



UNTAR
Universitas Tarumanagara



UNTAR untuk INDONESIA

E-ISSN: 2808-3199



Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat 2021

PROSIDING



**Seminar Nasional Hasil Penelitian dan
Pengabdian kepada Masyarakat**

**"PENGEMBANGAN EKONOMI BANGSA
MELALUI INOVASI DIGITAL HASIL PENELITIAN
DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT"**

21 Oktober 2021

SEKRETARIAT

Lembaga Penelitian dan
Pengabdian kepada Masyarakat
Universitas Tarumanagara
Jl. Letjend. S. Parman No.1
Jakarta 11440

<http://senapenmas.untar.ac.id>



Didukung Oleh:



DEWAN REDAKSI

PROSIDING SEMINAR NASIONAL HASIL PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (SENAPENMAS) 2021 UNIVERSITAS TARUMANAGARA

ISSN:

Editor:

Carla Olivia Doaly, S.T.M.T.

Dr. Eng Titin Fatimah, S.T., M.Eng.

Dr. Keni, S.E., M.M.

Ade Adhari, S. H., M.H.

Editor Pelaksana:

Wulan Purnama Sari, S.IKom., M.Si.

Nafiah Solikhah, S.T., M.T.

Desain Sampul:

Anny Valentina, S.Sn., M.Ds.

Penerbit:

Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM)

Universitas Tarumanagara

Alamat Redaksi:

Jln. Letjen. S. Parman No. 1 Kampus I UNTAR, Gedung M, Lantai 5 Jakarta Barat

Telp: 021-5671747, ext.215

Email: dppm@untar.ac.id

HAK CIPTA

©2021 Universitas Tarumanagara

KOMITE ILMIAH

Prof. Dr. Eko Sedyono	Universitas Kristen Satya Wacana
Dr. Erwin Halim	Universitas Bina Nusantara
Henry Candra, Ph.D.	Universitas Trisakti
Ignatius Agung Satyawan, Ph.D.	Universitas Sebelas Maret
Dr. James Julian, ST, M.T.	UPN Veteran Jakarta
Dr. Julisar	Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Trisakti
Dr. L. V. Ratna Devi S.	Universitas Sebelas Maret
Dr. Lita Tyesta A.L.W., S.H. M.Hum	Universitas Diponegoro
Dr. Puji Lestari Suharso	Universitas Indonesia
Dr. Ir. Reda Rizal	UPN Veteran Jakarta
Dr. Retno Dyah Kusumastuti	UPN Veteran Jakarta
Sri Lestari Wahyuningroem, MA, Ph.D	UPN Veteran Jakarta
Dr. Weny Savitry Pandia Sembiring	Universitas Katolik Atma Jaya
Dr. Ir. Wibawa Prasetya, M.M.	Universitas Katolik Atma Jaya
Prof. Dr. Agustinus Purna Irawan	Universitas Tarumanagara
Prof. Dr. Carunia Mulya Firdausy	Universitas Tarumanagara
Prof. Leksmono Suryo Putranto, Ph.D.	Universitas Tarumanagara
Prof. Mella Ismelina F Rahayu	Universitas Tarumanagara
Dr. Ahmad Redi	Universitas Tarumanagara
Dr. dr. Arlends Chris, S.Ked, MSi.	Universitas Tarumanagara
Dr. Eddy Supriyatna Mz	Universitas Tarumanagara
Dr. Ir. Endah Setyaningsih	Universitas Tarumanagara
Dr. Ir. Fermanto Lianto, M.T.	Universitas Tarumanagara
Dr. Fransisca Iriani R Dewi	Universitas Tarumanagara
Harto Tanujaya, Ph.D.	Universitas Tarumanagara
Dr. Hetty Karunia Tunjungsari	Universitas Tarumanagara
Jap Tji Beng, Ph.D.	Universitas Tarumanagara
Dr. Keni	Universitas Tarumanagara
Lina, Ph.D.	Universitas Tarumanagara
Dr. dr. Meilani Kumala	Universitas Tarumanagara
Dr. Rasji	Universitas Tarumanagara
Dr. Riris Loisa	Universitas Tarumanagara
Sri Tiatri, Ph.D.	Universitas Tarumanagara
Dr. Eng. Titin Fatimah	Universitas Tarumanagara
dr. Velma Herwanto, SpPD, PhD, FINASIM	Universitas Tarumanagara

STEERING COMMITTEE DAN PANITIA PELAKSANA SENAPENMAS 2021

Pelindung

Prof. Dr. Agustinus Purna Irawan, S.T., M.T., I.P.M., ASEAN Eng. (Rektor Universitas Tarumanagara)
Dr. Rasji, S.H., M.H. (Wakil Rektor I Universitas Tarumanagara)

Penanggung Jawab

Jap Tji Beng, Ph.D. (Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat)

Pengarah

Sri Tiatri, Ph.D., Psi. (Fakultas Psikologi)
Dr. Fransisca Iriani R. Dewi, M.Si. (Fakultas Psikologi)
Dr. Ir. Endah Setyaningsih, M.T. (Fakultas Teknik)
Dr. Hetty Karunia Tunjungsari, S.E., M.Si. (Fakultas Ekonomi dan Bisnis)

Ketua

Nafiah Solikhah, S.T., M.T. (Fakultas Teknik)

Sekretaris

Wulan Purnama Sari, S.IKom., M.Si. (Fakultas Ilmu Komunikasi)

Bendahara

Mei Ie, S.E., M.M. (Fakultas Ekonomi dan Bisnis)

Sie Makalah

Carla Olivia Doaly, S.T., M.T. (Fakultas Teknik)
Dr. Eng Titin Fatimah, S.T., M.Eng. (Fakultas Teknik)
Dr. Keni, S.E., M.M. (Fakultas Ekonomi dan Bisnis)
dr. Velma Herwanto, SpPD, PhD, FINASIM (Fakultas Kedokteran)
Ade Adhari, S. H., M.H. (Fakultas Hukum)
Ir. Budhi Martana, M.M. (Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta)
M. Ikhsan Amar, S.Gz. M.Kes (Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta)
Sri Hapsari Wijayanti., S.S., M.Hum. (Unika Atma Jaya Jakarta)

Sie Acara

Nadia Rahma Lestari, S.T., M.Sc. (Fakultas Teknik)
Henny, S.E., M.Si., Ak., BKP., CA. (Fakultas Ekonomi dan Bisnis)
Dra. Rodhiah, M.M. (Fakultas Ekonomi dan Bisnis)

Sie Publikasi & Website

A.R. Johnsen F. (Fakultas Teknologi Informatika)

Sie Disain

Anny Valentina, S.Sn., M.Ds. (Fakultas Seni Rupa dan Desain)

Sie Sponsorship & Co-Host

Herlina Budiono, S.E., M.M. (Fakultas Ekonomi dan Bisnis)

Sie Dokumentasi

Agustinus Yulianto (PSB)

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
DEWAN REDAKSI	iii
KOMITE ILMIAH	iv
STEERING COMMITTEE DAN PANITIA PELAKSANA SENAPENMAS 2021	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii

ABDIMAS

PELATIHAN PEMBUATAN <i>HAND SANITIZER</i> OTOMATIS DENGAN <i>TRANSISTOR SWITCHING</i> Meirista Wulandari dan Suraidi	1-8
PELATIHAN KONSEP PEMASARAN DALAM RANGKA OPTIMALISASI PEMASARAN PRODUK KHAS TAMIYANG Henky Lisan Suwarno, Yolla Margaretha, Chandra Kuswoyo, Rully Arlan Tjahjadi, Allen Kristiawan	9-16
STRATEGI <i>COPING</i> DALAM MENGELOLA DAMPAK PSIKOLOGIS PANDEMI PADA MASYARAKAT PERKOTAAN Rahmah Hastuti	17-24
PENTINGNYA MENGETAHUI PERBEDAAN HARGA POKOK PENJUALAN PERUSAHAAN DAGANG DAN MANUFAKTUR Sofia Prima Dewi dan Jocevina Angela	25-34
PELATIHAN STRATEGI PEMASARAN <i>ONLINE</i> DALAM RANGKA OPTIMALISASI PEMASARAN PRODUK KHAS TEMIYANG Yolla Margaretha, Asni Harianti, Nur, Maya Malinda, Andre Sunjaya	35-42
EDUKASI GAYA KEPEMIMPINAN TRANSFORMASIONAL TERHADAP BUDAYA KERJA BAGI OSIS SMK MUTIARA BANGSA TIGA Herlina Budiono, Steven, Vanessa Angelica Budiono dan Yosafat Raymond	43-50
PEMBERDAYAAN KELUARGA DALAM PENGONTROLAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI PADA MASA PANDEMIK COVID-19 DI PUSKESMAS LIMO DEPOK Mila Citrawati, Citra Ayu Aprilia, Yanti Harjono dan Diana Agustini	51-56
PELATIHAN MENDENGAR AKTIF UNTUK GURU DI SEKOLAH NON-FORMAL X Serly Oktavia, Margaretha Purwanti	57-66
IMPLEMENTASI SISTEM INFORMASI PENGGAJIAN KEPEGAWAIAN	

BERBASIS WEBSITE PADA KANTOR DESA SUKAMEKAR BEKASI JAWA BARAT

Zyad Rusdi, Wasino, Chairisni Lubis, Jeanny Praganta 67-74

**PENINGKATAN PERAN REMAJA DI SMAN 1 BEKASI
DALAM OPTIMALISASI *NEW NORMAL* MELALUI DESAIN INFOGRAFIS
PROGRAM VAKSINASI**

