

# **LAPORAN KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT**

**Mempertahankan Kebugaran di Usia Lanjut pada  
Pos Pelayanan Terpadu Lansia ‘Aisyiah “SAKINAH”**



**Oleh:**

**Aisyah Nur Azizah, M.Tr.Kep**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA**  
Jl. Ring Road Barat No.63 Mlangi, Nogotirto, Gamping, Sleman, Yogyakarta

#### HALAMAN PENGESAHAN

Judul Pengabmas : Mempertahankan Kebugaran di Usia Lanjut pada  
Pos Pelayanan Terpadu Lansia 'Aisyiyah  
"SAKINAH"

Bidang Ilmu : Keperawatan Anestesiologi

Ketua Pengabmas

a. Nama : Aisyah Nur Azizah, M.Tr.Kep  
b. NIP : 9301192103573  
c. NIDN : 0519019303  
d. Pangkat/Golongan : -/IIIB  
e. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli  
f. Prodi : Keperawatan Anestesiologi Program Sarjana  
Terapan

g. Perguruan Tinggi : Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta  
h. Alamat Institusi : Jalan Siliwangi (Ringroad Barat) No.63 Nogotirto  
Gamping Sleman

i. Telp/Faks/Email : 085733291593/-/aisyahna64@unisayogya.ac.id

Jumlah Mahasiswa : 2


a. Nama : Gilang Caesar Ramadhan  
b. Nama Mahasiswa : Khalidazia Azzahra  
Luaran yang dihasilkan : Penyuluhan Kesehatan  
Waktu Pelaksanaan : 31 Mei 2025

Yogyakarta, 14 Zulhijjah 1446 H  
10 Juni 2025

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

  
Dr. Dewi Rokhanawati, S.SiT., M.P.H  
NIP. 7703100410038

Pelaksana

  
Aisyah Nur Azizah, M.Tr.Kep  
NIP. 9301192103573

Mengetahui,  
Ketua LRPM

  
Luluk Rosida, S.ST., M.KM  
NIP. 8010111210163

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Wa Rahmatullahi Wa Barakatuh*

Alhamdulillah, segala puji hanya bagi Allah SWT yang telah memberikan hidayah-Nya sehingga iman dan Islam tetap terjaga. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, para sahabat, tabiin dan tabiut yang senantiasa istiqomah di jalan-Nya. Berkah dan rahmat Allah serta pertolongan-Nyalah sehingga kami dapat menyelesaikan kegiatan pengabdian masyarakat.

Tidak lupa kami mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan kesempatan dan membantu kelancaran kegiatan pengabdian masyarakat tersebut. Adapun ucapan terima kasih kami sampaikan kepada:

1. Dr. Warsiti, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat., selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
2. Dr. Dewi Rokhanawati, S.SiT., M.P.H selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
3. Heri Puspito, S.Kep., Ns., M.K.M selaku Ketua Program Studi Keperawatan Anestesiologi Program Sarjana Terapan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
4. Luluk Rosida, S.ST., M.KM selaku Ketua LPPM yang telah memberikan dukungan dan arahan serta kesempatan kepada pelaksana.
5. Pos Pelayanan Terpadu Lansia 'Aisyiyah "SAKINAH" yang telah memberikan kesempatan untuk memberikan pemeriksaan gratis kepada lansia.
6. Semua pihak yang tidak bisa pelaksana sebutkan satu persatu.

Pelaksana menyadari dalam penulisan laporan ini masih banyak terdapat kekurangan, besar harapan kami para pembaca akan dapat memberikan kritik dan sarannya.

*Wassalamu'alaikum Wa Rahmatullahi Wa Barakatuh*

Yogyakarta, Juni 2025

Pelaksana

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	1
HALAMAN PENGESAHAN.....	2
KATA PENGANTAR .....	3
DAFTAR ISI.....	4
DAFTAR LAMPIRAN.....	5
A. Judul Pengabdian .....	6
B. Latar Belakang .....	6
C. Tujuan Pengabdian .....	7
D. Sasaran Pengabdian .....	7
E. Waktu dan Tempat .....	7
F. Bentuk Kegiatan .....	7
G. Anggaran .....	7
H. Kendala dan Cara Mengatasi .....	8
I. Kesimpulan dan Saran .....	8
J. Penutup .....	9
LAMPIRAN	

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Surat Tugas
- Lampiran 2 Dokumentasi
- Lampiran 3 Daftar Hadir
- Lampiran 4 Hasil Pemeriksaan

## LAPORAN PELAKSANAAN

### A. Judul Pengabdian

Mempertahankan Kebugaran di Usia Lanjut pada Pos Pelayanan Terpadu Lansia ‘Aisyiyah “SAKINAH”’.

