

Penyakit jantung, stroke, hipertensi, diabetes, asma, hingga ginjal kronis merupakan penyakit tidak menular. Penyebab terbanyak penyakit-penyakit ini salah satunya adalah konsumsi tinggi gula, garam, lemak jenuh, dan asam lemak trans. Dampak yang ditimbulkan dapat berpengaruh terhadap kesehatan jangka panjang, sehingga dibutuhkan diagnosis serta penyuluhan tentang pemantauan pemeriksaan terkait penyakit tidak menular.

Kulit kacang tanah (*Arachis hypogaea L.*) secara empiris telah dimanfaatkan untuk menurunkan kadar kolesterol darah. Kandungan kimia kulit kacang tanah seperti polifenol, saponin, dan serat diduga memiliki aktivitas yang berhubungan dengan dislipidemia.

Kulit kacang tanah dalam ekstrak etanol mengandung senyawa flavonoid sebesar 259,93 mg/g. Flavonoid dapat digunakan sebagai obat untuk penyakit hiperurisemia dengan cara menurunkan konsentrasi asam urat. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa pemberian ekstrak kulit kacang tanah 10% terhadap mencit diabetes aloksan dapat menurunkan gula darah secara signifikan.

Berdasarkan hal tersebut, perlu penerapan pemanfaatan kulit kacang tanah (*Arachis hypogaea L.*) sebagai bahan alami dalam menurunkan kadar kolesterol, asam urat, dan glukosa darah dengan membuat puding kulit kacang yang disosialisasikan dalam bentuk penyuluhan dan pemeriksaan pada pengabdian masyarakat di Warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya.

Evy Diah Woelansari, S.Si., M.Kes.
Drs. Edy Haryanto, M.Kes.
Retno Sasongkowati, M.Kes.
drh. Diah Titik Mutiarawati, M.Kes.
Christ Kartika Rahayuningsih, S.T., M.Si.
Lully Hanni Endarini, M.Farm., Apt.
Tacik Idayanti, S.S.T., S.Si.
Riya Agustin, S.S.T., S.Si.
Ratno Tri Utomo, S.S.T.

BUKU HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

**Pemanfaatan Kulit Kacang (*Arachis hypogaea L.*)
sebagai Olahan Puding untuk Alternatif Pengendalian
Kadar Kolesterol, Asam Urat, dan Glukosa Darah
di RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya**



— BUKU HASIL —
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

**Pemanfaatan Kulit Kacang (*Arachis hypogaea L.*)
sebagai Olahan Puding untuk Alternatif Pengendalian
Kadar Kolesterol, Asam Urat, dan Glukosa Darah
di RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya**

— BUKU HASIL —
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

**Pemanfaatan Kulit Kacang (*Arachis hypogaea* L.)
sebagai Olahan Puding untuk Alternatif Pengendalian
Kadar Kolesterol, Asam Urat, dan Glukosa Darah
di RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya**

Evy Diah Woelansari
Edy Haryanto
Retno Sasongkowati
Diah Titik Mutiarawati
Christ Kartika Rahayuningsih
Lully Hanni Endarini
Tacik Idayanti
Riya Agustin
Ratno Tri Utomo

**Pemanfaatan Kulit Kacang (*Arachis hypogaea* L.)
sebagai Olahan Puding untuk Alternatif
Pengendalian Kadar Kolesterol, Asam Urat, dan
Glukosa Darah di RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo
Kecamatan Gubeng Surabaya**

Buku Hasil Pengabdian kepada Masyarakat

Evy Diah Woelansari

Edy Haryanto

Retno Sasongkowati

Diah Titik Mutiarawati

Christ Kartika Rahayuningsih

Lully Hanni Endarini

Tacik Idayanti

Riya Agustin

Ratno Tri Utomo

Hak cipta dilindungi undang-undang

All right reserved

Cetakan Pertama, Januari 2022

Editor: Ahmad Nurefendi Fradana

Penyelarasan Akhir: Hervina Emzulia

Tata Letak & Rancang Sampul: Sang

Diterbitkan oleh Ilmi

ilmipublisher@gmail.com

www.ilmipublisher.com

Perpustakaan Nasional:

Katalog Dalam Terbitan (KDT)

Pemanfaatan Kulit Kacang (*Arachis hypogaea* L.)

sebagai Olahan Puding untuk Alternatif Pengendalian

Kadar Kolesterol, Asam Urat, dan Glukosa Darah di RT

09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng

Surabaya: Buku Hasil Pengabdian kepada Masyarakat/

Evy Diah Woelansari; Edy Haryanto; Retno

Sasongkowati; Diah Titik Mutiarawati; Christ Kartika

Rahayuningsih; Lully Hanni Endarini; Tacik Idayanti;