Sri Wahyuningsih, Agneta Irmarahayu, Mila Citrawati 75-80

SAUNG BAMBU KOMPOSIT DENGAN SAMBUNGAN PELAT BUHUL

Widodo Kushartomo, Henny Wiyanto, Dewi Linggasari, Arianti Sutandi 81-88

**ASSESSMENT PENELUSURAN KARIR AKADEMIK BERDASARKAN
KESESUAIAN PERSEPSI BAKAT DAN MINAT DI SEKOLAH MENENGAH
ATAS KANAAN JAKARTA**

Debora Basaria dan P.Tommy.Y.S.Suyasa 89-98

**PEMBINAAN USAHA MANDIRI BAGI ANGGOTA KOPERASI BINA CIPTA
USAHA DI DESA LEMBANG, KECAMATAN LEMBANG, KABUPATEN
BANDUNG BARAT**

I Gede Adiputra 99-106

**PENINGKATAN PENGETAHUAN MENGENAI PEMANFAATAN PLATFORM
DIGITAL DALAM MENJALANKAN USAHA UMKM JAMBI**

Viny Christanti M. 107-118

**PENGUNAAN SOSIAL MEDIA DALAM MENINGKATKAN USAHA UMKM
JAMBI DI TENGAH PANDEMI**

Viny Christanti M. 119-128

**IMPLEMENTASI SISTEM INFORMASI PENGGAJIAN KEPEGAWAIAN
BERBASIS WEBSITE PADA KANTOR DESA SUKAMEKAR BEKASI JAWA
BARAT**

Zyad Rusdi, Wasino, Chairisni Lubis, Jeanny Praganta 129-136

**PENCEGAHAN DAN PENANGGULANGAN PERKAWINAN ANAK BAGI
REMAJA DAN KARANG TARUNA KELURAHAN LIMO
KOTA DEPOK**

Kayus Kayowuan Lewoleba, Mulyadi, Satino, Liva Wadillah 137-144

**PENINGKATAN PENGETAHUAN PETERNAK TERHADAP PENYAKIT DAN
KEBUNTINGAN KELINCI DI KELOMPOK TERNAK SUMBER REJEKI KOTA
KEDIRI**

Mubarak Akbar, Efi Rokhana, Diah Arie 145-154

**PENDAMPINGAN PENYUSUNAN LAPORAN KEUANGAN PADA UMKM
BERDASARKAN SAK EMKM PADA UD. BUDI SUKSES MANDIRI**

Herni Kurniawati, Fanny Andriani Setiawan, Vidyarto Nugroho, Aurelia Winetha Halim	155-162
PENINGKATAN PEMAHAMAN KEPADA CALON JAKSA TERHADAP KEBIJAKAN HUKUM PIDANA DI BIDANG LINGKUNGAN HIDUP	
Ade Adhari, Neysa Tania, Hans Poliman	163-170
PELATIHAN ADMINISTRASI DAN KEUANGAN BUMDES MAKMUR ANUGERAH LESTARI KOTA CIOMAS BOGOR – JAWA BARAT	
Irmawaty, Mailani Hamdani, Deni Surapto, Kurnia Endah Riana, Faridah Iriani	171-178
PELATIHAN ACCOUNTING SOFTWARE BAGI KARYAWAN WIRA MANDIRI MAKMUR	
Michelle Kristian dan Antonius S	179-182
MEMBINA HUBUNGAN YANG POSITIF ANTARA GURU DAN SISWA DI MASA PANDEMI DI PKBM X, BOGOR	
Hana Talita Margijanto dan Margaretha Purwanti	183-190
PENGENALAN DASAR KEWIRAUSAHAAN BERBASIS PASAR SASARAN BAGI SISWA KELAS X SMA TARSISIUS I JAKARTA	
Louis Utama, Calista Devana Suandi , Chandra Purnama dan Dimas Pratama	191-196
PELATIHAN SENSOR PASSIVE INFRA RED PADA APLIKASI LAMPU PENERANGAN UNTUK SISWA SMA CANDLE TREE	
Suraidi	197-202
PEMAHAMAN HIBAH DAN WASIAT SEBAGAI ALTERNATIF PENGELOLAAN HARTA PERKAWINAN KEPADA PELAYANAN KELUARGA EMAUS	
Benny Djaja dan Crusita Laurensia	203-210
EDUKASI PEMAHAMAN HUKUM KESEHATAN DAN PENCEGAHAN PENULARAN COVID-19 DI KLINIK CAHAYA KEMANG KABUPATEN BOGOR	
Isniani Ramadhani, Putra Sang Fajar, Erna Harfiani, Ratna Puspita	211-220
PENYUSUNAN LAPORAN KEUANGAN	
Merry Susanti dan Benita Anastasia	221-226
PERMASALAHAN PINJAMAN ONLINE PADA MASA PANDEMI COVID-19	
Ida Kurnia, Alexander Sutomo, Cliff Geraldio	227-234
PELATIHAN PHOTOSHOP UNTUK PEMBUATAN LAPORAN PADA WORD DAN POWER POINT DI SMA TARSISIUS II JAKARTA	
Meirista Wulandari dan Suraidi	235-240
PENYUSUNAN LAPORAN ARUS KAS DENGAN METODE LANGSUNG	
Liana Susanto dan Kent Jonathan	241-246

<i>TESTIMONIE VERSUS DEFAMATION : EDUKASI BATASAN PENCEMARAN NAMA BAIK DAN PENDAPAT KONSUMEN DALAM MARKETPLACE</i> Putri Purbasari Raharningtyas Marditia dan Yasyfa Silmianra Hafizha	247-254
ANGGARAN SEBAGAI ALAT PERENCANAAN DAN PENGENDALIAN PADA PT FELIXINDO RUBBER BERKARYA Susanto Salim dan Raisa Frederika	255-262
PENERAPAN MESIN PENIRIS MINYAK (<i>SPINNER</i>) UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ABON LELE DI DESA SAMPORA Linda Wijayanti, Budi Kartadinata, Anthon de Fretes, Kumala Indriati, Brilliant Nicolas Budiman	263-270
TETAP BERUSAHA YANG TERBAIK DI MASA PANDEMI MELALUI PENERAPAN STRATEGI KOPING P. Tommy Y. S. Suyasa, Yenike Margaret Isak, Pramdigdy Sasliandri Priantama	271-278
EDUKASI MENGENAI ANEMIA DEFISIENSI BESI BAGI REMAJA PUTRI DENGAN MEDIA <i>LEAFLET</i> Angelita Afina Arif Putri, Amirah Salwa, Utami Wahyuningsih	279-288
PELATIHAN GURU SEKOLAH DASAR UNTUK MEMBANGUN KOMUNIKASI EFEKTIF DENGAN ORANG TUA SELAMA PEMBELAJARAN JARAK JAUH Carolina Dindy Dwi Miranti dan Agustina Hendriati	289-298
PELATIHAN KADER DALAM MELAKUKAN KONSELING SEDERHANA SEBAGAI DUKUNGAN SOSIAL UNTUK MENGELOLA POJOK CURHAT Evin Novianti ¹ , Diah Ratnawati ² , Duma Lumban Tobing	299-306
KESADARAN KUALITAS PEDAGANG KAKI LIMA DI MASA PANDEMIK Kartika Nuringsih dan Edalmen	307-314
PEMAPARAN MANFAAT <i>E-COMMERCE</i> UNTUK MEMBANTU KEGIATAN USAHA PARA PELAKU UMKM DI KOTA JAMBI Novario Jaya Perdana, Desella Chandra, Alivia Fitriani Amanto	315-320
EDUKASI ASPEK KEAMANAN DAN PENGENDALIAN DATA GUNA MEMBANGUN LITERASI DIGITAL BAGI PELAKU UMKM F.X. Kurniawan Tjakrawala dan Jamaludin Iskak	321-330
EDUKASI HIPERTENSI PADA LANSIA DI KELURAHAN PASIR PUTIH, DEPOK, JAWA BARAT Hesti Pembayun, Sintha Fransiske S., Siti Badriah	331-340
PELATIHAN PEMBUKUAN UMKM DI DESA SAMPORA Melisa Mulyadi, Kumala Indriati, Wibawa Prasetya, Sandra Octaviani, Fransiska	