### B. Latar Belakang

Tri Dharma Perguruan Tinggi merupakan pondasi atau tatanan kehidupan dalam lingkungan pendidikan perguruan tinggi yang harus disadari oleh mahasiswa ataupun dosen. Tri Dharma merupakan suatu kewajiban bagi sebuah perguruan tinggi untuk dilaksanakan, Tri Dharma Perguruan tinggi ini merupakan acuan dasar dalam pendidikan selama di perguruan tinggi dan sebagai pengamalan di dalam kehidupan bermasyarakat. Pengabdian masyarakat merupakan salah satu dari isi Tri Dharma Perguruan Tinggi selain Pendidikan dan Penelitian. Pengabdian Masyarakat perlu dilaksanakan sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat dan mengaplikasikan ilmu serta penelitian yang telah dilakukan untuk kehidupan bermasyarakat secara nyata. Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta melalui LPPM memandang perlu untuk dilaksanakan kegiatan dalam rangka pengabdian masyarakat. Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan merupakan bentuk kerjasama dengan Majelis Pelayanan Sosial dan Majelis Pembina Kesehatan Umum PDM Kota Yogyakarta.

Pos Pelayanan Terpadu Lansia ‘Aisyiyah “SAKINAH”’ terletak di Kediaman ibu Wulang Utami, Komplek Kesatriyan RT 26/ RW 12, Gunung Gempal, Giripeni, Wates yang dilakukan pada hari Sabtu, 31 Mei 2025 pukul 13.00 – 14.30 WIB. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan melakukan pemeriksaan berupa tekanan darah. Pola hidup sehat pada lansia harus diterapkan untuk mencegah lansia terhadap beberapa permasalahan

kesehatan yang muncul. Lansia merupakan salah satu populasi rentan terhadap masalah kesehatan, sehingga lansia harus melakukan pemeriksaan rutin secara berkala untuk memantau kesehatannya. Pemeriksaan rutin lansia dapat dilakukan di posyandu, atau unit pelayanan kesehatan lainnya.

### **C. Tujuan Pengabdian**

Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk dapat memberikan pemeriksaan rutin berupa pengukuran tekanan darah. Selain itu memberikan pendidikan kesehatan pada lansia tentang hidup sehat di masa lansia.

### **D. Sasaran Pengabdian**

Sasaran pengabdian masyarakat ini yaitu Pos Pelayanan Terpadu Lansia ‘Aisyiyah “SAKINAH”

### **E. Waktu dan Tempat Pengabdian**

Kegiatan ini dilaksanakan di Kediaman ibu Wulang Utami, Komplek Kesatriyan RT 26/ RW 12, Gunung Gempal, Giripeni, Wates yang dilakukan pada hari Sabtu, 31 Mei 2025 pukul 13.00 – 14.30 WIB.

### **F. Bentuk Kegiatan**

<b>NO</b>	<b>KEGIATAN</b>	<b>PELAKSANAAN</b>
1.	Pengukuran tekanan darah	Dosen, mahasiswa, dan peserta lansia
2.	Pendidikan Kesehatan Osteoporosis Lansia	Dosen, mahasiswa, dan peserta lansia

## G. Anggaran

Dana pengabdian masyarakat ini berasal dari Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta sebesar Rp 300.000,- dengan rincian penggunaan sebagai berikut:

NO	ITEM PEMBIAYAAN	JUMLAH (Rp)
1	Fee pelaksana	100.000,-
2	Transport mahasiswa pelaksana (2 mahasiswa)	100.000,-
3	Transport pelaksanaan pengabdian masyarakat	50.000,-
5	Laporan	50.000,-
TOTAL		300.000,-

## H. Kendala dan Cara Mengatasi

Selama pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tidak ada kendala yang berarti.

## I. Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan berjalan lancar. Hasil pemeriksaan pengukuran tekanan darah. Untuk pengukuran tekanan darah pada lansia bervariasi dan lansia diberikan pendidikan kesehatan berupa tetap produktif di masa lansia. Para lansia antusias dalam mengikuti pendidikan kesehatan terlihat dengan beberapa lansia memberikan pertanyaan dan bercerita tentang keluhan yang dialaminya.