Riya Agustin; dan Ratno Tri Utomo

Sidoarjo: Ilmi, 2022

48 hlm; 15 x 23 cm

ISBN: 978-602-1261-38-5

Daftar Isi

Daftar Isi	i
Daftar Gambar	iii
Daftar Tabel	iv
Bab 1 Pendahuluan	1
1.1 Latar Belakang	3
1.2 Analisis Situasi Mitra	6
1.2.1 Sumber Daya	6
1.2.2 Kondisi Pengelolaan	7
1.2.3 Permasalahan Mitra	9
Bab 2 Solusi Permasalahan	11
Bab 3 Metodologi Pelaksanaan	15
3.1 Persiapan Pelaksanaan Kegiatan	17
3.2 Teknik Pengumpulan, Pengolahan, dan Analisis Data	18
3.3 Tahapan Kegiatan	18
3.4 Pencapaian Tujuan Program	21
3.5 Lama Pelaksanaan	21
3.6 Peserta	21
3.7 Evaluasi Kegiatan	22
Bab 4 Hasil dan Target yang Dicapai	23
4.1 Hasil Kegiatan	25
4.1.1 Hasil Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Dasar Masyarakat	25
4.1.2 Kegiatan Penyuluhan	28
4.1.3 Analisis Hasil Kegiatan	29

4.1.4 Faktor Pendorong.....	30
4.1.5 Faktor Kendala	30
4.2 Target.....	31
Bab 5 Simpulan dan Saran	33
5.1 Simpulan	35
5.2 Saran	35
Bab 6 Peta Lokasi.....	37
Daftar Pustaka	41
Dokumentasi.....	45
Biodata Ketua Pelaksana	49

Daftar Gambar

Gambar 4.1: Data Hasil Pemeriksaan Kolesterol	26
Gambar 4.2: Data Hasil Pemeriksaan Asam Urat.....	27
Gambar 4.3: Data Hasil Pemeriksaan Glukosa.....	27
Gambar 6.1: Lokasi RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya	39

Daftar Tabel

Tabel 1.1: Analisis Situasi Mitra.....	8
Tabel 4.1: Data Hasil Pemeriksaan Kolesterol.....	26
Tabel 4.2: Data Hasil Pemeriksaan Asam Urat	27
Tabel 4.3: Data Hasil Pemeriksaan Glukosa.....	27

Bab 1

Pendahuluan

1.1 Latar Belakang

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya merupakan institusi pendidikan di bawah Kementerian Kesehatan yang mempunyai tujuh jurusan dengan berbagai disiplin ilmu, salah satu diantaranya adalah Jurusan Teknologi Laboratorium Medis (TLM). Jurusan Teknologi Laboratorium Medis ikut mendukung dan berperan serta untuk menyukseskan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). GERMAS merupakan suatu tindakan sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan, dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup.

Pelaksanaan GERMAS harus dimulai dari keluarga karena keluarga adalah bagian terkecil dari masyarakat yang membentuk kepribadian. GERMAS dapat dilakukan dengan cara: melakukan aktifitas fisik, mengonsumsi sayur dan buah, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, serta memeriksa kesehatan secara rutin, (Kementerian Kesehatan, 2016).

Penyakit tidak menular (PTM) adalah kondisi medis atau penyakit yang bukan disebabkan oleh infeksi dan tidak disebarkan diantara manusia. Penyakit tidak menular dapat berupa penyakit yang mempunyai durasi lama dan berkembang secara lambat atau dapat berupa penyakit yang dapat menyebabkan kematian mendadak. Penyakit yang termasuk dalam penyakit tidak menular adalah penyakit jantung, stroke, hipertensi, diabetes, asma, penyakit ginjal kronis. Penyebab terbanyak penyakit ti-

dak menular salah satunya konsumsi tinggi gula, garam, lemak jenuh, dan asam lemak trans (Riskesdas, 2010).

Adanya pandemi Covid-19 di tahun 2020 harus dimanfaatkan sebagai pembelajaran terkait kesiapsiagaan menghadapi penyakit baru muncul (*new emerging diseases*). Indonesia mengalami beban ganda, di satu sisi PTM naik dengan signifikan, namun masih dihadapkan pada penyakit menular yang belum tuntas. Hal ini merupakan fenomena yang dialami oleh sebagian besar negara berkembang oleh karena terjadinya perubahan status sosial ekonomi masyarakat yang berujung pada perubahan gaya hidup. Secara umum faktor risiko penyakit tidak menular dibagi dalam tiga kelompok, yakni faktor risiko gangguan metabolik, faktor risiko perilaku, dan faktor risiko lingkungan.

Faktor risiko penyakit tidak menular berikutnya adalah faktor metabolik, yakni hipertensi, gangguan kadar gula darah, dan obesitas. Data memperlihatkan Rencana Aksi Program P2P 2020-2024 8 terjadinya peningkatan prevalensi hipertensi dari 25,8% pada tahun 2013 (Riskesdas, 2013) menjadi 34,1% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Konsensus Perkeni 2015, prevalensi diabetes tahun 2018 adalah 10,9%.