Anna	341-346
PENYULUHAN PENCEGAHAN <i>STUNTING</i> PADA IBU BADUTA DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS PASIR PUTIH	
Hana Nabila N. , Sintha Fransiske S., dan Siti Badriah	347-352
ALTERNATIF <i>VARIABLE COSTING</i> SEBAGAI PENENTUAN HARGA PRODUK PADA IWAI <i>CAKE & BAKERY</i>	
Linda Santioso	353-362
CEGAH <i>STUNTING</i> PADA ANAK MELALUI GERAKAN IBU SADAR 1000 HPK	
Rokhaidah, Chandra Tri Wahyudi, Lima Florensia	363-370
PENGOLAHAN BUDI DAYA RUMPUT LAUT MENJADI AGAR-AGAR KERTAS UNTUK MITRA TANI DESA LONTAR	
P.J.Suranto, W.Sulistiyawati, S.Ginting	371-380
EDUKASI KADER KESEHATAN DALAM PENGELOLAAN PASIEN DIABETES MELITUS PADA MASA PANDEMIC COVID-19	
Santi Herlina, Duma Lumban Tobing, Evin Novianti	381-386
PENGEMBANGAN DESA WISATA DI DESA MOJOREJO, KECAMATAN KARANGMALANG, KABUPATEN SRAGEN	
Agung Satyawan, Addin Kurnia Putri, Andriko Sandria, Bintang Indra Wibisono, Lukman Fahmi, Rezza Dian Akbar	387-392
MANAJEMEN STRES PADA GURU YANG MENGAJAR ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI MASA PANDEMI COVID-19	
Pamela Hendra Heng ¹ , Jessica Chandhika ² , Nurhayati Silalahi	393-400
JAJAN CENIL (JAGA JANIN DENGAN CEGA ANEMIA IBU HAMIL) PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI KELURAHAN PASIR PUTIH DEPOK	
Sintha F Simanungkalit, Ikha Deviyanti Puspita, A'immatul Fauziah	401-406
PENDAMPINGAN BIOKONVERSI SAMPAH ORGANIK MELALUI BUDIDAYA MAGGOT DAN LELE di KAMPUNG BARU, DESA SAMPORA TANGERANG	
Wibawa Prasetya, Yanto, Christine Natalia, Agustinus Silalahi	407-416
EDUKASI DAN MITIGASI GEMPA PADA BANGUNAN	
Daniel Christianto, Sunarjo Leman, Alvira Nathania Tanika, Maria Kevinia Sutanto, Vriscilia Marcella	417-422
PENDAMPINGAN PEMANFAATAN GEOGEBRA DALAM MENGEKSPLORASI KARAKTERISTIK GRAFIK FUNGSI KUADRAT	

SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR

Mochamad Abdul Basir, Mohamad Aminudin, Nila Ubaidah, Imam Kusmaryono 423-428

PELATIHAN KEMAMPUAN *PUBLIC SPEAKING* DI SMAN 100 JAKARTA

Septia Winduwati dan Lusya Savitri Setyo Utami 429-436

MEMILIH PROGRAM STUDI DI PERGURUAN TINGGI BERBASIS POTENSI SISWA

Sarwo Edy Handoyo dan Herlin Tundjung Setijaningsih 437-446

PENERAPAN PEMBELAJARAN *ONLINE* INTERAKTIF MENGENAI TEKNIK INFORMATIKA DAN MULTIMEDIA KEPADA SISWA SMA KALAM KUDUS JAKARTA

Darius Andana Haris, Carlene Lim, Natalicia Margatan 447-454

PELATIHAN MESIN PENIRIS BAGI PENGRAJIN JAMU TRADISIONAL DI TANJUNG DUREN GROGOL JAKARTA BARAT

Sobron Lubis, Silvester Lam, Alifya Putri Askolani, Silvi Ariyanti 455-464

PENERAPAN HIDUP SEHAT MELALUI PENYULUHAN OLAHRAGA DALAM KEHIDUPAN SEHARI HARI

Susy Olivia Lontoh dan Yemima Graciela 465-470

JURNAL AKUNTANSI PADA PERUSAHAAN DAGANG

Sufiyati dan Carol Gandawidjaja 471-476

PENGATURAN MENGENAI SATWA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN POTENSI PANDEMI DI MASA DEPAN

Suwinto Johan 477-486

Pengenalan Akuntansi Berdasarkan SAK EMKM kepada Siswa-Siswi SMA Kristen Almasih

Widyasari dan Vanessa Jonathan 487-494

PENGETAHUAN PAJAK KEPADA SISWA-SISWI SMA KRISTEN ALMASIH

Nataherwin dan Elyn Mareni 495-502

ASUPAN GIZI SEIMBANG TINGKATKAN IMUNITAS TUBUH SAAT PANDEMI COVID-19

Alexander Halim Santoso dan Sung Chian 503-508

PELATIHAN PENERAPAN METODE FIFO DALAM MENILAI PERSEDIAAN KEPADA SISWA-SISWI SMA HARAPAN JAYA

Yanti dan Timothy Brian Kurniawan 509-514

MENCEGAH PENULARAN TB PARU DI MASA PANDEMI COVID-19 BAGI PENGUNJUNG PUSKESMAS LEGOK, TANGERANG, BANTEN

Ernawati, Andreas Adiwinata Then, Irwan Surya Angkasa, Kevina Liora, Yuli Nursela	515-522
 PELATIHAN PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN BERBASIS <i>LEARNING MANAGEMENT SYSTEM</i> BAGI GURU DI ERA PENDIDIKAN JARAK JAUH	
Muhammad Rif'an, Ermi Media's, Aulia Sabrina, Siska Lestari	523-528
 PELATIHAN AKUNTANSI PERPAJAKAN PADA CV AMADEUS JAYA MAKMUR	
Viriany, Monica Agatha, Kinaya Arung Laby	529-536
 SOSIALISASI PPH UMKM BAGI ANAK REMAJA DI JAKARTA BARAT	
Yuniarwati dan Andrian	537-544
 PENGELoAAN DIRI DI MASA PANDEMI PADA USAHA MIKRO, KECIL, DAN MENENGAH (UMKM)	
Roswiyani Roswiyani dan Jennifer Amanda	545-552
 KEGIATAN MENGASAH KEMAMPUAN <i>PUBLIC SPEAKING</i> DAN PRESENTASI <i>ONLINE</i> PADA MAHASISWA UNIVERSITAS TARUMANAGARA	
Roswita Oktavianti	553-558
 MENINGKATKAN PENDAPATAN MASYARAKAT SAAT PANDEMI MELALUI PENATAAN PASAR TRADISIONAL (PASAR BSI, BOGOR TIMUR)	
JM. Joko Priyono Santoso, Yuwono	559-568
 ANALISIS BIAYA PT. ARTHA TRIMITRA EXPOTAMA	
Henryanto Wijaya, Ivana Michellin, Christopher Elihu Billy Morgan, Kelly Rich	569-574
 PELATIHAN PENYUSUNAN LAPORAN KEUANGAN PERUSAHAAN DAGANG SISWA SMA KATOLIK St. KRISTOFORUS	
Agustin Ekadjaja, Natasha Claudia Darmawan, Amelya	575-582
 <i>SEARCH ENGINE OPTIMIZATION – SUB-MODUL KEYWORD PLANNER: DIGITAL MARKETING</i> UNTUK ORGANISASI NIR-LABA	
Julisar, Dicky Supriatna, Ian Nurpatia Suryawan	583-592
 PELATIHAN PENYUSUNAN JURNAL PENYESUAIAN PERUSAHAAN DAGANG	
Rosmita Rasyid, Cyndy Sutanto, Shannen Evelyn Yacub	593-598
 PELATIHAN PENDIDIKAN KARAKTER BAGI GURU-GURU MELALUI METODE <i>CODING</i> BERBASIS <i>STEAM</i>	
Meiske Yunithree Suparman, Ninawati, dan Kurnia Setiawan	

	599-604
PENINGKATAN KESADARAN “SINDROM SARANG KOSONG”: MENJEMBATANI KESENJANGAN ORANG TUA DENGAN REMAJA Anastasia Dina Renata, Clarissa Febiola Pangestu, Etheldreda Videntes Stellam Hermawan, Kelsent Jusan, Vanissa Thalia, Yohana Ratrin Hestyanti	605-612
KANKER PARU, FAKTOR RISIKO DAN PENCEGAHANNYA Sony Sugiharto, Rahel Abigael Putri Sabatini Simanjuntak, Olivia Larissa	613-620
PENINGKATAN PENGETAHUAN KESEHATAN MELALUI EDUKASI PENATALAKSANAAN KEGAWATDARURATAN Alya Dwiana, Decven Angela, Agnes Marcella	621-626
PENINGKATAN PENGETAHUAN KESEHATAN MELALUI EDUKASI RESUSITASI JANTUNG PARU David Limanan, Elizabeth Katherine Tanzil, Erick Giofransisco Tenis	627-632
PELATIHAN DAN PEDAMPINGAN PELAKSANAAN <i>BASIC LIFE SUPPORT</i> DI KALANGAN REMAJA Triyana Sari, Raynold Kaiser Gusti, Jihan Putri Allyssa	633-638
PEMBERDAYAAN CIVITAS AKADEMIKA PERGURUAN TINGGI UNTUK MEMBERIKAN SANTUNAN KE PANTI ASUHAN DI JAKARTA Richard Andrew dan Michelle Claudia	639-646
PENYULUHAN KESEHATAN REHABILITASI MEDIK PASCA COVID 19 Tjie Haming Setiadi dan Tania Yumna Dzahabiyyah	647-654
EDUKASI PENINGKATAN INFORMASI MENGENAI PENYAKIT HIPERTENSI PADA MASA PANDEMI COVID-19 Novendy, Shynta Amelia, Wilson Kristianus, Susy Olivia Lontoh	655-660
PENINGKATAN PROMOSI KESEHATAN MELALUI EDUKASI PENCEGAHAN PENYAKIT DEMAM BERDARAH Enny Irawaty, Winnie Arnissa Chen, Gabriela Miracle	661-668
PROGRAM EDUKASI KESEHATAN UNTUK PENINGKATAN PENGETAHUAN TERKAIT PENYAKIT DEMAM BERDARAH Ria Buana, Cindy Damara, Celine Cornelia	669-676
PENYULUHAN OLAHRAGA DAN AKTIVITAS FISIK DALAM PENGATURAN TEKANAN DARAH PADA PANDEMI COVID-19 Susy Olivia Lontoh, Alvin Nur Zahra, Gracelya Esther Liwanto	677-682
PENINGKATAN PENGETAHUAN PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA MASA PANDEMI COVID-19 Yoanita Widjaja, Winny Tjongarta, Windy Hazmi Fadhilah	683-690