## **J. PENUTUP**

Alhamdulillah segala puji dan syukur kepada Allah SWT dengan rahmat-Nya pelaksanaan pengabdian masyarakat di Pos Pelayanan Terpadu Lansia 'Aisyiyah "SAKINAH" telah dapat dilaksanakan. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta hendaknya terus mengembangkan kegiatan pendampingan secara berkesinambungan dan dapat dikembangkan kerjasama ditinjau dari berbagai aspek. Laporan kegiatan pengabdian masyarakat ini sebaiknya dijadikan referensi untuk pelaksanaan pengabdian berikutnya.

Demikian laporan ini kami susun sebagai bukti pertanggungjawaban melaksanakan kegiatan. Semoga bermanfaat dan atas segala kesalahan dan kekurangan dalam kami melaksanakan dan melaporkan, kami mohon maaf yang sebesar-besarnya. Atas semua bantuan dan kerjasama yang diberikan kami mengucapkan *Jazakumullah khairan katsiir*.

# **LAMPIRAN**



**POS PELAYANAN TERPADU LANSIA 'AISYIYAH  
"SAKINAH"**

Alamat : Kasatriyan Baru RT 26 RW 12 Giripeni Wates 55612 Tlpn 081392330975

No : 4 / Pyd.skn/ V /2025

Giripeni, 19 Mei 2025

Hal : - Permohonan pembicara kesehatan  
- Permohonan pemeriksaan tensi

**Kepada Yth  
Rektor UNISA Yogyakarta  
Di Yogyakarta**

*Assalamu'alaikum Wr.Wb.*

Dengan hormat kami beritahukan bahwa Posyandu Lansia 'Aisyiyah "SAKINAH" Kasatriyan Giripeni, Wates, Kulon Progo, akan mengadakan pertemuan rutin dan ceramah kesehatan Posyandu Lansia 'Aisyiyah yang Insya Allah pada :

Hari, Tanggal : Sabtu, 31 Mei 2025  
Waktu : 13.30 WIB  
Tempat : Rumah ibu Wulang Utami  
Komplek Kasatriyan Baru RT 26/ RW 12, Gunung Gempal, Giripeni, Wates  
Acara : Pemeriksaan kesehatan dan Materi Kesehatan bagi Lansia

Sehubungan dengan itu, kami mohon kehadiran dan bantuan untuk pembicara kesehatan dan pemeriksaan tensi untuk para anggota posyandu Lansia 'Aisyiyah "Sakinah"

Demikian atas kehadiran dan perhatiannya diucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr Wb.*

Ketua  
  
Hj. Siti Sukliyah, SKM, MPH

Sekretaris  
  
Nurul Hasanah A. S. Ag.  




LEMBAGA PENELITIAN DAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

**SURAT TUGAS**  
Nomor: 43/LPPM/UNISA/V/2025

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Luluk Rosida, S.ST., M.KM  
Jabatan : Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM)

Berdasarkan surat Ketua Posyandu Lansia Aisyiyah Sakinah Giripeni nomor 4/Pyd.skn/V/2025 tentang permohonan pembicara dan pemeriksaan tensi, dengan ini memberikan tugas kepada:

Dosen Prodi Keperawatan Anestesiologi Program Sarjana Terapan

1. Aisyah Nur Azizah, S.Tr.Kep., M.Tr.Kep
2. Nia Handayani, S.Tr.Kep., M.K.M

Mahasiswa Prodi Keperawatan Anestesiologi Program Sarjana Terapan

1. Gilang Caesar Ramadhan (NIM.2111604118)
2. Khalidazia Azzahra (NIM.2111604132)
3. Azzahra Aurelia Salsabiela (NIM.2111604040)
4. Muhammad Sobari Rasidin (NIM.2111604108)

Untuk melaksanakan tugas pengabdian masyarakat "Pemeriksaan dan Penyuluhan Kesehatan" di Pos Pelayanan Terpadu Lansia Aisyiyah "SAKINAH" Giripeni, Wates pada hari Sabtu tanggal 31 Mei 2025 pukul 13.30 – 16.00 WIB.

