

BAB 3

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan dapat dibagi beberapa tahapan yaitu:

3.1 Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan ini dilakukan survey yang bertujuan untuk mendapatkan data awal tentang kelompok mitra. Metode pada tahap persiapan ini dilakukan melalui pendekatan partisipatif dari seluruh anggota kelompok mitra dalam hal ini lansia Rumah Asuh Anak Dan Lansia (RAAL) Griya Asih Lawang kemudian dilakukan kesepakatan bersama untuk menyelesaikan permasalahan secara bertahap mulai jangka pendek, menengah sampai dengan jangka panjang.

3.2 Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan ini kelompok lansia dan pengasuh lansia Rumah Asuh Anak Dan Lansia (RAAL) Griya Asih Lawang diajak secara bersama-sama untuk melaksanakan kegiatan yang sudah disepakati bersama dengan susunan sebagai berikut:

- a) Edukasi memberikan motivasi dan menambah pengetahuan bagi kelompok mitra dengan penyuluhan mengatasi cemas, pikun, dan sukar tidur. Memberi pengetahuan tentang pentingnya hidup bahagia dan sehat yang dimulai dari diri sendiri, serta tidak perlu memikirkan keluarga yang jauh karena ada orang-orang terdekat yang mendampingi dan mengasahi mereka layaknya keluarga.
- b) Penyuluhan memberikan pengetahuan cara mengatasi rasa cemas, pikun, dan sukar tidur dengan menempelkan poster-poster di tempat-tempat yang mudah terlihat.

Tahap ini merupakan inti program, kelompok lansia dan pengasuh lansia Rumah Asuh Anak Dan Lansia (RAAL) Griya Asih Lawang diberikan penyuluhan tentang kecemasan, susah tidur, dan kepikunan, pemberian sarana yaitu alat kesehatan, cara penggunaan, dan alat permainan bagi para lansia. Edukasi kesehatan memberi motivasi dan menambah pengetahuan tentang pentingnya hidup bahagia pada kelompok lansia Rumah Asuh Anak Dan Lansia (RAAL) Griya Asih Lawang. Pada awal kegiatan edukasi pada kelompok mitra dilakukan penyuluhan tentang kecemasan, susah tidur, dan kepikunan. Di akhir acara para lansia diberi hadiah hiburan sederhana berupa makanan ringan. Mekanisme pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

- a. Tahap pertama: mengamati kelompok mitra, melihat kegiatan sehari-hari dan kebiasaan dalam menjaga kesehatan diri.
- b. Tahap kedua: penyuluhan.
- c. Tahap ketiga: mengamati kelompok mitra setelah diberikan penyuluhan.

Untuk lebih jelasnya mekanisme kegiatan adalah berikut ini.

Tahap	Kegiatan yang dilakukan	Sarana/prasarana	Pelaksana
I	a. Mengamati	<ul style="list-style-type: none"> • Meja kursi 	Tim Pengusul
II	a. Penyuluhan	<ul style="list-style-type: none"> • Meja kursi • Slide proyektor • Poster 	Tim Pengusul Mahasiswa

3.3 Tahap Monitoring Evaluasi

Tahap ini berupa evaluasi pelaksanaan program setelah 1 bulan dan 4 bulan berjalan terhadap peningkatan informasi yang diperoleh anggota dari hasil penyuluhan dan memantau keadaan emosi para lansia. Hal ini dilakukan agar dapat dimonitor dan memastikan program sudah berjalan sesuai dengan perencanaan.