

**KEPUTUSAN DEKAN
FAKULTAS FARMASI UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
NOMOR : F6 / 21.1 / J.2 / I / 2025**

**TENTANG
PEMBIMBING PELAKSANAAN PRODATMA MAHASISWA S2
FAKULTAS FARMASI UNIVERSITAS DAHLAN DALAM YOGYAKARTA**



Dekan Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan

Menimbang : a. Bahwa Program Pemberdayaan Umat (Prodama) yang dilaksanakan oleh mahasiswa Program Studi Magister Farmasi (S2), Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan, sebagai bentuk aksi nyata untuk membangun Masyarakat yang sehat mandiri;
b. Bahwa untuk memperlancar kegiatan Prodama perlu diangkat Dosen Pembimbing Prodama;
c. Bahwa berdasarkan pertimbangan huruf a diatas, maka Saudara-saudara yang namanya tersebut dalam lampiran keputusan ini perlu ditetapkan dengan Keputusan Dekan

Mengingat : 1. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen
3. Peraturan Pemerintah Nomor 66 Tahun 2010 tentang Perubahan Atas Peraturan Pemerintah Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pengelolaan dan Penyelenggaraan Pendidikan
4. Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga Muhammadiyah
5. Pedoman Pimpinan Pusat Muhammadiyah Nomor 02/PED/1.0/B/2012 tentang Perguruan Tinggi Muhammadiyah
6. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi
7. Menuju Internasionalisasi dalam rangka mencapai Visi dan Misi

MEMUTUSKAN

Menetapkan :
Pertama : Menetapkan nama-nama Dosen Pembimbing Prodama mahasiswa Program Studi Magister Farmasi (S2), Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan

Kedua : Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan, dengan ketentuan akan ditinjau dan diperbaiki sebagaimana mestinya apabila ternyata dikemudian hari terdapat kekeliruan atau kebijakan baru.

Ditetapkan di Yogyakarta
Pada Tanggal, 07 Rajab 1446 H
07 Januari 2025 M



Dr. apt. Iis Wahyuningsih, M.Si.
NIPM.: 19680613 199706 011 0812301

Lampiran : SK Dekan Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan
 Nomor : F6 / 21.1 / J.2 / I / 2025
 Tanggal : 07 Rajab 1446 H
 07 Januari 2025 M

**PEMBIMBING PELAKSANAAN PRODAMAT MAHASISWA S2
TAHUN 2025**

No	NIM	Nama Mahasiswa	Dosen Pembimbing
1	2407047013	Nurlia Wijayanti	Dr. apt. Moch Saiful Bachri, M.Si
2	2407045002	Rista Yulianti	
3	2407047002	Nazih Basuki Setyo Nugroho	
4	2407047017	Rizka Nuraplisa A.G	
5	2407047005	Siti Salamiah Putri Heldin	Dr. apt. Hari Susanti, M.Si
6	2407047006	Tiara Bella Pratiwi	
7	2407045007	Miftahul Rozak	
8	2407045003	Aditya Nurul Chotimah	
9	2407047004	Lutfia Choirunnisa	Dr. apt. Nina Salamah, M.Si
10	2407047003	Muhammad Zainuddin Meiyanto Saputra	
11	2407045006	Desti Rahmawati	
12	2407047001	Mirzaliana	
13	2407045001	Isrovanigoro	Dr. apt. Iis Wahyuningsih, M.Si
14	2407047016	Faisal Nur Arib	
15	2407047014	Fella Arifatul Wahyu Utami	
16	2407047009	Serli Sihaloho	
17	2407047010	Josep Christian Hasudungan Manurung	apt. Ichwan Ridwan Rais, M.Sc, Ph.D
18	2407047011	Ika Suruyani Pangaribuan	
19	2407047012	Elsa Pasaribu	
20	2407045010	Alvin Kurniawan	
21	2407045009	Siska Widiastuti	Dr.apt. Haafizah Dania, M.Sc.
22	2407045005	Damai Ira Saraswati	
23	2407047015	Joshua Gunawan Anugra Sumule	
24	2407047008	Zhalzhalbilah Dwi Sahari	
25	2407047007	Libianingrum Kuntitalibrata	apt. Nuri Ari Efiana, M.Sc, Ph.D
26	2407045008	Putri Permata Suka Admanegara	