**UPAYA MENCIPTAKAN LINGKUNGAN TEMPAT KERJA SEHAT DAN
BERSIH SELAMA MASA PANDEMI**

Susy Olivia Lontoh dan Yemima Graciela 691-698

**EVALUASI TERHADAP FASILITAS PARKIR MOBIL DI BANDARA HALIM
PERDANAKUSUMA UNTUK MENINGKATKAN KEPUASAN PENGGUNA**

Ni Luh Putu Shinta Eka Setyarini, Dewi Linggasari, Aniek Prihatiningsih, dan
Rakhmat Thabroni 699-710

**SOSIALISASI SKALA PSIKOLOGI “STRATEGI REGULASI EMOSI SIMTON
DEPRESI-7 FAKTOR (SRED-7F)”**

Rita Markus Idulfilastri dan Siti Bahiyah 711-718

**ALAT BANTU EDUKASI DAN INTERVENSI SEBAGAI UPAYA
PERWUJUDAN INKLUSIVITAS BAGI ANAK DENGAN HIV DAMPINGAN
DARI ORGANISASI SOSIAL KOMUNITAS X**

Ardelia Widyasti Putri Maharsi, Josephine Hendrianti, Monalysa Ginting, Vionny
Damayanti Sirait dan Weny Savitri Sembiring 719-734

**PERHITUNGAN HARGA POKOK PENJUALAN DAN HARGA JUAL PRODUK
UNTUK KEBERLANGSUNGAN UMKM DAPUR PIPIT, JAMBI**

Joyce A. Turangan 735-742

**UPAYA PENGEMBANGAN KURIKULUM KEWIRAUSAHAAN DARI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA KEPADA PESERTA DIDIK
SMA DON BOSCO PADANG, SUMATERA BARAT**

Lina Gozali, Felita Yulianti, Melynita Novita Pratama, Natalia Velony Putri
Poppy Fransiska, Martinus Kiwan 743-752

**MEMAHAMI PELANGGARAN HUKUM DAN KONSEKUENSINYA TERKAIT
DENGAN PENYALAHGUNAAN NARKOTIKA BAGI SISWA SMAS KATOLIK
YOS SUDARSO**

Ade Adhari, Glen Clifford Mambo Jr, Grace Bernadette Michelle 753-758

**KONSEP PEMAKAIAN DAUR ULANG *GREY WATER* UNTUK KEPERLUAN
MCK SEKOLAH**

Aniek Prihatiningsih, Inda Sumarli, Gregorius S. Sentosa. dan Alfred J. Susilo 759-768

**SOSIALISASI MEDIASI SEBAGAI ALTERNATIF PENYELESAIAN
SENGKETA MASYARAKAT DI KECAMATAN ANDIR, BANDUNG**

Mia Hadiati, Indah Siti Aprilia, dan Gracia Kamarov 769-776

**PENGEMBALIAN PENDAHULUAN KELEBIHAN PAJAK SEBAGAI
ALTERNATIF MEMBANTU *CASHFLOW* PT CONTINENTAL PANJIPRATAMA
PADA MASA PANDEMI COVID-19**

Andreas Bambang Daryatno 777-786

**MENGENALKAN RAGAM BENTUK KEKERASAN, SANKSI PIDANA DAN
PENCEGAHANNYA MELALUI KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA
MASYARAKAT**

Imelda Martinelli 787-792

**PENYULUHAN DARING UNTUK PELAPORAN E-SPT WAJIB PAJAK ORANG
PRIBADI DI KANTOR PELAYANAN PAJAK JAKARTA BARAT**

Hendro Lukman, Djeni Indrajati W, P.Helen Widjaja, Estralita T 793-802

**PELAYANAN DAN ASISTENSI PENGISIAN SPT WAJIB PAJAK ORANG
PRIBADI DI SEKITAR KAMPUS UNTAR**

Djeni Indrajati W, Estralita T 803-810

EDUKASI PERILAKU HIDUP SEHAT PADA LINGKUNGAN SEKOLAH

Wati Asriningsih Pranoto, Gregorius Sandjaja S, Inda Sumarli, dan Alfred J. Susilo ... 811-822

**PENINGKATAN TATA KELOLA MAJALAH SEKOLAH SMAK IPEKA
TOMANG**

Anny Valentina, Ruby Chrissandy 823-830

**PEMBUATAN APLIKASI *ECOMMERCE* USAHA MIKRO KECIL DAN
MENENGAH (UMKM) WAROENG BU DHEVI**

Dedi Trisnawarman, Muhammad Choirul Imam, Jaceline Chan dan Afina Putri
Dayanti, Amalia Nurain 831-836

**PETA WISATA DIGITAL MENUJU DESA CIMENYAN DESA WISATA AMAN
PASCA PANDEMI**

Tika Novis Putri, Yolanda Azhar, Madani Geusanrumaksa 837-848

**PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL DAN *MARKETPLACE* UNTUK PENJUALAN
PRODUK UMKM**

Wasino 849-854

**PELATIHAN PEMBELAJARAN MATEMATIKA BERBASIS IT DI SD
XAVERIUS METRO LAMPUNG**

Clara Ika Sari Budhayanti dan Pricilla Anindyta 855-868

**PENGENALAN DASAR-DASAR AKUNTANSI BAGI SISWA RUMAH
BELAJAR MAHKOTA KASIH INSANI**

Henny Henny, Olivia Dorothea Husin 869-874

PERPUSTAKAAN NUSANTARA BANJAR WIJAYA

Ida Puspitowati 875-882

**BUDIDAYA SAYURAN DENGAN TEKNIK PERTANIAN VERTIKULTUR
DEMI TERCIPTANYA KETAHANAN PANGAN RUMAH TANGGA DI LAHAN
SEMPIT**

Risma Rusniati, Firzatulloh Irhab Kautsar, Ramadhina Nurdianti, Kusumaningdyah Nurul Handayani	883-894
MENINGKATKAN KEWIRAUSAHAAN MASYARAKAT MELALUI PELATIHAN KETERAMPILAN PEMBUATAN KONEKTOR MASKER DENGAN TEKNIK MAKRAE SERTA PEWARNAAN TAS/TOTE BAG DENGAN TEKNIK <i>TIE DYE</i>	
Muhammad Alvian Hakim, Rika Kurnia Wati, Yazlinda Aulia Maharani, Kusumanindyah Nurul Handayani	895-904
STRATEGI PENETAPAN HARGA DALAM MENINGKATKAN PROFITABILITAS USAHA KONVEKSI KEMBANG MAS	
Rodhiah Leo Colin, Fadillah Akbar, Raden Mas	905-910
PKM SEBAGAI <i>BRAND RECALL</i> UNTAR (STUDI KASUS WEBINAR SMA KRISTEN KETAPANG III BOGOR)	
Muhammad Adi Pribadi, Kyla Malicckha Putri Gunarso, Rahmi Meilani 915190249..	911-918
SISTIM PERTANIAN TERPADU PETERNAKAN KAMBING DENGAN LIMBAH HASIL PRODUKSI KOPI DI DESA TRIBUDISYUKUR LAMPUNG BARAT	
A. Analianasari, Dayang Berliana, Meinilwita Yulia, Eko Win Kenali	919-926
PENGENALAN DASAR AKUNTANSI SERTA PERANAN PROFESI BAGI MASA DEPAN SISWA/I SMA KRISTEN ALMASIH	
Syanti Dewi, dan Anastasya	927-934
PROGRAM BAKTI KESEHATAN UNTUK LANSIA DI PANTI WERDHA KRISTEN HANA	
Noer Saetan Tadjudin, Ruth Brigitta Salim	935-942
INOVASI PEMBELAJARAN SEKOLAH SEBAGAI UPAYA MENGURANGI <i>LEARNING LOSS</i> SELAMA PANDEMI	
Endra Yuafanedi Arifianto, Pusvita Yuana, Ria Dewi Andriani, dan Triya Indra Rahmawan	943-952
BAKTI KESEHATAN PADA LANJUT USIA DI SASANA TRESNA WERDHA RIA PEMBANGUNAN CIBUBUR	
Noer Saetan Tadjudin, Ananda Putra	953-958
PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI DIVERSIFIKASI PRODUK OLAHAN IKAN LELE DI DESA CURUG, GUNUNG SINDUR, KABUPATEN BOGOR	
Budhi Martana, Reda Rizal, dan Muhammad Ikhsan Amar	959-964
PELATIHAN MITIGASI GIZI BENCANA MELALUI PEMBERDAYAAN IBU- IBU PKK DIKELURAHAN PASIR PUTIH, KECAMATAN SAWANGAN,	

