea in the Time of COVID-19 Crisis. Journal of Educational Technology Systems, 49(1), 5–22. https://doi.org/10.1177/0047239520934018

Tomi Hendra & Siti Saputri. (2020). Korelasi Antara Komunikasidan Pendidikan. Ishlah: Jurnal Ilmu Ushuluddin, Adab Dan Dakwah, 2(1).

Zamzami & Wili Sahana. (2021). StrategiKomunikasiOrganisasi. Cybernetics: Journal Educational Research and Social Studies, 2(1).

Zulfriadi Tanjung & Sinta Huri Amelia. (2017). Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. JRTI(Jurnal Riset Tindakan Indonesia), 2(2), 1–4.