



Pengenalan *Sport Masage* Pada Masyarakat Melalui Aksi Sosial Upaya Semarak *Dies Natalis* Universitas Negeri Padang Yang Ke 64

¹Rosmaneli, ²Darni

¹²Jurusan Pendidikan Olahraga, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi,
Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang
Email: rosmanelimpd@fik.unp.ac.id¹, darni_PO@fik.unp.ac.id²
Diterima: 13 Mei 2020; Revisi: 31 Mei 2020; Disetujui: 31 Mei 2020

Abstrak

Sport Massage merupakan salah satu relaksi yang alami untuk menyegarkan tubuh baik dari anak-anak, remaja, maupun dewasa. Banyak dari kalangan masyarakat yang belum tau apa itu *sport massage*. Pada dies natalis ke 64 ini jurusan permasing-masing fakultas menampilkan karya sesuai dengan kelebihan yang dimiliki dengan memperagakan pada stan yang disediakan oleh Universitas Negeri Padang. Salah satunya Fakultas Ilmu Keolahragaan, Jurusan Pendidikan Olahraga yang mengembangkan salah satu potensinya yakni *sport massage*. Metode pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini metode partisipatif. Menurut pendapat Meaga partisipatif ini merupakan pendekatan yang melibatkan seluruh masyarakat dalam pemetaan dan pemecahan masalah. Fokus pengabdian ini adalah memperkenalkan *sport massage* dan aksi sosial yang akan membantu tsunami di Palu, hasil dana aksi akan langsung disumbangkan. *Sport massage* memiliki keuntungan yang banyak bagi kesehatan apalagi bagi tubuh yang selesai melakukan olahraga, apalagi ini akan bisa menjadi salah satu *icon* kelebihan yang bisa dibanggakan. Solusi dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan mencukupi kebutuhan sarana dan prasana yang bisa meningkatkan nilai ketertarikan orang menggunakan jasa *masseur* FIK Universitas Negeri Padang serta memberikan pelatihan khusus untuk para tim *massage* agar bisa memiliki kemampuan yang lebih lagi. Adapun sarana prasana untuk mendukung *massage* adalah ruangan serta alat-alat yang perlu diperbaharui agar bisa sesuai dengan standar yang ada.

Kata Kunci: *Sport Massage, Aksi Sosial*

Abstract

Sport Massage is one of the natural relaxants to refresh the body both from children, adolescents, and adults. Many of the people who do not know what sports massage is. At the 64th anniversary anniversary, the department of each faculty was displaying works in accordance with their strengths by displaying a booth provided by Padang State University. One of them is the Faculty of Sport Science, the Department of Physical Education which develops one of its potential namely sports massage. The method of implementation in community service activities is participatory. In Meaga's opinion, this participatory approach is an approach that involves the whole community in mapping and problem solving. The focus of this dedication is to introduce sports massages and social actions that will help the tsunami in Palu, the proceeds of the action funds will be directly donated. Sport massage has many benefits for health especially for the body that has finished exercising, moreover this will be one of the advantages icons to be proud of. The solution of community service activities is to meet the need for facilities and infrastructure that can increase the value of people's interest in using the services of Padang State University FIK masseur as well as providing special training for massage teams in order to have more capabilities. The infrastructure for supporting massage is the room and tools that need to be updated to be in accordance with existing standards.

Keywords: *Sports Massage, Social Action*



ANALISIS SITUASI

Universitas Negeri Padang merupakan salah satu perguruan tinggi yang berada di kota Padang, tepatnya pada 23 Oktober 1954- 23 Oktober 2018 berusia 64 tahun. Dipimpin oleh bapak Prof. Ganefri, Ph.D. (Wikipedia). Pada saat pelaksanaan dies natalis dilaksanakan di kampus utama yang terletak di Jln. Prof. Dr. Hamka, Air Tawar, Kota Padang. Dipusatkan di Gedung Auditorium Universitas Negeri Padang yang melibatkan para civitas, mahasiswa dan staf.

Pada dies natalis ke 64 ini jurusan permasing-masing fakultas menampilkan karya sesuai dengan kelebihan yang dimiliki dengan memperagakan pada stan yang disediakan oleh Universitas Negeri Padang. Salah satunya Fakultas Ilmu Keolahragaan, Jurusan Pendidikan Olahraga yang mengembangkan salah satu potensinya yakni *sport massage*. Yang masih belum banyak diketahui oleh masyarakat terutama lingkungan Universitas Negeri Padang.

Sport massage sangat menguntungkan bagi kesehatan, sehingga pada saat dies natalis Universitas Negeri Padang ke 64 Jurusan Pendidikan Olahraga menurunkan tim *massage* untuk menyemarakkan dalam rangka aksi sumbang sosial di kota Palu yang membutuhkan ulur tangan kita sebagai makhluk sosial. Dalam aksi sosial ini menurunkan tim *massage* FIK Universitas Negeri Padang terdiri dari *masseur* putra dan putri.