Dzulkhilah 1446H  
28 Mei 2025 M  
Ketua LPPM  
Luluk Rosida, S.ST., M.KM  
NIP. 801011210163

Lampiran 2 Dokumentasi









# Lampiran 3



## PKM MEMPERTAHANKAN KEBUGARAN DI USIA LANJUT



Amalku Akhlaq Mulia • Amanah  
Profesional • Kolaboratif • Unggul



Lansia Pasif	VS	Lansia Aktif
Berisiko obesitas		Berat badan normal (ideal)
Berisiko mengalami penyakit jantung dan kardiovaskular		Imunitas kuat dan terhindar dari penyakit tidak menular
Berisiko mengalami osteoporosis		Dapat melakukan kegiatan secara mandiri
Berisiko mengalami keipikunan		Perasaan bahagia dan tidak rentan stres

Lansia Bergerak



## AKTIVITAS FISIK

Pergerakan anggota tubuh yang menyebabkan pengeluaran tenaga yang penting bagi pemeliharaan kesehatan fisik dan mental, mempertahankan kualitas hidup sehat bugar sepanjang hari.



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**GERMAS**

### MITOS LANJUT USIA tidak butuh OLAHRAGA karena tidak ada manfaat, dan lanjut usia harus banyak istirahat ?

**FAKTA**

Lanjut usia tetap memerlukan aktivitas fisik yang sesuai dengan kondisi kesehatan, dan kemampuan fisik.

Aktivitas fisik dan latihan fisik secara rutin akan menurunkan risiko terkena penyakit pada lanjut usia, seperti Demensia (pikun), Tulang keropos (osteoporosis), penyakit Jantung, Diabetes Melitus (kencing manis), Hipertensi (tekanan darah tinggi), Kanker, dan lain-lain.

Image by Freepik & Vecteezy

www.p2ptm.kemkes.go.id @p2ptmkemkesRI

## MITOS ATAU FAKTA ??



## PROSES PENUAAN



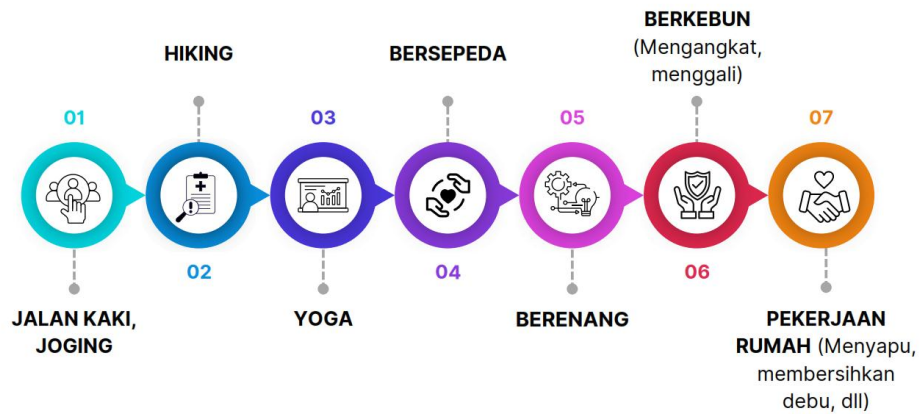
## MANFAAT AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA



- Mencegah dan memperbaiki penyakit kronik-metabolik (DM, hipertensi, kolesterol, berat badan berlebih)
- Meningkatkan kesehatan jantung pembuluh, saluran pernapasan
- Memperbaiki muskuloskeletal (meningkatkan kekuatan otot, massa otot, kepadatan tulang, menurunkan risiko jatuh, risiko patah tulang)
- Meningkatkan kualitas hidup
- Meningkatkan fungsi kognitif (demensia)
- Meningkatkan kesejahteraan mental (menurunkan cemas, depresi)

## JENIS AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA

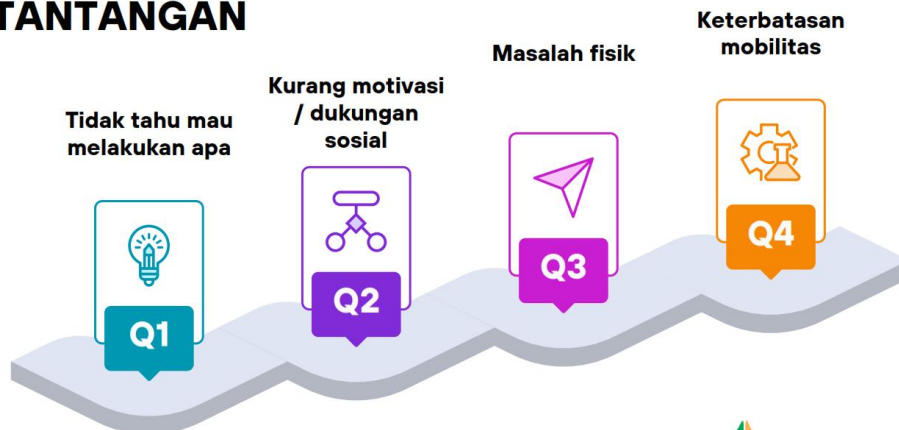
**Amalku** Akhlaq Mulia • Amanah  
Profesional • Kolaboratif • Unggul