Ini menunjukkan kecenderungan penyakit diabetes akan naik terus secara tajam apabila pengendaliannya tidak dilakukan secara serius. Dampak yang ditimbulkan dapat berpengaruh terhadap kesehatan jangka panjang, sehingga dibutuhkan diagnosis serta penyuluhan tentang pemantauan pemeriksaan terkait penyakit tidak menular.

Sejauh ini pemanfaatan kacang tanah masih terbatas pada pengolahan bijinya saja yang kemudian diolah menjadi berbagai produk makanan ringan atau bumbu masakan dan meninggalkan limbah berupa kulitnya. Keberadaan limbah kulit kacang ini masih belum dimanfaatkan secara optimal. Kulit kacang tanah (*Arachis hypogaea* L.) secara empiris telah dimanfaatkan untuk menurunkan kadar kolesterol darah. Kandungan kimia kulit kacang tanah seperti polifenol, saponin, dan serat diduga memiliki aktivitas yang berhubungan dengan dislipidemia. (Utami, 2014).

Kulit kacang tanah dalam ekstrak etanol mengandung senyawa flavonoid sebesar 259,93 mg/g (Alaa et al., 2015). Flavonoid dapat digunakan sebagai obat untuk penyakit hiperurisemia dengan cara menurunkan konsentrasi asam urat. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa pemberian ekstrak kulit kacang tanah 10% terhadap mencit diabetes aloksan dapat menurunkan gula darah secara signifikan (Surya Hadi, 2015). Sehingga perlu penerapan pemanfaatan kulit kacang tanah (*Arachis hypogaea* L.) sebagai bahan alami dalam menurunkan kadar kolesterol, asam urat dan glukosa darah dengan membuat puding kulit kacang yang akan disosialisasikan dalam bentuk penyuluhan dan pemeriksaan pada pengabdian masyarakat di RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya.

1.2 Analisis Situasi Mitra

1.2.1 Sumber Daya

Kota Surabaya merupakan ibukota Provinsi Jawa Timur yang letaknya berada di tepi pantai utara Provinsi Jawa Timur. Kelurahan Mojo terletak di Kecamatan Gubeng yang memiliki luas daerah. Tempat yang digunakan sebagai pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berlokasi di balai RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng sesuai dengan protokol Covid-19. Sasaran pada kegiatan ini meliputi kelompok PKK (Pembudayaan Kesejahteraan Keluarga).

Kelurahan Mojo terletak pada wilayah Kota Surabaya bagian pusat, berbatasan langsung dengan empat desa/kelurahan yaitu Mulyorejo, Airlangga, Manyar Sabrangan, Pacar Kembang. Serta berbatasan juga dengan dua Kecamatan yaitu Mulyorejo, dan Tambak Sari, tidak hanya itu, Kelurahan Mojo juga sangat dekat dengan pusat kota hanya berjarak sekitar lima kilometer. Kelurahan Mojo RT 09 RW VIII termasuk wilayah dengan jumlah penduduk yang sangat padat. Karena Kelurahan Mojo terletak di lingkungan perkotaan, maka antara mobilitas penduduk dan jumlah penduduk musiman sering berubah-ubah. Motif bagi pendatang sendiri dikarenakan mengikuti istri atau suami dan juga dikarenakan pekerjaan sehingga mereka harus menetap di Kelurahan Mojo.

Lokasi mitra berada di RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya. Jarak dari lokasi ke kampus Jurusan Teknologi Laboratorium Medis adalah

sekitar 2,2 Km dengan waktu tempuh 30 menit apabila menggunakan kendaraan roda empat dan 15 menit apabila menggunakan kendaraan roda dua. Jumlah masyarakat yang ikut dalam pengabdian masyarakat insidental ini adalah sebanyak 25 orang.

1.2.2 Kondisi Pengelolaan

Jika dilihat dari aspek kesehatan, kelurahan Mojo yang didominasi oleh orang dewasa dan lansia, memiliki permasalahan kesehatan seperti kolesterol, diabetes, dan asam urat yang umumnya terjadi pada orang dewasa dengan rentang umur 55-70 tahun pada wanita dan 30-45 tahun pada pria. (Lumunon, et al., 2015). Permasalahan kesehatan menjadi topik utama di Kelurahan Mojo RT 09 RW VIII, terutama bagi ibu-ibu PKK dan lansia karena kurangnya sosialisasi kesehatan pada daerah ini sehingga jika dilihat dari segi aspek kesehatan menurun, yang kerap terjadi di masyarakat. Sehingga perlu diadakannya sosialisasi dan penyuluhan pengendalian kolesterol, diabetes, dan asam urat dengan menggunakan salah satu olahan makanan puding kulit kacang yang dapat dilakukan oleh warga.