Lokasi untuk menyediakan layanan *sport massage* sendiri sudah disediakan pihak panitia dari penyelenggara dies natalis Universitas Negeri Padang sebagai sarana penunjang yang akan mendukung jalannya pelayanan yang diberikan oleh tim *massage*. Dengan adanya lokasi khusus untuk giat akan lebih memudahkan masyarakat yang dituju utama adalah mahasiswa dan civitas kampus, sehingga bisa memudahkan sosialisasi dan meminta ulur tangan dari setiap yang ikut berpartisipasi. Diharapkan setiap orang yang ikut serta bisa mendapatkan ilmu pengetahuan serta manfaat dari *sport massage* dan melalui giat ini bisa sebagai perantara untuk membantu korban tsunami di kota Palu.

SOLUSI DAN TARGET

Adapun solusi dan target dari pengabdian pada dies natalis Universitas Negeri Padang ke 64 yakni, melalui pelayanan *sport massage* memiliki peluang yang bisa dikembangkan dengan bantuan kerjasama pihak setempat, tetapi dengan kurangnya sarana dan prasarana serta tim *massage* generasi selanjutnya *sport massage*. *Sport massage* memiliki keuntungan yang banyak bagi kesehatan apalagi bagi tubuh yang selesai melakukan olahraga, apalagi ini akan bisa menjadi salah satu *icon* kelebihan yang bisa dibanggakan. Solusi dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan mencukupi kebutuhan sarana dan prasarana yang bisa



meningkatkan nilai ketertarikan orang menggunakan jasa *masseur* FIK Universitas Negeri Padang serta memberikan pelatihan khusus untuk para tim *massage* agar bisa memiliki kemampuan yang lebih lagi. Adapun sarana prasana untuk mendukung *massage* adalah ruangan serta alat-alat yang perlu diperbaharui agar bisa sesuai dengan standar yang ada.

Target luaran dari kegiatan pengabdian ini bisa menjadi tulisan dalam bentuk jurnal yang dipublikasi secara online. Sehingga bisa bermanfaat menjadi bahan rujukan yang akan dipakai untuk yang membutuhkan

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini metode partisipatif. Menurut pendapat Meaga partisipatif ini merupakan pendekatan yang melibatkan seluruh masyarakat dalam pemetaan dan pemecahan masalah. Pada dies natalis Universitas Negeri Padang ini akan melibatkan seluruh yang terlibat di kegiatan ini terutama mahasiswa dan civitas lingkungan Universitas Negeri Padang selama kegiatan berlangsung.

Fokus pengabdian ini adalah memperkenalkan *sport massage* dan aksi sosial yang akan membantu tsunami di Palu, hasil dana aksi akan langsung disumbangkan. Terdapat tahapan yang dilakukan dalam pengabdian ini, yakni tahapan diskusi atau musyawarah bagaimana jalannya program ini selama dies natalis, perlengkapan yang dibutuhkan. Hal diperkuat menurut pendapat (Asnaldi & Kibadra, 2019) “Musyawarah disini yaitu tentang Program Pelatihan yang akan dilaksanakan serta kendala-kendala yang dimungkinkan timbul dalam pelaksanaan program ini, sehingga dalam musyawarah ini bisa mendapatkan solusi akan kendala tersebut”.

Kemudian dilakukan observasi ditempat dies natalis untuk stan *massage*. Setelah semua persiapan, tim *massage* dengan bantuan dosen pembimbing melakukan konsep denah kegiatan untuk kegiatan dies natalis serta menghitung banyak barang yang dibutuhkan selama kegiatan berlangsung. Penguatan dari kegiatan ini dengan menggunakan kerjasama antara mahasiswa dengan dosen untuk kegiatan yang direncanakan dan disepakati sesuai dengan tujuan kegiatan. Kegiatan dilakukan dalam 4 hari dengan tim *massage* putra dan putri.

PELAKSANAAN KEGIATAN

Lokasi kegiatan dies natalis Universitas negeri Padang ke 64 ini dilaksanakan di Auditorium, kampus utama dari Universitas Negeri Padang. Dengan melibatkan 8 fakultas yakni, Fakultas Ilmu Pendidikan, Fakultas Bahasa dan Seni, Fakultas Teknik, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Sosial, Fakultas Ekonomi, Fakultas Pariwisata dan Perhotelan , dan Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam.



Dalam kegiatan berlangsung tim *massage* dan dosen pembimbing juga menggunakan tanda pengenal dan seragam, tidak hanya itu juga memberikan kesan menarik dengan adanya *banner* atau spanduk yang disediakan agar setiap tamu yang datang tertarik untuk merasakan pelayanan yang diberikan dan beberapa pengetahuan lainnya terkait dengan kesehatan. Tidak hanya itu juga disediakan kotak untuk pengumpulan aksi sosial untuk bencana tsunami di Palu, sehingga tamu yang datang bisa menyalurkan bantuannya kepada masyarakat yang terdampak. Pelayanan dilakukan sesuai dengan kebutuhan dari tamu atau pasien yang datang ikut berpartisipasi dalam *sport massage*.