Dr. apt. Iis Wahyuningsih, M.Si.
 NIPM.: 19680613 199706 011 0812301



Antioksidan Alami (Rahasia Tubuh Sehat dan Kulit Bersinar)

Nama kelompok:

- Joshua Gunawan Anugra. S
- Libianingrum Kuntalibrata
- Putri Permata Suka Admanegarara
- Zhalzhalbilah Dwi Sahari

Pembimbing:

Apt. Nuri Ari Efiana, M.Sc, Ph.D

🕒 25 Januari 2025

📍 Panti Asuhan Yatim Putri Islam



DEFINISI ANTIOKSIDAN

Antioksidan merupakan senyawa yang dapat melindungi sel-sel tubuh dari kerusakan yang disebabkan oleh oksidan atau radikal bebas, baik yang berasal dari lingkungan maupun yang dihasilkan secara internal. Tubuh manusia memiliki antioksidan alami dan senantiasa berinteraksi dengan radikal bebas. Sumber antioksidan dapat diperoleh melalui produksi internal tubuh dan konsumsi bahan makanan, terutama buah dan sayuran. Keberadaan antioksidan penting untuk menjaga kesehatan sel dan melawan potensi kerusakan oksidatif. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023)

DEFINISI ANTIOKSIDAN ALAMI

Antioksidan alami merupakan zat pelindung sel yang terkandung dalam berbagai bahan pangan, berperan mencegah kerusakan sel akibat paparan radikal bebas. Berikut beberapa contoh antioksidan alami dan sumbernya:

MACAM-MACAM ANTIOKSIDAN ALAMI :

Vitamin

- Vitamin C
 - Sumber: Jeruk, kiwi, stroberi, jambu biji, brokoli, tomat.
 - Fungsi: Membantu regenerasi sel dan meningkatkan sistem imun.
- Vitamin E
 - Sumber: Almond, biji bunga matahari, bayam, minyak nabati (zaitun, kelapa).
 - Fungsi: Melindungi membran sel dari kerusakan oksidatif.
- Vitamin A (Retinol dan Beta-Karoten)
 - Sumber: Wortel, ubi jalar, labu, bayam, mangga.
 - Fungsi: Mendukung kesehatan mata dan kulit (Dosedel et al., 2021).

Selenium

- Sumber: Ikan, telur, daging ayam, kacang Brazil.
- Fungsi: Meningkatkan fungsi imun dan melindungi sel tubuh dari kerusakan (BPOM, 2022).

Antosianin

- Sumber: Blueberry, raspberry, blackberry, terong ungu.
- Fungsi: Melindungi pembuluh darah dan meningkatkan fungsi kognitif (kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).



Polifenol

• Flavonoid

- Sumber: Teh hijau, cokelat hitam, apel, anggur, beri.
- Fungsi: Anti-inflamasi, melindungi jantung, dan menjaga fungsi otak.

• Resveratrol

- Sumber: Anggur merah, blueberry, kacang tanah.
- Fungsi: Mendukung kesehatan jantung dan memperlambat penuaan.

• Asam Fenolat

- Sumber: Kopi, teh, gandum utuh, buah-buahan.
- Fungsi: Menjaga kesehatan jantung dan melawan peradangan. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023)

Karotenoid

• Beta-Karoten

- Sumber: Wortel, bayam, ubi jalar, labu.

• Lutein dan Zeaxanthin

- Sumber: Bayam, kale, jagung, telur.
- Fungsi: Mendukung kesehatan mata.

