

## **BAB 3**

### **METODE PELAKSANAAN**

Metode pelaksanaan dapat dibagi beberapa tahapan yaitu:

#### 1.1 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 di sekitar klinik Cor Jesu Malang Kemudian dilakukan kesepakatan bersama untuk menyelesaikan permasalahan yang ada.

#### 1.2 Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan ini lansia di klinik Cor Jesu Malang diajak secara bersama-sama untuk melaksanakan kegiatan yang sudah disepakati bersama dengan susunan sebagai berikut:

- a) Penyuluhan tentang beberapa penyakit kronis beserta komplikasi yang ditimbulkan
- b) Pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat, dan kolesterol gratis
- c) Pengobatan akupunktur gratis bagi lansia yang membutuhkan dalam beberapa kali sesi
- d) Pelatihan akupresure praktis yang dapat dilakukan mandiri di rumah

Tahap ini merupakan inti program, kelompok lansia akan diberikan penyuluhan kesehatan terkait penyakit kronis, dan pengobatan akupunktur. Pada awal kegiatan mengadakan skrining pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat, kolesterol gratis. Pada tahap pelatihan dilakukan dengan memberikan pelatihan akupresure praktis bagi lansia yang membutuhkan. Mekanisme pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

- a. Tahap pertama: pendaftaran kelompok penderita DM, mengukur kadar gula darah, asam urat, kolesterol, dan mengukur tekanan darah penderita
- b. Tahap kedua: penyuluhan tentang penyakit kronis
- c. Tahap ketiga: pengobatan akupunktur gratis dalam beberapa sesi
- d. Tahap keempat: pelatihan akupresure praktis

Untuk lebih jelasnya mekanisme kegiatan adalah berikut ini.

| <b>Tahap</b> | <b>Kegiatan yang dilakukan</b>   | <b>Sarana/prasarana</b>   | <b>Pelaksana</b>       |
|--------------|--|---|------------------------|
| I            | a. Pendaftaran<br>b. Pengukuran tekanan darah<br>c. Pengukuran gula darah, asam urat, kolesterol | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Meja kursi</li> <li>• Buku register, tensimeter</li> <li>• Alat tes gula darah, asam urat, kolesterol</li> </ul> | Mahasiswa              |
| II           | Penyuluhan   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Meja kursi</li> <li>• Slide proyektor</li> <li>• Poster</li> <li>• Brosur</li> </ul>                             | Tim Pengusul Mahasiswa |
| III          | Pengobatan akupunktur  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jarum akupunktur</li> <li>• Kapas alkohol</li> <li>• Buku register</li> <li>• Brosur</li> </ul>                  | Tim Pengusul Mahasiswa |
| IV           | Pelatihan akupresure praktis   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brosur</li> <li>• Buku Saku</li> </ul>   | Tim Pengusul Mahasiswa |