Kegiatan yang dilakukan oleh warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya yang rutin tiap bulan dilakukan ada 1 kegiatan. Biasanya kegiatan tersebut dapat berupa pengajian, arisan, atau pertemuan bulanan warga. Berbagai cara dilakukan agar masyarakat mendatangi kegiatan tersebut seperti membuat surat

edaran atau bahkan berkeliling dari rumah ke rumah untuk mengajak warga datang ke kegiatan. Dikarenakan pandemi Covid-19, maka kegiatan rutin dilaksanakan dengan pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat dengan mengedepankan protokol kesehatan. Oleh karena itu, maka acara dilakukan di rumah ibu PKK RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya sebagai sarana dan prasarana yang dipakai dalam kegiatan ini. Analisis situasi pada mitra disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1.1: Analisis Situasi Mitra

Aspek	Mitra Kader Toga
Kondisi	▪ Adanya kegiatan rutin warga setiap satu bulan sekali ▪ Tanaman kunyit mudah didapatkan
Sarana dan Prasarana	Rumah ibu PKK RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya
Sumber Daya Manusia	▪ Latar belakang pendidikan warga adalah SMA ▪ Keterbatasan pengetahuan tentang pemanfaatan tanaman obat untuk efek farmakologi ▪ Keterlibatan tenaga dari Puskesmas tidak maksimal oleh karena adanya pandemi Covid-19
Pengelolaan	▪ Pengelolaan edukasi warga sekitar tentang masalah kesehatan masih sangat kurang karena banyak masyarakat yang masih pasif tentang info kesehatan ▪ Masyarakat sasaran belum banyak memanfaatkan kegiatan

	▪ Pelatihan dan pembinaan yang didapat sangat kurang ▪ Pemanfaatan tanaman obat untuk efek farmakologi kurang maksimal
--	---

1.2.3 Permasalahan Mitra

Adapun permasalahan pada mitra adalah:

1. Masih banyak masalah hiperkolesterolemia, hiperuritemia, dan diabetes yang dialami oleh warga masyarakat sekitar.
2. Peningkatan nilai limbah kulit kacang menjadi olahan makanan kurang dioptimalkan. Padahal ketersediaan limbah kulit kacang yang mudah didapat dan keberadaannya dekat dengan masyarakat.
3. Rendahnya minat masyarakat terhadap pemanfaatan limbah kulit kacang menjadi produk olahan makanan puding untuk menurunkan kadar kolesterol, asam urat, dan glukosa darah, dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat.

Bab 2

Solusi

Permasalahan

Keberadaan mitra yaitu warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya dapat menjadi ujung tombak peningkatan derajat kesehatan warga melalui pemanfaatan limbah kulit kacang sebagai bahan olahan makanan bagi penderita hiperkolesterolemia, hiperurisemia, dan diabetes. Namun, dalam pelaksanaannya ditemukan berbagai permasalahan. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, ditawarkan solusi sebagai berikut.

1. Pemberian informasi tentang cara membuat olahan makanan puding kulit kacang.
2. Pemberian informasi tentang pemanfaatan limbah kulit kacang untuk hiperkolesterolemia, hiperurisemia, dan diabetes.
3. Pemberian informasi tentang pembuatan puding kulit kacang sebagai olahan makanan menurunkan kadar kolesterol, asam urat, dan glukosa darah.

Bab 3

Metodologi Pelaksanaan

3.1 Persiapan Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan dengan sosialisasi atau penyuluhan mengenai pengenalan kulit kacang tanah dan asam urat kepada masyarakat yang kemudian akan dilanjutkan pengajaran teori lebih lanjut dengan menggunakan media poster. Penyuluhan dilakukan dengan menaati aturan protokol kesehatan Covid-19.

Persiapan:

1. Melakukan koordinasi pelaksanaan kegiatan di warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya.
2. Mempersiapkan materi tentang hiperkolesterolemia, hiperurisemia, dan diabetes.
3. Pemanfaatan limbah kulit kacang sebagai olahan makanan.
4. Pembuatan puding kulit kacang sebagai olahan makanan yang mempunyai manfaat kesehatan.
5. Pemeriksaan kadar kolesterol, asam urat, dan glukosa darah setelah mengkonsumsi olahan makanan puding kulit kacang sebagai pemantauan khasiat kulit kacang dan pemantauan kesehatan warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya.

3.2 Teknik Pengumpulan, Pengolahan, dan Analisis Data

Sumber data pada kegiatan ini adalah data primer, yaitu berupa hasil pemeriksaan asam urat ketika kegiatan berlangsung. Teknik pengumpulan data dalam kegiatan sosialisasi maupun pengajaran teori dilakukan dengan studi dokumentasi berdasarkan data dari jurnal maupun buku yang relevan dan faktual serta terdapat dokumentasi rangkaian kegiatan yang dilakukan. Teknik pengumpulan data dalam kegiatan pemeriksaan kolesterol, asam urat yaitu secara observasi hasil pemeriksaan sesudah pemberian puding kulit kacang.