• Likopen

- Sumber: Tomat, semangka, jambu biji merah.
- Fungsi: Melindungi kulit dan kesehatan prosta. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023)



Mekanisme kerja senyawa antioksidan salah satunya yaitu dengan cara menodonorkan atom hidrogen atau proton kepada senyawa radikal sehingga dapat melengkapi kekurangan elektron yang dibutuhkan oleh radikal bebas dan menghambat terjadinya reaksi berantai dari pembentukan radikal bebas. Hal ini menjadikan senyawa radikal lebih stabil (Poli dkk., 2022).

Riset terhadap mekanisme aktivitas antioksidan suatu senyawa fenolik diketahui bahwa senyawa fenolik mengandung gugus hidroksil yang terkonjugasi dan bebas sehingga dapat memberikan donor atom H kepada senyawa radikal bebas yang memiliki elektron yang tidak berpasangan (Riskianto dkk., 2021).

Aplikasi dan Manfaat dalam Kesehatan

- Perlindungan terhadap Penyakit Kronis, Antioksidan alami seperti vitamin C, vitamin E, dan beta-karoten membantu mencegah stres oksidatif yang terkait dengan penyakit kardiovaskular, diabetes, dan kanker. Contoh: Konsumsi sayuran hijau, buah-buahan, teh hijau, dan minyak zaitun.
- Mendukung Sistem Imun, Vitamin C dan selenium meningkatkan produksi sel imun dan mempercepat penyembuhan luka. Contoh : Buah jeruk, kiwi, dan kacang-kacangan. (Chambial et al., 2013)
- Kesehatan Mata, Karotenoid seperti lutein dan zeaxanthin melindungi retina dari kerusakan oksidatif, mencegah degenerasi makula terkait usia. contoh : Wortel, bayam, dan jagung. (Buscemi et al., 2018)

Aplikasi dan Manfaat dalam Kosmetika :

- Perlindungan Kulit dari Sinar UV, Antioksidan seperti beta-karoten dan likopen membantu melindungi kulit dari kerusakan akibat radiasi UV. contoh : Produk sunscreen dengan tambahan vitamin C atau E. (Stahl & Sies, 2012)
- Mengurangi Peradangan Kulit, Flavonoid dan asam fenolat membantu meredakan kemerahan dan iritasi pada kulit sensitif. contoh : Masker wajah atau toner berbahan dasar teh hijau atau aloe vera. (Margaretta et al., 2023)

Radikal Bebas

Radikal bebas adalah molekul atau senyawa yang dapat berdiri sendiri dan memiliki elektron tidak berpasangan dalam orbital atomnya. Keberadaan elektron tidak berpasangan ini memberikan karakteristik khas pada sebagian besar radikal. Sebagian besar radikal bersifat sangat reaktif karena ketidakstabilannya, sehingga mampu menerima atau menyumbangkan elektron kepada molekul lain. (Ibroham dkk., 2022)

Contoh radikal bebas :

- Paparan sinar UV dari matahari.
- Polusi udara (asap kendaraan, ozon).
- Asap rokok dan alkohol.

Dampak Radikal Bebas pada Tubuh:

Jika jumlah radikal bebas melebihi kemampuan tubuh untuk menetralkannya (oleh antioksidan), kondisi ini disebut stres oksidatif, yang dapat menyebabkan:

- Kerusakan DNA (berkontribusi pada kanker).
- Penuaan dini.
- Penyakit degeneratif seperti Alzheimer dan Parkinson.
- Penyakit jantung dan aterosklerosis.

Pencegahan dan Penanganan:

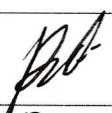
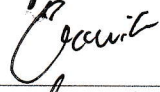
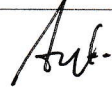
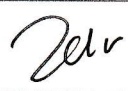
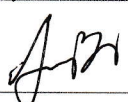
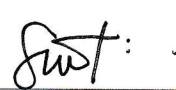
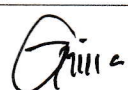
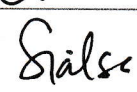
- Konsumsi makanan kaya antioksidan, seperti buah-buahan, sayuran, teh hijau, dan kacang-kacangan.
- Hindari paparan polusi dan radiasi berlebih.
- Berhenti merokok dan kurangi konsumsi alkohol.
- Radikal bebas adalah bagian normal dari kehidupan, tetapi harus dikendalikan agar tidak merusak tubuh. (Ibroham dkk., 2022).