DEPOK, JAWA BARAT

Ikha Deviyanti Puspita, Utami Wahyuningsih, Widayani Wahyuningtyas 965-972

PERAN PSIKOEDUKASI TENTANG MOTIVASI TERHADAP KESADARAN
BERPRESTASI SISWA DI PESANTREN

Hartini Laswandi 973-978

PENCEGAHAN *BURNOUT* PADA KEGIATAN PEMBELAJARAN DARING DI
LINGKUNGAN PELAJAR

Anastasia Ratnawati Biromo, Vera Ariani, Muhammad Rizal Permana 979-984

PENINGKATAN KUALITAS BELAJAR DALAM MENGHADAPI
PEMBELAJARAN DARING

Enny Irawaty, Evelin Maharani Widjaja, Juliana Sanjaya 985-990

PENINGKATAN PEMAHAMAN JAKSA TERHADAP KEBIJAKAN HUKUM
PIDANA DALAM MENANGGULANGI TINDAK PIDANA DI BIDANG
PERTAMBANGAN

Ade Adhari, Neysa Tania dan Hans Poliman 991-998

PELATIHAN KEWIRAUSAHAAN DALAM ERA *NEW NORMAL* KEPADA
KARYAWAN PT MANDIRI UTAMA RUSLIM DI TANGERANG

Andi Wijaya 999-
1004

PEMASARAN MELALUI MEDIA *ONLINE* DI MASA PANDEMI PADA USAHA
DAGANG PELUMAS DI BEKASI

Herman Ruslim 1005-
1010

UPAYA PELAKSANAAN DAN PEMANTAUAN KEJADIAN KIPI PADA
PELAKSANAAN VAKSINASI COVID-19

Rebekah Malik, Dewi Indah, Djung Lilya Wati, Sari Mariyati Dewi dan Linda
Budiarso 1011-
1016

PEMETAAN POTENSI DAN PENYUSUNAN PAKET WISATA DI
KABUPATEN BANGKA SELATAN

Titin Fatimah, Rode Ayu Wahyuningputri, dan Revalino Tigor Hasudungan 1017-
1030

MENGAJAR MATEMATIKA TRIGONOMETRI DAN PENERAPANNYA
DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI DI SMA TARAKANITA CITRA RAYA

Tri Sutrisno, Muhammad Choirul Imam, Michael Nathan, Lutfi Arifandi 1031-
1038

PENELITIAN

DAMPAK *UNIVERSITY ENVIRONMENT AND SUPPORT* PADA
*ENTREPRENEURIAL INTENTION (STUDY KASUS: MAHASISWA SEMESTER
TIGA)*

Evelyn Lawrencia Wibowo, Sri Nathasya Br Sitepu	1039-1048
KOMPENSASI, LINGKUNGAN KERJA, DAN PROMOSI JABATAN SEBAGAI PREDIKTOR TERHADAP KEPUASAN KERJA KARYAWAN	
Hannes Widjaya, Herlina Budiono, Hendra Wiyanto, Frederica Dharmawan	1049-1058
PROFIL IKLAN SUSU FORMULA SEBAGAI PRODUK PENGGANTI ASI YANG DIMUAT PADA MAJALAH KEDOKTERAN	
Michelle Ruth Natalie, Wiarni Pambudi	1059-1068
PENGARUH UU ITE TERHADAP KEBEBASAN BEREKSPRESI DI MEDIA SOSIAL	
Vonny Kristanti Kusumo, Ie Lien Risey Junia, Yuwono Prianto, Tatang Ruchimat	1069-1078
FAKTOR YANG MEMPENGARUHI <i>RETURN</i> SAHAM DENGAN KEBIJAKAN DIVIDEN SEBAGAI MODERASI PADA PERUSAHAAN MANUFAKTUR	
Ardiansyah Rasyid, Rini Tri Hastuti, Najaa Aliyah Santoso	1079-1084
PENEGAKAN HUKUM TERHADAP TINDAK PIDANA PENIMBUNAN OBAT- OBATAN TERAPI COVID-19	
Marian, Stella, Tatang Ruchimat	1085-1094
PEMANFAATAN OBAT TRADISIONAL PENANGKAL PENULARAN COVID- 19	
Cindy Cintya Lauren, Cindy, Della Kristiani, Jeane Neltje Saly	1095-1102
PRO DAN KONTRA TENAGA KERJA ASING MASUK KE INDONESIA DI TENGAH PANDEMI COVID-19	
Yuwono Prianto, Nabila Annisa Fuzain, Afif Farhan	1103-1110
KENDALA PENEGAKAN HUKUM TERHADAP <i>CYBER CRIME</i> PADA MASA PANDEMI COVID-19	
Yuwono Prianto, Nabila Annisa Fuzain, Afif Farhan	1111-1118
PENGATURAN HUKUM POSITIF INDONESIA TENTANG INVESTASI BODONG (<i>FOREX ILEGAL</i>)	
Lie Natanael, Cindy Cintya Lauren, Della Kristina, Tatang Ruchimat	1119-1126
SENGKETA INDONESIA DAN TIMOR LESTE TERKAIT PERJANJIAN PERBATASAN MARITIM	
Ida Kurnia, Alexander Sutomo, Cliff Geraldio	1127-1134
PERLINDUNGAN KONSUMEN TERHADAP BISNIS BUKU BAJAKAN SECARA <i>ONLINE</i>	
Khalisha Adela Morris, Cindy Juliana, Emanuel Bryan, Rahaditya	1135-1144

WIRAUSAHAHAN DAN <i>ÜBERMENSCH</i> : BERGURU PADA NIETZSCHE Urbanus Ura Weruin	1145- 1154
PENGARUH DIVERSITAS JENDER DAN UKURAN DEWAN TERHADAP <i>DIVIDEND PAYOUT</i> Herni Kurniawati, Fanny Andriani Setiawan	1155- 1162
ANALISIS KONTEN DUKUNGAN MENYUSUI PADA KONDISI PANDEMI COVID-19 MELALUI PLATFORM SOSIAL MEDIA Angelica Joanna Charity Kamalo, Wiyarni Pambudi	1163- 1168
RANCANG BANGUN SISTEM <i>MONITORING</i> AIR IRIGASI BERBASIS <i>INTERNET OF THINGS</i> PADA POMPA AIR BERTENAGA SURYA Muhammad Afnan Habibi, Bagus Prastyo, Aldo Zulfikar Asror Zulkarnain, Faj'run Ni'am, Bunga Hidayati	1169- 1178
CARUT MARUT PENEGAKAN HUKUM TERHADAP TINDAK PIDANA KORUPSI Stefany Ismantara, Raden Ajeng Diah Puspa Sari, Cecilia Elvira, Dr. Rahaditya, S.H., M.H.	1179- 1188
KAJIAN PENEGAKAN HUKUM TERHADAP TINDAKAN PENGANIAYAAN HEWAN DAN EKSPLOITASI SATWA LANGKA Stefany Ismantara, Raden Ajeng Diah Puspa Sari, Cecilia Elvira, Prof. Dr. Jeane Netlje Sally, S.H. M.H.	1189- 1198
PENYALAHGUNAAN APBD OLEH PARA PEJABAT PUBLIK SAAT PANDEMI COVID-19 Yuwono Prianto, Marian, Stella	1199- 1208
PENGARUH <i>INFLUENCER MARKETING</i> DAN <i>VIRAL MARKETING</i> TERHADAP KEPUTUSAN PEMBELIAN BITTERSWEET BY NAJLA Muhammad Miftahul Fathurrahman, Diana Triwardhani, Jenji Gunaedi Argo	1209- 1218
PENGARUH HARGA DAN KUALITAS PRODUK TERHADAP LOYALITAS PELANGGAN KARTU SELULER TELKOMSEL MELALUI KEPUASAN PELANGGAN Muhammad Rikza Fauzi Syahmi, Rosali Sembiring Colia, Edi Warman	1219- 1230
IMPLEMENTASI UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 18 TAHUN 2013 TERHADAP PRAKTIK PEMBALAKAN LIAR (<i>ILLEGAL LOGGING</i>) Angela Kezia, Angelica Monica Fortunata, dan Putri Claudia Victoria	1231- 1242
EFEK PENULARAN COVID-19 BAGI USAHA MIKRO KECIL (UMK) PERSPEKTIF UNDANG-UNDANG CIPTA KERJA Stephanie PD, Enjelina S, Natasha OA, Jeane Netlje Sally	1243-

1252

**MENGELABORASI HUKUM POSITIF TERTULIS INDONESIA MENGATUR
STARTUP**

Stephanie PD, Natasha OA, Enjelina S, Ahmad Redi 1253-
1262

ASPEK HUKUM PELAKSANAAN VAKSINASI COVID-19 DI INDONESIA

Stephanie PD, Enjelina S, Angelica MF, Imelda Martinelli 1263-
1270

**PERLINDUNGAN HUKUM TERHADAP PELAKU UMKM KULINER DI
KABUPATEN BEKASI**

Bella Ftria Ariyanti, Ranissa Sekar Elaies, Allya Putri Yuliyani, Jeane Neltje Saly 1271-
1278

**PERSPEKTIF MENGENAI PATROLI SIBER SEBAGAI PENEGAK HUKUM DI
MEDIA SOSIAL**

Cindy, Lidya Imelda Rachmat, Yahya Abdi Nugroho, Tatang Ruchimat 1279-
1286

**TANGGUNG JAWAB OTORITAS JASA KEUANGAN (OJK) TERHADAP
PEMBERANTASAN PINJAMAN *ONLINE* ILEGAL**

Cicelly Chiesa Kurniawan, Sanny Nuyessy Putri, Zahra Alsabilah, Abdul Gani
Aabdullah 1287-
1292

**PENGARUH KEPUASAN KERJA, LOYALITAS KARYAWAN DAN
KEMAMPUAN KARYAWAN TERHADAP KEINGINAN KARYAWAN UNTUK
PINDAH KERJA PADA KOPERASI 212 MART DI KOTA TANGERANG**