unisa **UNGGUL**

## HAMBATAN DAN TANTANGAN

**Amalku** Akhlaq Mulia • Amanah  
Profesional • Kolaboratif • Unggul



unisa **UNGGUL**

## CARA MENGATASI

### PILIH AKTIVITAS YANG MENYENANGKAN DAN SESUAI

Setiap orang dapat berbeda, sesuaikan dengan kegemaran masing-masing



## CARA MENGATASI

### MENCARI DUKUNGAN SOSIAL (KELUARGA, TEMAN, KOMUNITAS)

- Melakukan aktivitas bersama orang lain
- Bergabung bersama kelompok latihan tertentu



## CARA MENGATASI

### MODIFIKASI AKTIVITAS BERDASARKAN KONDISI FISIK

- Sesuaikan dengan kemampuan sesuai kondisi fisik




## CARA MENGATASI

### MENGGUNAKAN ALAT BANTU JIKA DIPERLUKAN


- Tongkat
- Kursi




# PERHATIKAN




Pelajari risiko/cek tubuh sebelum mulai latihan; penyakit kronik metabolik, keterbatasan fisik, masalah tulang-otot, dsb



Siapkan peralatan dan perlengkapan yang sesuai



Siapkan kebutuhan pribadi seperti air minum, snack, obat



Istirahat / pemulihan yang cukup

## KESIMPULAN

**Amalku** Akhlaq Mulia • Amanah  
Profesional • Kolaboratif • Unggul



Proses penuaan tidak dapat kita hindari



Penuhi kebutuhan aktivitas fisik harian sesuai dengan rekomendasi



Sesuaikan aktivitas fisik dengan kondisi pribadi



Cari bantuan jika diperlukan



# LANZIA SEHAT DAN BAHAGIA

*Amalku* Akhlaq Mulla - Amanah  
Profesional - Kolaboratif - Unggul

Rasulullah ﷺ bersabda,

**“Sebaik-baik amal sholeh  
adalah engkau memasukkan  
kegembiraan kepada  
saudaramu yang beriman”**

[HR.Ibnu Abi Dunya dan dihasankan oleh Syaikh  
Al-Albani dalam Shahih Jami'ush Shaghir no. 1096]



TABEL HASIL PENGABDIAN  
 ...  
 31 Mei 2025

No	Nama	Usia	Tekanan Darah	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Keterangan
40	Bu Niyatati	59	131/89	50	140	
41	Bu Rustman	60	133/97	36	143	
42	Bu Lestari	60	132/84	57	143	
43	Bu Tunnyan	77	143/86	45	144	
44	Bu Hami Yon	69	140/77	48	149	
45	Bu Justini	72	105/83	65	150	
46	Bp Pudo Wiryo	78	124/82	42	164	
47	Bu Siti Karsin	62	144/69	60	148	
48	Bu Wadnyem	65	139/81	49	143	
49	Bu Pudo Wiryo	65	152/88	44	152	
50						
51						
52						

TABEL HASIL PENGABDIAN  
 ...Okta..., 31 Mei 2025

No	Nama	Usia	Tekanan Darah	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Keterangan
27	Bu Nursin	71	116 / 72	49	143	
28	Bu Nurmal	70	112 / 76	55	148	
29	Bu Nugraha	64	157 / 93	39	152	
30	Bu Kemini	61	120 / 68	39	150	
31	Bu Saktinem	65	113 / 66	42	155	
32	Bu Feminem	67	127 / 77	41	141	
33	Bu Sriyektun	73	206 / 76	43	152	
34	Bu Ngayrah	69	134 / 90	51	153	
35	Bu Singen	75	146 / 83	50	145	
36	Bu Kasanuraya	81	159 / 71	43	140	
37	Bp Sumaryu	75	158 / 88	58	163	
38	Bp Hrisno Wirjadi	72	182 / 99	52	160	
39	Bu Enin	68	191 / 67	50	143	