3.3 Tahapan Kegiatan

Tahapan pelaksanaan kegiatan yakni sebagai berikut:

1. Penerapan kegiatan sesuai protocol kesehatan Covid-19

Peserta yang merupakan ibu-ibu PKK sejumlah 20 orang diharapkan melakukan kegiatan dari awal hingga akhir dengan menerapkan protokol kesehatan Covid-19, yaitu dengan penggunaan masker, pemberian *handsanitizer*, pengecekan suhu dengan hasil suhu tubuh dibawah 37,5°C. Kemudian menempati kursi yang telah diberi jarak 1 meter dari kursi yang lain.

2. Sosialisasi

Tahap penyuluhan mencakup pengenalan kulit kacang tanah yang dapat diolah menjadi puding kulit kacang. Tahap ini sebagai gambaran awal pengenalan olahan makanan puding kulit kacang untuk meningkatkan minat masyarakat mengonsumsi olahan makanan puding dengan memanfaatkan limbah kulit kacang tanah sebagai alternatif pengobatan bagi penderita kolesterol, asam urat, dan glukosa darah.

3. Pengajaran

Tahap pengajaran dilakukan dengan tujuan untuk memberikan pemahaman secara teori kepada masyarakat mengenai manfaat olahan makanan puding kulit kacang terhadap pengendalian kadar asam urat dengan media poster kepada warga melalui pendekatan berfokus pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Peningkatan pengetahuan masyarakat dengan mengikuti kegiatan ini, dapat dilihat dari aspek kognitif yaitu masyarakat memahami, menerapkan, menganalisis, dan melakukan penilaian atau evaluasi terhadap suatu informasi tentang manfaat puding kulit kacang. Peningkatan aspek afektif warga dilihat dari masyarakat memberikan sikap respon tentang puding kulit kacang. Sedangkan, peningkatan aspek psikomotor masyarakat dilihat dari antusias warga untuk mengaplikasikan informasi yang telah diterima dalam kegiatan penyuluhan.

4. Pemeriksaan kolesterol, asam urat, dan glukosa post-prandial

Pemeriksaan kolesterol, asam urat, dan glukosa darah dengan alat POCT (*point of care testing*) sesudah pemberian puding kulit kacang.

5. Pemberian olahan makanan puding kulit kacang

Pada tahap ini, masyarakat akan diberikan produk olahan makanan puding kulit kacang kemudian akan dilaksanakan uji organoleptis berupa uji tampilan warna, bentuk, rasa, dan aroma.

6. Pemeriksaan menggunakan alat POCT (*point of care testing*)

Alat dan bahan: POCT GCU, device dan strip kolesterol, asam urat dan glukosa, autoclick, lancet, alkohol swab, serta kapas.

Tata cara dalam pemeriksaan kolesterol, asam urat, glukosa darah: bersihkan jari yang akan ditusukan jarum dengan menggunakan alkohol swab. Memilih ukuran hentakan jarum pada saat penusukan pada jari. Tusukan jarum kepada jari yang telah dibersihkan. Hapus darah pertama yang keluar pertama dengan kapas kering. Meneteskan darah pada zona reaksi tes strip dan tunggu beberapa saat hingga hasil kadar kolesterol tersebut muncul. Teknik pemeriksaan ini

juga sama dengan pemeriksaan asam urat dan glukosa darah.

3.4 Pencapaian Tujuan Program

1. Memberikan informasi pada warga tentang tentang hiperkolesterolemia, hiperurisemia, dan diabetes.
2. Memberikan informasi pada warga tentang pemanfaatan limbah kulit kacang sebagai olahan makanan.
3. Memberikan informasi pada warga tentang cara pembuatan puding kulit kacang.
4. Memberikan informasi pada warga tentang hasil pemeriksaan kadar kolesterol, asam urat, dan glukosa darah setelah mengonsumsi puding kulit kacang.

3.5 Lama Pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan dalam waktu 3 bulan.

3.6 Peserta

Mitra adalah warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya sebanyak 30 orang.

3.7 Evaluasi Kegiatan

Adanya kuesioner dan hasil pemeriksaan warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya.

Bab 4

Hasil dan Target yang Dicapai

4.1 Hasil Kegiatan

4.1.1 Hasil Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Dasar Masyarakat

Jumlah warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya yang didata sebagai responden akan dilakukan pemeriksaan darah sebanyak 26 responden dengan jenis kelamin sebanyak 7 laki-laki dan 19 perempuan. Pemeriksaan yang dilakukan setelah warga mengonsumsi makanan puding kulit kacang dan mendapat penyuluhan tentang manfaat kulit kacang yang dapat digunakan sebagai makanan puding yang bermanfaat untuk makanan pengendali kadar kolesterol, asam urat, dan glukosa. Pemeriksaan yang dilakukan berupa pemeriksaan kadar kolesterol, asam urat, dan kadar glukosa menggunakan metode POCT.