M. Tony Nawawi, Sanny Ekawati 1293-
1300

**SIMULASI SISTEM PEMANTAUAN DAN PENGATURAN SUHU SECARA
REAL TIME MENGGUNAKAN *HUMAN MACHINE INTERFACE***

Budi Kartadinata, Melisa Mulyadi, Linda Wijayanti, Theresia Ghozali, Ryan Joe
Arve 1301-
1310

**PENGARUH 4P GREEN MARKETING MIX TERHADAP KEPUASAN
PELANGGAN BLOOMKA SKINCARE**

Mila Dwi Astuti, Miguna Astuti, Dienni Ruhjatini Sholihah 1311-
1338

**PENGARUH *INFLUENCER MARKETING* DAN *BRAND AWARENESS*
TERHADAP KEPUTUSAN PEMBELIAN STREET BOBA**

Kelvin Yohanes, Suharyati, Ediwarman 1339-
1352

**PERANAN NEGARA TERHADAP PENETAPAN HARGA ALAT KESEHATAN
DETEKSI COVID – 19 PADA MASA PANDEMI**

Hamzah Haikal Riziq Alwi Alatas, Ferdinand Nicholas, Maria Cecilia Nugroho,
Imelda Martinelli 1353-
1360

PEMAKNAAN DAN PENGALAMAN SEBAGAI TRANSGENDER

Rosalina, Anindya Dewi Paramita, Evanytha 1361-
1370

**STRATEGI PENGELOLAAN DESTINASI PARIWISATA BERBASIS
KOMUNITAS PASCA PANDEMI COVID19**

Suharsono, A.Y. Agung Nugroho, Alfonso Harrison 1371-
1384

**PERLINDUNGAN HUKUM TERHADAP NARAPIDANA LGBT DI LEMBAGA
PEMASYARAKATAN MENURUT KONSEPSI HAK ASASI MANUSIA**

Dianita Halim, Tundjung Herning Sitabuana 1385-
1392

**RELIGIOSITAS DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS KAUM REMAJA DI
ERA PANDEMI**

Raja Oloan Tumanggor, Agoes Dariyo 1393-
1400

PERANCANGAN ALAT UJI DEFLEKSI BATANG KANTILEVER FLEKSIBEL

Ferli Adinata, Asnawi Lubis, Anang Ansyori, Tumpal Ojahan R 1401-
1406

**PENGARUH *WORD OF MOUTH* TERHADAP KEPERCAYAAN KONSUMEN
DALAM BERBELANJA SECARA *ONLINE***

Kartika Imasari Tjiptodjojo, Surya Setyawan, Henky Lisan Suwarno, Yolla
Margaretha 1407-
1412

**RANCANG BANGUN ALAT PENERING CABAI SISTEM *TUBULAR HEATER*
DENGAN MEMANFAATKAN ENERGI SURYA**

Rio Irfansah, Asnawi Lubis, Anang Ansyori, Tumpal Ojahan R. 1413-
1422

**PERLINDUNGAN HUKUM ATAS PRAKTIK PUNGUTAN LIAR DI KANTOR
PELAYANAN PUBLIK**

Shintamy Nesyicha Syahril, Tundjung Herning Sitabuana 1423-
1428

**PENGARUH PSIKOEDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN INKLUSIVITAS
PADA ANAK-ANAK DI YAYASAN PANTI ASUHAN Z**

Agnes Nugrawati Salim, Atalya Debora, Farica Tanojo, Srian Siahombing, Sylvia
Dewi Suryaganda, Weny Savitry S. Pandia 1429-
1438

**PENGARUH KECUKUPAN MODAL, RISIKO DAN EFISIENSI TERHADAP
KINERJA KEUANGAN BANK SEBELUM DAN MASA PANDEMI COVID-19**

Rosmita Rasyid, Herni Kurniawati 1439-
1450

**MEMINIMASI PEMBOROSAN DENGAN *LEAN MANUFACTURING* PADA
PROSES PRODUKSI DI PT. IE**

Ahmad, Helena JK, Andrean Yonathan 1451-
1460

**BAKAT, MOTIVASI, HAMBATAN DAN HARAPAN MAHASISWA
MENJADI *ENTREPRENEUR***

Jonbi, Jeanne Nadia Ingrida, A.R. Indra Tjahjani dan Wita Meutia 1461-
1468

PENGARUH KECUKUPAN MODAL, RISIKO DAN EFISIENSI TERHADAP

KINERJA KEUANGAN BANK SEBELUM DAN MASA PANDEMI COVID-19 Rosmita Rasyid, Herni Kurniawati	1469- 1476
PERANCANGAN SISTEM INFORMASI BERBASIS APLIKASI DENGAN METODE <i>COSTUMER RELATIONSHIP MANAGEMENT</i> (CRM) PADA <i>BARBERSHOP</i> (STUDI KASUS: SIAN BARBERSHOP) Marsellinus Bachtiar, Edwin Steven Togar Marnaek	1477- 1488
PRINSIP DASAR PENERAPAN HUKUMAN DISIPLIN TERHADAP PEGAWAI NEGERI SIPIL Prista Alisa Ramadhani, Tundjung Herning Sitabuana	1489- 1496
ASPEK KEPASTIAN HUKUM PENDIRIAN PERSEROAN UMK MENURUT UU NO.11 TAHUN 2020 TENTANG CIPTA KERJA Marcelino Dennis Lesmana, Nelssen Alessandro, Sancarlous	1497- 1502
PERSEPSI PELANGGAN TERHADAP MANFAAT KEGIATAN <i>CREATING SHARED VALUE</i> DAN KEBERLANJUTAN USAHA PT UNILEVER INDONESIA TBK Henny Henny, Olivia Dorothea Husin	1503- 1512
GAMBARAN PENGETAHUAN RESUSITASI JANTUNG PARU PADA DEWASA MUDA David Limanan, Susy Olivia Lontoh	1513- 1518
RAPID <i>ENVIRONMENTAL IMPACT ASSESSEMNT</i> (REA) DALAM MENENTUKAN PROGRAM PEMANFAATAN LIMBAH <i>EUCALYPTUS</i> DAN PEMULIHAN COVID-19 Ika Bayu Kartikasari, Intan Josefin Purba, Irin Annisa Evitayani, Annisa Nadhilah	1519- 1528

PENYULUHAN OLAHRAGA DAN AKTIVITAS FISIK DALAM PENGATURAN TEKANAN DARAH PADA PANDEMI COVID-19

Susy Olivia Lontoh¹, Alvin Nur Zahra², Gracelya Esther Liwanto³

¹Bagian Fisiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: susyo@fk.untar.ac.id

² Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: Alfin2804@gmail.com

³ Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: graceliwantoo@gmail.com

ABSTRACT

Inactivity due to social restrictions leads to relaxed daily habits. Interventions in regulating a person's blood pressure can be through good activity and regular exercise. It is necessary to make recommended efforts to improve and maintain physical exercise habits at home and exercise regularly and correctly so that blood pressure can be controlled. Health education activities are carried out online for FK UNTAR partners, namely Tomang Village cadres on Saturday 2 October 2021 at 10.00-11.00 with the material "Managing Blood Pressure Through Physical Activity". Online education activities were carried out online and attended by 38 participants. The material conveyed the importance of exercise and physical activity even though the activity took place at home, recommended sports for people with high blood pressure and sports activities that can be done at home or home-exercise techniques. The implementation of the "Manage Blood Pressure Through Physical Activity" went smoothly and participants participated in a series of events to completion. The participants' lack of knowledge regarding physical activity and sports can be seen based on the average score of 11.40 and after the delivery of the material there is an increase in knowledge, it can be seen that the post-test results are 41.23. This activity can be carried out again as a follow-up of the results of this service activity and in collaboration with foster citizens to be diligent in exercising

Keywords: Physical activity, exercise, blood pressure control

ABSTRAK

Inaktivitas akibat pembatasan sosial menimbulkan kebiasaan sehari-hari yang santai. Intervensi dalam pengaturan tekanan darah seseorang dapat melalui aktivitas baik dan olahraga teratur. Perlu dilakukan usaha yang direkomendasi untuk meningkatkan serta mempertahankan kebiasaan latihan fisik di rumah serta berolahraga secara teratur dan benar agar tekanan darah dapat dikendalikan. Kegiatan edukasi kesehatan dilakukan sistem daring pada mitra FK UNTAR yaitu kader Kelurahan Tomang pada hari Sabtu 2 Oktober 2021 pukul 10.00-11.00 dengan materi "Kelola Tekanan Darah Melalui Aktivitas Fisik". Kegiatan edukasi online dilakukan secara daring di hadiri 38 peserta. Materi yang disampaikan pentingnya olahraga serta aktivitas fisik walaupun kegiatan berlangsung di rumah, olahraga yang dianjurkan pada penderita darah tinggi serta kegiatan olahraga yang dapat dilakukan di rumah atau teknik home-exercise. Pelaksanaan kegiatan pengabdian "Kelola Tekanan Darah Melalui Aktivitas Fisik" berjalan dengan lancar dan peserta mengikuti rangkaian acara hingga selesai. Masih minimnya pengetahuan peserta terkait aktivitas fisik dan olahraga dapat dilihat berdasarkan nilai rata-rata pre test adalah 11,40 dan setelah penyampaian materi terjadi peningkatan pengetahuan dapat dilihat hasil post test sebesar 41,23. Kegiatan ini dapat dilakukan kembali sebagai follow up dari hasil kegiatan pengabdian ini serta bekerjasama dengan kader untuk membina warganya untuk rajin berolahraga.

