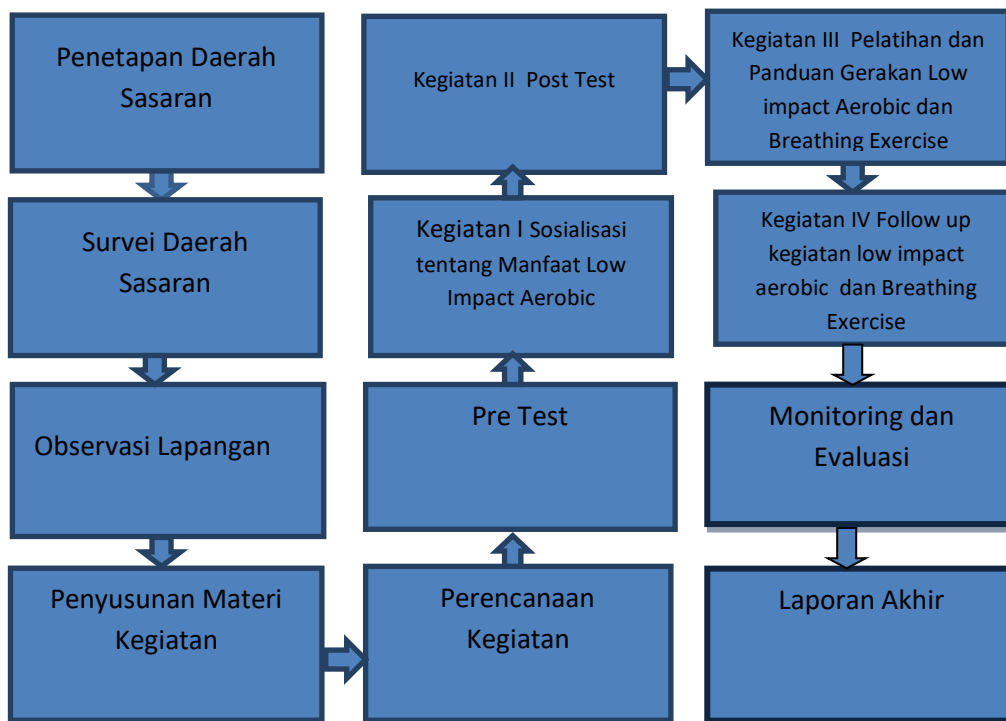


BAB 3 METODE PELAKSANAAN

Rencana Kegiatan dan Partisipasi Mitra dalam Pelaksanaan Kegiatan

Metode pelaksanaan kegiatan yang akan diterapkan merupakan serangkaian proses kegiatan yang disusun secara sistematis. Berikut adalah gambaran proses kegiatan yang telah dilaksanakan:



Dari tahapan diatas dapat dideskripsikan sebagai berikut:

1. Penetapan daerah sasaran
Penetapan daerah sasaran ini berdasarkan tinjauan tentang masyarakat yang pernah terpapar covid-19.
2. Survei daerah sasaran
Dari data yang telah didapat, tim pengabdian masyarakat meninjau lokasi
3. Obervasi lapangan
Melakukan wawancara dan mengambil data di Komunitas Yayasan Jantung Indonesia
4. Penyusunan Materi Pelatihan
Menyusun materi pelatihan berdasarkan jurnal-jurnal penelitian yang sudah dilakukan oleh banyak peneliti.
5. Perencanaan Kegiatan
Menyusun jadwal kegiatan bersama dengan Kepala Yayasan Jantung Indonesia Cabang Malang Raya.

6. Sosialisasi program

Sosialisasi program kegiatan kepada anggota komunitas Yayasan Jantung Indonesia Cabang Malang Raya.

7. Kegiatan I

Kegiatan memberikan pemeriksaan *vital sign* kepada masyarakat yang pernah terpapar covid-19 di Yayasan Jantung Indonesia Cabang Malang Raya

8. Kegiatan II

Kegiatan memberikan materi sosialisasi tentang bahaya covid-19 dan manfaat low impact aerobic pada masyarakat khususnya yang pernah terdampak covid-19 di Yayasan Jantung Indonesia Cabang Malang Raya

9. Kegiatan III

Memberikan panduan gerakan low impact aerobic pada masyarakat di Yayasan Jantung Indonesia Cabang Malang Raya

10. Kegiatan IV

Melakukan follow up pada anggota Yayasan Jantung Indonesia Cabang Malang Raya setelah sosialisasi

11. Monitoring dan Evaluasi

Kegiatan yang sudah berjalan akan dimonitoring perkembangannya dan dievaluasi keberhasilan program kegiatan

12. Laporan Akhir

Penyusunan laporan akhir kegiatan