Hasil pemeriksaan kolesterol setelah mengonsumsi puding kulit kacang yaitu rata-rata dalam batas normal, kadar kolesterol sebanyak 7 orang dalam batas normal sedangkan 19 orang dalam kadarnya di atas nilai normal. Pemeriksaan tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa dari 26 responden mendapati kadar kolesterol dalam batas normal sebanyak 26,9%.

Hasil pemeriksaan asam urat setelah mengonsumsi puding kulit kacang yaitu rata-rata dalam batas normal, kadar asam urat sebanyak 18 orang dalam batas normal sedangkan 8 orang dalam kadarnya di atas nilai normal. Pemeriksaan tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa

dari 26 responden mendapati kadar asam urat dalam batas normal sebanyak 69.2%.

Hasil pemeriksaan glukosa darah setelah mengonsumsi puding kulit kacang yaitu rata-rata dalam batas normal, kadar glukosa darah sebanyak 19 orang dalam batas normal sedangkan 7 orang dalam kadarnya di atas nilai normal. Pemeriksaan tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa dari 26 responden mendapati kadar glukosa dalam batas normal sebanyak 73.1%.

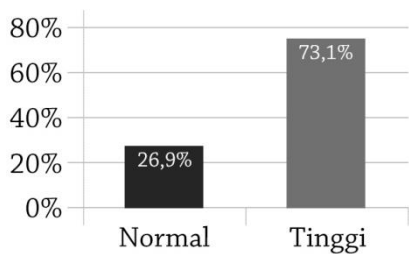
Data hasil Hasil pemeriksaan kesehatan dasar warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.1: Data Hasil Pemeriksaan Kolesterol

Pemeriksaan		Jumlah (Orang)	Persentase (%)
Kolesterol	Normal	7	26,9
	Tinggi	19	73,1

Gambar 4.1: Data Hasil Pemeriksaan Kolesterol

Data Hasil Pemeriksaan Kolesterol

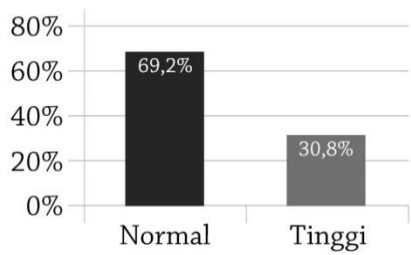


Tabel 4.2: Data Hasil Pemeriksaan Asam Urat

Pemeriksaan		Jumlah (Orang)	Persentase (%)
Kolesterol	Normal	18	69,2
	Tinggi	8	30,8

Gambar 4.2: Data Hasil Pemeriksaan Asam Urat

Data Hasil Pemeriksaan Asam Urat

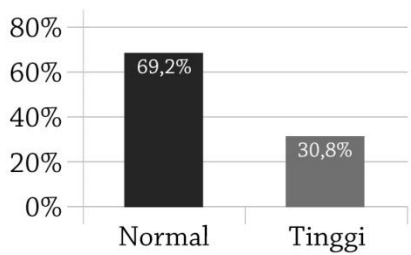


Tabel 4.3: Data Hasil Pemeriksaan Glukosa

Pemeriksaan		Jumlah (Orang)	Persentase (%)
Kolesterol	Normal	18	69,2
	Tinggi	8	30,8

Gambar 4.3: Data Hasil Pemeriksaan Glukosa

Data Hasil Pemeriksaan Asam Urat



4.1.2 Kegiatan Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan dilakukan setelah mengonsumsi puding kulit kacang. Setelah mendapatkan hasil pemeriksaan warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya, selanjutnya warga mendapatkan penjelasan dan penyuluhan atas hasil laboratorium.

Penyuluhan tentang manfaat kulit kacang yang dapat diolah menjadi puding dan makanan yang dapat dikonsumsi oleh penderita hiperkolesterolemia, hiperurisemia, dan diabetes dari oleh Ibu Evy Diah Woelansari, M.Kes. dan Ibu Lully Hanni Endarini, M.Farm., Apt. dengan dibantu oleh 3 mahasiswa. Metode penyuluhan yang digunakan adalah ceramah dan tanya jawab. Ceramah berisi tentang bagaimana cara masyarakat dalam menerapkan pola hidup sehat dengan menumbuhkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup sesuai dengan program Kementerian Kesehatan, yaitu Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS).

Selain itu, disampaikan pula upaya pengendalian status kesehatan melalui pemeriksaan laboratorium mengenai kolesterol, asam urat, dan glukosa darah melalui pola hidup sehat, pola makan yang baik, dan mengonsumsi air putih secara teratur. Pola hidup yang baik adalah makan teratur, istirahat cukup, olahraga rutin, konsumsi air putih yang cukup serta tidak merokok, perbanyak sayuran sesuai yang dianjurkan, dan mengurangi konsumsi garam serta gula.

Warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya yang menghadiri kegiatan pengabdian masyarakat ini aktif bertanya seputar pembuatan puding kulit kacang tanah, hasil pemeriksaan laboratorium dan permasalahan kesehatan yang mereka alami kepada tim penyuluh. Responden yang hasil pemeriksaan laboratoriumnya melebihi atau kurang dari nilai normal pada pemeriksaan kolesterol, asam urat, dan glukosa darah oleh tim penyuluh juga menyarankan kepada masyarakat untuk memonitor kesehatan dengan memeriksakan diri ke puskesmas atau posyandu lansia.

4.1.3 Analisis Hasil Kegiatan

Hasil pemeriksaan tersebut di atas menunjukkan bahwa dari 26 responden, hasil pemeriksaan kadar kolesterol didapatkan hasil normal sebanyak 26,9%. Hasil pemeriksaan kadar asam urat didapatkan hasil normal sebanyak 69,2%. Hasil pemeriksaan kadar glukosa darah didapatkan hasil normal sebanyak 73,1%. Hal ini kemungkinan adanya kulit kacang tanah dalam ekstrak etanol mengandung senyawa flavonoid yang dapat digunakan sebagai obat untuk penyakit hiperurisemia dan diabetes.

Namun pada pemeriksaan kadar kolesterol belum menunjukkan hasil yang signifikan kemungkinan warga tidak meleakaukan puasa terlebih dahulu sehingga kadar kolesterol dapat dipengaruhi oleh makanan yang dikonsumsi. Meskipun dalam penelitian telah terbukti bah-

wa kulit kacang tanah (*Arachis hypogaea* L.) mengandung polifenol, saponin, dan serat secara empiris dapat dimanfaatkan untuk menurunkan kadar kolesterol darah. Warga yang mengalami kadar kolesterol, asam urat, dan glukosa darah meningkat disarankan untuk mengonsumsi makanan yang sehat dan aman serta selalu berperilaku hidup sehat dengan berolahraga untuk meningkatkan derajat hidup sehat warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya.

4.1.4 Faktor Pendorong

Dalam rangka mencapai tujuan pembangunan kesehatan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan secara terpadu oleh dosen dan mahasiswa Jurusan Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Surabaya sebagai wujud pelaksanaan tridarma perguruan tinggi. Untuk memberikan motivasi dan dukungan upaya pengendalian status kesehatan melalui pemeriksaan laboratorium kepada masyarakat agar tumbuh kesadaran, kemauan, dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup.

4.1.5 Faktor Kendala

Faktor kendala pemeriksaan kesehatan yang dilaksanakan di warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya adalah pandemi yang terjadi

dikarenakan adanya virus Covid-19 yang menyebabkan terganggunya pelaksanaan pengabdian masyarakat mandiri. Banyaknya kasus kesehatan yang terjadi di masyarakat belum tertangani pada kegiatan ini, sehingga perlu diadakan kegiatan yang berkelanjutan agar tujuan pembangunan di bidang kesehatan tercapai.

4.2 Target

Target yang dicapai melalui kegiatan ini ialah:

1. Peningkatan pengetahuan tentang hiperkolesterolemia, hiperuresemia, dan diabetes.
2. Monitoring kesehatan warga dengan pemeriksaan kadar kolesterol, asam urat, dan glukosa darah.
3. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan limbah kulit kacang sebagai olahan makanan.
4. Peningkatan nilai kemanfaatan kulit kacang menjadi olahan makanan puding yang memiliki manfaat kesehatan.

Bab 5

Simpulan dan Saran

5.1 Simpulan

Dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan pada warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya setelah mengonsumsi makanan olahan puding kulit kacang, didapatkan hasil pemeriksaan dari 26 responden yaitu kadar kolesterol dalam batas normal sebanyak 26,9%, kadar asam urat dalam batas normal sebanyak 69,2%, dan kadar glukosa darah dalam batas normal sebanyak 73,1%.

5.2 Saran

Untuk meningkatkan derajat hidup sehat warga RT 09 RW VIII Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya masyarakat yang memiliki hasil laboratorium melebihi dari normal disarankan untuk mengurangi konsumsi makanan tinggi purin, berlemak, gula tinggi, dan konsumsi sayur-sayuran hijau, istirahat yang cukup dan banyak minum air putih dan diet karbohidrat, serta selalu berperilaku hidup sehat dengan berolahraga.

