

BAB 2
SOLUSI DAN TARGET LUARAN

2.1 SOLUSI YANG DITAWARKAN

Menawarkan kepada masyarakat guna mendapatkan pengetahuan mengenai cara mengangkat barang dengan benar guna menghindari risiko nyeri punggung bawah di Lapangan Bela Negara Malang.

Tabel 2.1 Solusi dan Indikator Capaian

No	Solusi	Indikator Capaian
1	Penyuluhan mengenai cara mengangkat barang yang benar guna meminimalisir risiko nyeri punggung bawah	Masyarakat mengetahui cara dan bagaimana posisi tubuh yang benar saat mengangkat beban yang dapat menurunkan risiko nyeri punggung bawah
2	Kerjasama antara Institut Teknologi Sains dan Kesehatan	<i>Follow up</i> evaluasi keluhan masyarakat untuk dilihat apakah kegiatan ini memiliki manfaat atau tidak terhadap pencegahan dan pengurangan risiko nyeri punggung bawah

2.2 TARGET LUARAN

Target dari kegiatan Program Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah:

No.	Jenis Luaran	Indikator Capaian
1.	Publikasi ilmiah di jurnal/prosiding	
2.	Publikasi pada media massa (cetak/elektronik)	
3.	Peningkatan omzet pada mitra yang bergerak dalam bidang ekonomi	
4.	Peningkatan kebugaran	
5.	Peningkatan pemahaman dan ketrampilan masyarakat tentang pentingnya kebugaran bagi lansia	
6.	Jasa, model, rekayasa social, sistem, produk/barang	
7.	Booklet tentang Breathing Imagery	