TABEL HASIL PENGABDIAN  
 ...Gaku... 31 Mei 2025

No	Nama	Usia	Tekanan Darah	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Keterangan
14	Bu Puroran	72	146 / 72	48	146	
15	Bu Naurwen	75	124 / 72	45	145	
16	Bu Lemmen	78	102 / 59	35	151	
17	Bu Sisno Utomo	79	139 / 80	50	160	
18	Bu Sabayem	62	149 / 82	50	155	
19	Bu Mustimah	65	140 / 70	45	151	
20	Bu Martini	69	121 / 80	90	149	
21	Bu Sucarni	72	130 / 80	40	145	
22	Bu Pacem	65	163 / 80	35	151	
23	Bu Ruyangk	69	165 / 78	60	152	
24	Bu Sn Muatm	71	131 / 84	35	140	
25	Bu Isnam	72	157 / 91	63	150	
26	Bu Rani	70	120 / 72	42	160	

TABEL HASIL PENGABDIAN  
 Sabtu....., 31 Mei 2025

No	Nama	Usia	Tekanan Darah	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Keterangan
1	Bu Samrati	68	134/77	56	170	
2	Bu Rubani	65	133/71	40	148	
3	Bu Kenyem	77	132/72	85	142	
4	Bu Suknem	72	131/82	43	152	
5	Bu Sunarti	70	163/92	53	173	
6	Bu Karmi	74	160/87	50	170	
7	Bp. Sutarto	69	132/66	64	149	
8	Bu Sunarti	59	151/83	56	148	
9	Bu Sa Jumrah	59	165/95	45	151	
10	Bu Angetsem	65	171/86	40	149	
11	Bu Kenyem	66	167/81	50	173	
12	Bp Tamm	69	199/97	35	157	
13	Bu Santar	71	129/74	40	152	



DAFTAR HADIR  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA



Hari/Tanggal : Sabtu, 31 Mei 2025  
Jam : 13.30 WIB  
Tempat : Pergabmas Gripeni  
Acara : Pergabmas

NO	NAMA	JABATAN/INSTITUSI	TANDA TANGAN
1.	M. Kasan Wiryo		1.
2.	Torendan		2.
3.	Ngaminah		3.
4.	SIM PEN		4.
5.	Leginem		5.
6.	Ponirah		6.
7.	deniyah		7.
8.	Sumi		8.
9.	TASEM		9.
10.	Rasireem		10.
11.	Kemini		11.
12.	nensatiaei		12.
13.	Sagiyem		13.
14.	KEMIDEM		14.
15.	Taurisem		15.
16.	yastri		16.
17.	hasingem		17.
18.	Ngatizah		18.
19.	sri mulatsih waluyuni		19.
20.	SUKRANI		20.

Penanggung Jawab



DAFTAR HADIR  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA



Hari/Tanggal : Sabtu, 21 Mei 2018

Jam : 12.30

Tempat : Gripeni

Acara : Pergabmas

NO	NAMA	JABATAN/INSTITUSI	TANDA TANGAN
1.	Fikr Karsh		1.
2.	Wachyem		2.
3.	Tumnan		3.
4.	Semlyati		4.
5.	Rukyan		5.
6.	Purwanjono		6.
7..	Trisno		7.
8	Sumargo		8.
9.	Rasidi		9.
10.	Sularshadi		10.
11.	Sokarto		11.
12.	TAMIN		12.
13.	Satigo		13.
14.	Ikasih		14.
15.	Bu. MUSLIMAH		15.
16.	Wartini		16.
17.	Satjem		17.
18.	Nawiyem		18.
19.			19.
20.			20.

Penanggung Jawab



DAFTAR HADIR  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA



Hari/Tanggal : Sabtu, 31 Mei 2025  
Jam : 13.30  
Tempat : Giripen  
Acara : Pengabmas

NO	NAMA	JABATAN/INSTITUSI	TANDA TANGAN
1.	Nardi		1.
2.	Kadiyem		2.
3.	Mursih		3.
4.	Lestati		4.
5.	Mugrah		5.
6.	Senilah		6.
7.	Supriyah		7.
8.	Rutinal		8.
9.	Rubiah		9.
10.	Sriyatun		10.
11.	Sukarai	kalikepek	11.
12.	Keminem	kalikepek	12.
13.	Sakinem	kalikepek	13.
14.	Harniyem	Jurongjero	14.
15.	Tumiyem	Kalikepek	15.
16.	Kassiyem	Rasatnyem	16.
17.			17.
18.			18.
19.			19.
20.			20.

Penanggung Jawab