Bab 6

Peta Lokasi

Gambar 6.1: Lokasi RT 09 RW VIII
Kelurahan Mojo Kecamatan Gubeng Surabaya



Daftar Pustaka

- American Diabetes Association (2014) "Diagnosis and Classification of Diabetes Mellitus". *Diabetes Care*, 37(1), pp. 81-90. doi: 10.2337/dc14-S081.
- Arisandi, D., Fatimah, S., and Abubekar, H. (2017) "Analisis Kadar Glukosa pada Pralansia di Padukuhan Papringan Depok Sleman Yogyakarta". pp. 978-979.
- Dewoto, R. H. (2007) Pengembangan Obat Tradisional Indonesia Menjadi Fitofarmaka. *Majalah Kedokteran Indonesia*, Vol 57, No. 7, 205-211.
- Setyorini, S. D. and Yusnawan, E. (2016) "Peningkatan Kandungan Metabolit Sekunder Tanaman Aneka Kacang sebagai Respon Cekaman Biotik The Increase of Secondary Metabolite in Legumes as a Response of Biotic", *Iptek Tanaman Pangan*, Vol. 11 (Metabolit Sekunder pada Kacang), pp. 167-174.
- Suyono, S., Waspadji, S., and Soegondo, S. (2015) Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia 2011, Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences. doi: 10.1017/CBO9781107415324.004.
- Utami, L. N. S., Leliqia, N. P. E., and Swastini, D. A. (2014). "Pengaruh Pemberian Ekstrak Etanol Kulit Kacang Tanah (*Arachis hypogaeae* L.) dengan Metode Maserasi Panas Terhadap Profil Lipid Tikus Sprague Dawley Diet Lemak Tinggi". *Unud*, Vol. 3 No. 2.

Fransiska A., Kusmiyati D.K., and Yekti W. (2014).

Perbedaan Pengaruh Asupan Kacang Tanah (*Arachis hypogaea L.*) Rebus dan Panggang terhadap Kadar Asam Urat dalam Darah pada Wanita Dislipidemia. *Journal of Nutrition College*, Vol. 3, No. 2.

Dokumentasi





Biodata Ketua Pelaksana Pengabdian Masyarakat Insidental

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap	Evy Diah Woelansari, S.Si., M.Kes.
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Lektor
4	NIP	197501212000032001
5	NIDN	4021017501
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Surabaya, 21 Januari 1975
7	E-mail	evydiahw@yahoo.com
8	Nomor HP	089611897612/08121670912
9	Alamat Kantor	Jl. Karangmenjangan 18 A Surabaya
10	Mata Kuliah yang diampu	1. Imunologi 2. Hematologi 3. Transfusi darah

B. Riwayat Pendidikan

Jenjang	S-1	S-2
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Adi Buana	Universitas Airlangga
Bidang Ilmu	Biologi	Imunologi
Tahun Masuk-Lulus	2002-2006	2007-2009

C. Pengalaman Penelitian dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul	Pendanaan	
1	2013	Rimpang Jahe (<i>Zingiberis rhizomae roxb</i>) Terhadap Kadar Protein Ikan Kembung (<i>Rastrelliger kanagurta</i>)	Mandiri	5.000.000
2	2014	Insidensi Infeksi Treponema Pallidum pada Wanita Pasangan Usia Subur	Risbinakes	12.000.000

3	2016	Faktor <i>Error Rate</i> pada Pemeriksaan Mikroskopis Malaria Mahasiswa di Jurusan Analisis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Surabaya	Mandiri	5.000.000
---	------	---	---------	-----------

D. Publikasi Artikel Ilmiah dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Vol/No/Th
1	Antimikroba Rimpang Temu Giring (<i>Curcuma heyneana</i> & <i>Zipp</i>) terhadap Limfosit Mencit yang Diinfeksi E.coli	Prosiding Seminar Nasional Kesehatan 2016 ISBN: 978-602-60579-14	2016
2	<i>Prevalence Sexual Transmitted Infection (HIV and Syphilis) Among Men Who Have Sex With Men (Msm) in Surabaya</i>	Prosiding International Conference On Health Polytecnic Surabaya	2016
3	Hubungan Hasil Pemeriksaan NS1, IGG-VD, IGM-VD Dengue Metode Immunokromatografi Test dengan Trombositopenia Pasien Infeksi Dengue	Prosiding Munas VIII Temu Ilmiah XX Patelki 2017	2017
4	Pengaruh Perasan Kunyit Putih (<i>Curcuma zedoaria</i>) Terhadap Jumlah Limfosit Pada Mencit (<i>Mus musculus</i>) yang Diinduksi Vaksin Hepatitis B	Teknologi Laboratorium MedikSains	Vol 06 No 01, Edisi Juni 2017 ISSN: 2302-3635
5	Pengaruh Pemberian Sari Buah Mentimun (<i>Curcumis sativus</i>) Terhadap Kadar Glukosa Darah pada Mencit (<i>Mus musculus</i>)	Teknologi Laboratorium MedikSains	Vol 06 No 02, Edisi Desember 2017

E. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral & Poster Presentation) dalam 5 Tahun Terakhir

No	Nama Pertemuan Ilmiah	Judul Artikel	Waktu dan Tempat
-	-	-	-

F. Karya Buku dalam 5 Tahun Terakhir

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
-	-	-	-	-

G. Perolehan HAKI dalam 5-10 Tahun Terakhir

No	Judul/Tema	Tahun	Jenis	No. P/ID
1	Potensi Ekstrak Jintan Hitam (<i>Nigella sativa</i> L) Terhadap Proliferasi Limfosit Tikus Wistar yang Diinduksi Vaksin Hepatitis B			