Kata kunci: Aktivitas fisik, olah raga, pengendalian tekanan darah

1. PENDAHULUAN

WHO dan pemerintah seluruh negara dalam upaya mencegah penyebaran Covid-19 merekomendasikan untuk melakukan karantina atau pembatasan kegiatan sosial warganya. Isolasi dan pembatasan dilakukan dengan berdiam diri di rumah, bekerja di rumah, penutupan area publik seperti taman, mall, fitness center, dan tempat wisata lainnya. Kondisi ini menyebabkan masyarakat "terkurung" di rumahnya masing-masing, sebagian besar kegiatan dilakukan di rumah dan memilih aktivitas rekreasi seperti belajar memasak, lebih banyak

menggunakan gadget dan kegiatan-kegiatan lain yang kurang aktif. Inaktivitas akibat pembatasan sosial menimbulkan kebiasaan sehari yang santai sehingga berakibat menurunnya fungsi sistem tubuh terutama fungsi jantung pembuluh darah yang berhubungan dengan tekanan darah. Tekanan darah tidak terkontrol pada orang yang jarang berolahraga memicu hipertensi (Halabachi, 2020).

Pola hidup yang jarang bergerak serta malas olahraga merupakan faktor risiko keempat dari mortalitas secara global yaitu 5.5% kematian di dunia. Inaktivitas fisik menjadi faktor risiko utama dari hipertensi, baik pada pria maupun wanita segala usia (WHO, 2009; Hongkong Department of Health, 2012). Intervensi dalam pengaturan tekanan darah seseorang dengan cara aktivitas fisik yang baik dan olahraga teratur merupakan cara pencegahan dan kontrol terhadap penyakit tidak menular yang efektif dan hemat biaya (Roux, 2008) Pengaruh positif latihan fisik terhadap kondisi kesehatan dipengaruhi endorfin. Intensitas aktivitas fisik sedang, olahraga yang rutin dilakukan memengaruhi sekresi hormon endorfin yang dilepas setelah melakukan suatu aktivitas fisik, sehingga menimbulkan rasa bahagia, mengurangi nyeri, meningkatkan imunitas tubuh, meningkatkan rasa optimis dalam menghadapi masalah kehidupan serta membantu pengendalian tekanan darah (Hammami, et al., 2020; Koch, S., 2020 Auberin-Leheudre, M., 2020). Berdasarkan uraian diatas manfaat dari aktivitas fisik serta olahraga teratur memberikan dampak positif bagi kesehatan terutama terkait tekanan darah, tetapi masih banyak orang dewasa yang tidak melakukan aktif fisik, satu dari empat orang dewasa kurang melakukan aktivitas fisik dan 26,1% penduduk Indonesia termasuk dalam kategori dengan aktivitas fisik kurang. Jakarta merupakan provinsi yang dengan proporsi penduduk yang kurang aktivitas fisik tertinggi yaitu 44,2% penduduk yang kurang melakukan aktivitas fisik.(WHO, 2015)

Maka perlu dilakukan suatu usaha yang direkomendasi secara tepat untuk meningkatkan serta mempertahankan kebiasaan latihan fisik di rumah serta berolahraga secara teratur dan benar. Berdasarkan permasalahan terkait pandemi, inaktivitas fisik serta tekanan darah tidak terkontrol yang paling banyak di alami usia dewasa muda, maka sasaran pada kegiatan ini ditujukan pada dewasa muda karena pada masa pandemi aktivitas fisik mereka sebagian besar di rumah, mereka jarang berolahraga serta tingkat aktivitas nya tergolong santai serta prevalensi tekanan darah tinggi banyak terjadi di usia dewasa muda.

2. METODE PELAKSANAAN PKM

Pada kegiatan pengabdian terkait edukasi olahraga untuk warga kelurahan Tomang Jakarta Barat diawali dengan persiapan pelaksanaan yang meliputi rapat koordinasi untuk persiapan awal pelaksanaan kegiatan melalui Zoom, survei kepada salah satu warga Tomang menanyakan aktivitas sehari-hari dan kebiasaan olahraga selama pandemi. Tim pengusul membuat proposal berdasarkan permasalahan yang terjadi serta ditetapkan model pelaksanaan yang paling memungkinkan, karena masih dalam kondisi PPKM. Kegiatan edukasi kesehatan dilakukan sistem daring pada mitra FK UNTAR yaitu kader Kelurahan Tomang pada hari Sabtu 2 Oktober 2021 pukul 10.00-11.00 WIB dengan materi “Kelola Tekanan Darah Melalui Aktivitas Fisik”. Kegiatan edukasi online dilakukan secara daring menyampaikan materi pentingnya olahraga serta aktivitas fisik walaupun kegiatan berlangsung di rumah, olahraga yang dianjurkan pada penderita darah tinggi serta kegiatan olahraga yang dapat dilakukan di rumah atau teknik *home-exercise*.

Sebelum mengikuti kegiatan bakti kesehatan ini, peserta harus melakukan pendaftaran dengan menggunakan formulir elektronik yang telah disediakan oleh tim pengabdian. Tim pengabdian membagikan link formulir pendaftaran 1 minggu sebelum kegiatan serta ditentukan usia 25-60 tahun, jarang berolahraga, pernah atau terkonfirmasi tekanan darah tinggi serta ada riwayat darah tinggi di rumah. Tim pengabdian membuat kuisioner *pre-test* untuk menilai pengetahuan awal

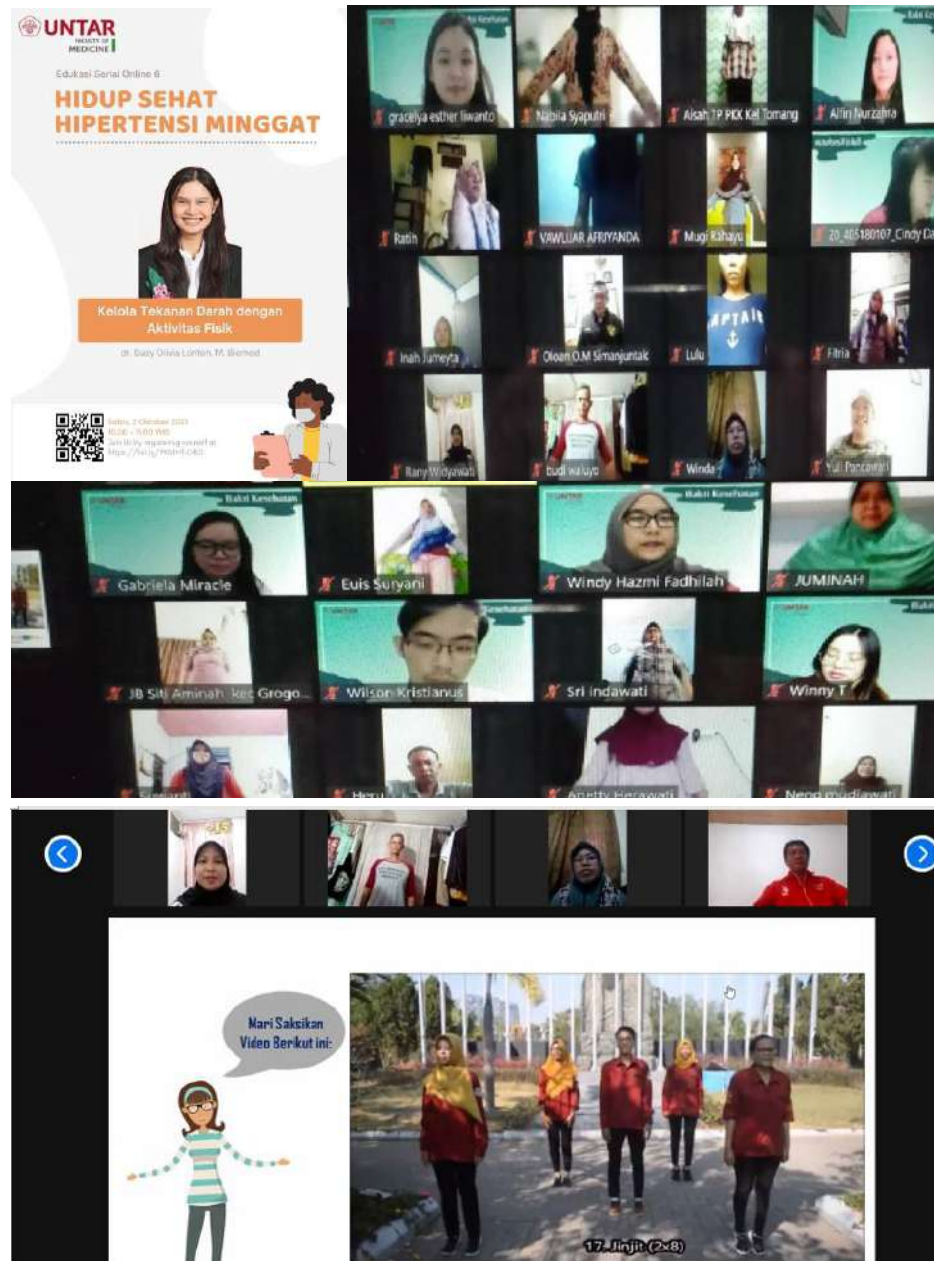
terkait olahraga, aktivitas fisik dan hubungannya dalam mengendalikan tekanan darah sebagai upaya pencegahan hipertensi. Panitia pengabdian membagikan post test serta umpan balik dari kegiatan penyuluhan. *Pre-test* dan *post-test* dilakukan melalui *google form* yang dikirimkan melalui chat room Zoom. Tujuan dilakukan pretest adalah untuk menilai wawasan peserta pengabdian terkait aktivitas fisik dan *post-test* adalah mengetahui gambaran capaian wawasan peserta setelah penyampaian materi terkait aktivitas fisik dalam pengendalian darah.