REFERENSI

1. Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia. (2022). Buku Saku Suplemen Kesehatan untuk Memelihara Daya Tahan Tubuh dalam Menghadapi Pandemi COVID-19 - Selenium.
2. Buscemi, S., Corleo, D., Di Pace, F., Petroni, M. L., Satriano, A., & Marchesini, G. (2018). The effect of lutein on eye and extra-eye health. *Nutrients*, 10(9), 1–24.
3. Chambial, S., Dwivedi, S., Shukla, K. K., John, P. J., & Sharma, P. (2013). Vitamin C in disease prevention and cure: An overview. *Indian Journal of Clinical Biochemistry*, 28(4), 314–328.
4. Doseděl, M., Jirkovský, E., Macáková, K., Krčmová, L. K., Javorská, L., Pourová, J., Mercolini, L., Remião, F., Nováková, L., & Mladěnka, P. (2021). Vitamin C—Sources, Physiological Role, Kinetics, Deficiency, Use, Toxicity, and Determination. *Nutrients*, 13(2), 615.
5. H. M. Ibroham, Siti J., & Ika D. K. (2022). A Review: Potensi Tumbuhan-Tumbuhan di Indonesia sebagai Antioksidan Alami. *Seminar Nasional Penelitian LPPM UMJ*.
6. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Jenis dan Manfaat Antioksidan.
7. Margaretta, A. C., Purgiyanti, & Amananti, W. (2023). Potensi Ekstrak Ampas Teh Hijau (Green Tea) Sebagai Antioksidan Alami dalam Sediaan Toner Pembersih Wajah. *JUSTEK: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 6(4), 536–543.
8. Poli, R. A., Dewa G. K., & Hendry F. A. (2022). Potensi Antioksidan Ekstrak dari Kulit Biji Matoa (*Pometia pinnata* J. R & G. Forst). *Chem. Prog*, 15(1).
9. Riskianto, Kamal, S. E., & Aris, M. (2021). Aktivitas Antioksidan Ekstrak Etanol 70% Daun Kelor (*Moringa oleifera* Lam.) terhadap DPPH. *Jurnal Pro-Life*, 8(2), 168–177.
10. Stahl, W., & Sies, H. (2012). β -Carotene and other carotenoids in protection from sunlight. *American Journal of Clinical Nutrition*, 96(5), 1179–1184.

Daftar Hadir Penyuluhan
Di Pondok putri Islam, Sabtu (25 Januari 2025)

No	Nama	Tanda tangan
1	Amel	A.
2	Indah	at
4	Yani	at
5	Dila	at
6	Lila	myka
7	Niken	Cerfu
8	Angge	at.
9	Alza	at
10	Idiah	at
11	Umma	at
12	khotim	at
13	Khusnul	at
14	Rossi	at
15	Fatmah	at
16	Aul	at
17	Rifdah	at
18	novita	at

No	Nama	Tanda tangan
19	Ana	
20	Dewi	
21	Rara	
22	Anita	
23	Zakia	
24	Tia	
25	Ayu	
26	Rahma	
27	Fira	
28	Simba	
29	Keyria	
30	Shafa	
31	Nia	
32	Zio	
33	Cia	
34	Salsa	
35	Nigg	

36. ZIVA

37. NEZA

38. Dilla







MAKSUD DAN TUJUAN

Maksud
"Turut serta membantu pemerintah dalam program pengentasan kemiskinan dan penangan anak-anak terlantar."

Tujuan
"Menyelenggarakan kegiatan penyantunan dan pengasuhan anak-anak yatim piatu, yatim, piatu dan dhuafa untuk bisa mendapatkan kehidupan yang layak, pendidikan yang memadai dan berakhlak mulia serta berjiwa mandiri."