3.HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan edukasi kesehatan dilakukan sesuai dengan tanggal yang telah ditentukan hari Sabtu 2 Oktober 2021 pukul 10.00-11.00 WIB. Tim pengabdian sudah mulai bergabung di platform *zoom meeting* pukul 9.15 WIB, hal ini dilakukan mencegah terjadinya gangguan jaringan serta tim pengabdian sudah mulai mengingatkan mitra FK UNTAR yaitu kader Kelurahan Tomang untuk mengikuti edukasi dengan materi “Kelola Tekanan Darah Melalui Aktivitas Fisik”. Pukul 9.50 WIB peserta yang sudah terdaftar pada link pendaftaran. Jumlah peserta yang mengikuti acara edukasi pengabdian sebanyak 38 peserta. Kegiatan diawali dengan sambutan santai, tim pengabdian menyapa semua peserta dan menanyakan bagaimana kabarnya. Peserta menjawab baik dan sudah tidak sabar untuk bertemu secara daring. Sebelum dimulai penyampaian materi maka peserta diminta untuk mengisi *pre-test* yang dibagikan di kolom *chat*. Materi disampaikan oleh dr. Susy Olivia Lontoh, M.Biomed. Peserta ditanyakan apakah masih suka berolahraga, senam ringan atau aktivitas fisik saat PPKM. Sebagian besar peserta menjawab jarang berolahraga, senam juga yang biasa dilakukan juga dibatasi serta semua kegiatan dirumah. Aktivitas yang paling banyak dilakukan hanya jalan kaki tapi juga jarang dikerjakan. Penyampaian materi terkait olahraga terdiri atas pentingnya olahraga serta aktivitas yang dianjurkan pemerintah. Pada kegiatan edukasi ini dijelaskan apa maksudnya aktivitas fisik, jenis aktivitas fisik yang dapat dilakukan dirumah seperti menyapu atau membersihkan rumah, jalan kaki. Olah raga yang baik, benar, teratur dan terukur. Materi olahraga untuk penderita hipertensi juga dijelaskan yaitu jenis olahraga yang ringan seperti jalan kaki, olahraga aerobik serta tips dalam melaksanakan olahraga. Di akhir penyampaian materi tim pengabdian mengajak peserta mengikuti senam hipertensi. Peserta secara antusias mengikuti gerakan senam.

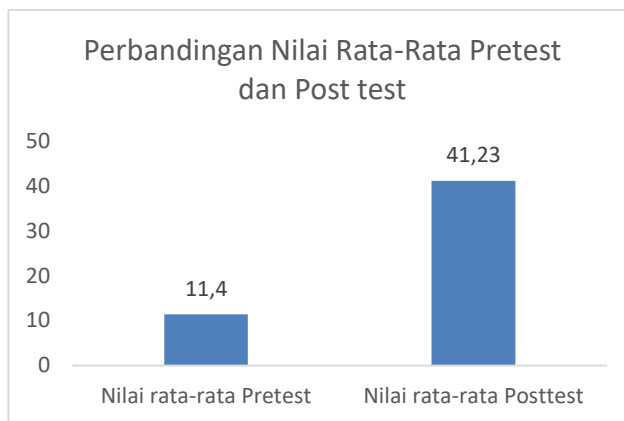


Gambar 1. Materi Penyuluhan



Gambar 2. Flyer dan Peserta PKM yang sedang senam

Sebelum kegiatan pengabdian berakhir peserta diminta mengisi soal pos tes yang telah disiapkan. Nilai rata-rata pre test adalah 11,40 dan nilai rata-rata pos test didapatkan hasil sebesar 41,23, dapat dilihat pada gambar 3. Berdasarkan hasil pre test dan pos test pada kegiatan edukasi ini dapat dilihat terjadinya peningkatan pengetahuan terkait materi olahraga dalam pengendalian olahraga. Hasil dari pretest dapat dilihat masih minimnya pengetahuan terkait aktivitas fisik, olahraga yang dianjurkan dan setelah penyampaian materi terjadi peningkatan pengetahuan para peserta. Target jangka pendek kegiatan ini adalah menambah kesadaran pada masyarakat pentingnya olahraga dan aktivitas fisik dalam kehidupan sehari-hari terutama pada masa pandemi.



Gambar 3. Perbandingan Nilai *Pre-test* dan *Post-test*

Manfaat kegiatan untuk mitra yaitu bertambahnya wawasan manfaat olahraga serta aktivitas fisik yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi kesehatan tentang pentingnya olah raga serta aktivitas yang baik adalah promosi kesehatan yang dilakukan adalah dengan metode penyuluhan untuk penambahan wawasan terkait aktivitas fisik, manfaat olah raga, tips olahraga yang benar serta aktivitas fisik yang dianjurkan untuk pengendalian tekanan darah. Edukasi kesehatan terkait olahraga bertujuan menambah pengetahuan serta wawasan mengenai aktivitas fisik, olahraga dan pentingnya penanganan dan pengendalian tekanan darah melalui kegiatan olahraga serta informasi yang didapat disampaikan kepada keluarga serta masyarakat di sekitarnya.

4. KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian “Kelola Tekanan Darah Melalui Aktivitas Fisik” berjalan dengan lancar dan peserta mengikuti rangkaian acara hingga selesai. Masih minimnya pengetahuan peserta terkait aktivitas fisik dan olahraga dapat dilihat berdasarkan nilai rata-rata pre test adalah 11,40 dan setelah penyampaian materi terjadi peningkatan pengetahuan dapat dilihat hasil pos test sebesar 41,23. Kegiatan ini dapat dilakukan kembali sebagai follow up dari hasil kegiatan pengabdian ini serta bekerjasama dengan kader untuk membina warganya untuk rajin berolahraga. Warga juga mengharapkan agar kegiatan ini dapat dilakukan secara tatap muka.

Ucapan Terima Kasih (*Acknowledgement*)

Tim PKM mengucapkan terima kasih kepada Rektor Universitas Tarumanagara beserta jajaran, Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Tarumanagara atas pendanaan sehingga kegiatan pengabdian. Tim juga mengucapkan terima kasih kepada Pimpinan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara beserta jajaran atas dukungannya dalam pelaksanaan kegiatan PKM. Terima kasih kepada peserta PKM atas dukungan dan partisipasinya dalam kegiatan ini dan Panitia SENAPENMAS atas kesempatan untuk berpartisipasi pada kegiatan SENAPENMAS 2021.

REFERENSI

- Aubertin-Leheudre, M. and Rolland, Y. (2020). The Importance of Physical Activity to Care for Frail Older Adults During the Covid-19 Pandemic. *Journal of the American Medical Directors Association*. AMDA – The Society for Post-Acute and Long-Term Care Medicine, 21(7):973–976. doi: 10.1016/j.jamda.2020.04.022.
- Hammami, A. et al. (2020). Physical activity and coronavirus disease 2019 (Covid-19): specific

- recommendations for home-based physical training. *Managing Sport and Leisure*, 0(0):1–6. doi: 10.1080/23750472.2020.1757494.
- Halabchi, F., Ahmadinejad, Z. and Selk-Ghaffari, M. (2020) ‘Covid-19 epidemic: Exercise or not to exercise; that is the question!’, *Asian Journal of Sports Medicine*, 11(1):17– 19. doi: 10.5812/asjsm.102630.
- Hongkong department of health. (2012) *Exercise Prescription Doctor’s handbook*. Hongkong: Department of Health; https://www.chp.gov.hk/archive/epp/files/DoctorsHanbook_fullversion.pdf
- Kemkes. 2020. Aktivitas Fisik di Masa Pandemi COVID-19 Bagi Orang dengan Faktor Risiko PTM. <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/dki-jakarta/aktivitas-fisik-di-masa-pandemi-covid-19-bagi-orang-dengan-faktor-risiko-ptm-2>
- Koch, S, Litt, J., Daher, C. & Nieuwenhuisen, M. (2020). Should We The Coronavirus Activity During Allow Physical Disease Pandemic?. *IS Global*, pp. 1–5. https://www.isglobal.org/documents/10179/7943094/4_ISGlobal+COVID-19+y+actividad+fisica+EN.pdf/705ac058-6c41-4e56-b555-cc43c6a5a407
- Lukito AA, Harmeiwaty E, Hustrini NM.(2019)..Konsensus penatalaksanaan hipertensi 2019. Jakarta: Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia; 2019. http://faber.inash.or.id/upload/pdf/article_Update_konsensus_201939.pdf
- WHO.(2015) | Prevalence of insufficient physical activity. diunduh dari : http://www.who.int/gho/ncd/risk_factors/physical_activity_text/en/
- World Health Organization. (2009). *Global health risks: mortality and burden of disease attributable to selected major risks*. Geneva: *World Health Organization*;2009. https://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/GlobalHealthRisks_report_full.pdf
- Roux L, Pratt M, Tengs TO, Yore MM, Yanagawa TL, Van Den Bos J, et al. (2008). Cost effectiveness of community-based physical activity interventions. *Am J Prev Med* 35(6):578-88 https://www.researchgate.net/publication/23465349_Cost_Effectiveness_of_Community-Based_Physical_Activity_Interventions