Sebelum mendapatkan jasa pelayanan, para tamu diminta untuk mengisi buku tamu yang telah disediakan. Selain itu para tamu juga bisa untuk berbincang-bincang dengan tim mengenai hal-hal yang berkaitan dengan *massage*. Dengan kata lain, adanya stand *sport massage* dapat menjadi ajang untuk berbagi ilmu. Tidak hanya sebatas orang-orang yang berasal dari Universitas Negeri Padang saja, tetapi semua orang yang ikut serta dalam kegiatan Dies Natalis tersebut, baik itu yang berasal dari Universitas Negeri Padang maupun yang berasal dari luar Universitas Negeri Padang.



Gambar 1

Salah satu tim *massage* yang berdiri dengan banner stand *sport massage*



Gambar 2
Meja administrasi dan kotak sumbangan yang disediakan



Gambar 3
Bentuk Pelayanan sport massage



HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Potensi *sport massage*

Sport massage adalah kegiatan olah tubuh yang bisa menyegarkan kembali tubuh seperti semula. Oleh karena itu pada kegiatan ini tim *massge* bekerjasama dengan dosen pembimbing mencoba memperkenalkan dari *sport massage* dan sekaligus berpotensi membuka bahkan menyalurkan ulur tangan dari tamu yang datang dalam kegiatan dies natalis Universitas Negeri Padang ke 64 tahun.

Oleh karena itu, banyak dari tamu yang datang bisa merasakan bahkan meminta kembali untuk merasakan pelayanan *sport massage* yang diberikan oleh tim *massage* FIK yang sangat bermanfaat yang dirasakan bagi setiap tamu dies natalis. Dapat dikatakan bahwasanya jika tim serta sara dan prasaran *sport massage* ini dikembangkan dengan baik, maka akan membuka selebar-lebarnya lapangan kerja mahasiswa dan bahkan akan mendatangkan income baik untuk mahasiswa, dosen-dosen pembina *massage* dan Universitas Negeri Padang nantinya.

2. Sarana Prasarana

Sarana yang digunakan dalam kegiatan dies natalis tempat tidur, alat minyak, *handbody*, handuk, bantal, dan tirai pembatas. Serta prasaran yang sudah disediakan oleh pihak panitia yakni, gedung, ruangan tertutup dan fasilitas yang mendukung lainnya. Adapun salah satu gambar sarana yang digunakan :



Gambar 4

Sarana dan prasana yang digunakan dalam memberikan pelayanan *sport massage*



Pada masa sekarang, untuk memberikan jasa ataupun pelayanan, sangat tergantung dari sarana dan prasarana yang ada. Semakin lengkap sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sebuah tempat jasa /pelayanan akan menambah nilai jual serta ketertarikan orang-orang untuk menggunakan jasa/layanannya. Tidak terkecuali untuk pemberian jasa/pelayanan *sport massage*. Sarana dan prasarana yang nyaman akan membuat orang-orang yang menggunakan jasa pelayanan *sport massage* semakin nyaman pula, tidak akan menimbulkan efek risih atau tidak enak, karena sarana dan prasarana yang tersedia sudah sesuai dengan standarisasinya.

3. Peningkatan Daya Tarik

Sport massage berkembang sudah sangat lama dan kebanyakan dikenal oleh olahragawan saja yang hanya bernaung dibawah olahraga. Pada saat dies natalis ini bisa lebih memperkenalkan *sport massage* dan sekaligus bisa menyalurkan bantuan kepada saudara yang terdampak bencana tsunami. Untuk meningkatkan daya tarik para tamu atau pengunjung bisa dengan pemberian warna stan dan tulisan-tulisan yang diberikan serta penawaran langsung kepada tamu yang turut hadir dalam dies natalis.

Kebanyakan masyarakat tertarik dengan relaksi yang bisa menyegarkan tubuh, melalui *sport massage* para pasien yang merasakan akan merasakan penyegaran tubuh kembali dan bisa menyegarkan otak kembali. Oleh karena itu, tim *massage* melakukan pengenalan terhadap *massage* dengan menungkatannpengetahuan masyarakat agar lebih tertarik menggunakannya dibandingkan menggunakan obat kimia dan mengajak masyarakat untuk mengulurkan tangan kepada yang lebih membutuhkan. Yang terlibat dalam kegiatan ini adalah para tim *massage* yang berasal dari mahasiswa FIK dan dosen pembimbing dari dosen FIK. Berikut foto bersama tim *massage* dan dosen pembimbing.

Untuk itu dengan dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat di kegiatan dies natalis UNP, yang dilengkapi dengan stand-stand yang baik dan bagus, serta pelayanan yang diberikan sangat ramah dan nyaman, akan memberikan dampak yang positif. Para tamu dan masyarakat akan tertarik dan penasaran dengan pelayanan *sport massage* yang akan diberikan. Dari hasil kegiatan ini, masyarakat dan para tamu yang telah mencoba menggunakan jasa/pelayanan *sport massage* ini, semakin merasa tertarik dan ketagihan dengan apa yang mereka rasakan pada tubuh mereka. Rata-rata tim *massage* yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini, para tamu dan masyarakat memintak no kontak mereka untuk bisa dihubungi dan memberikan pelayanan/jasa *sport massage* lagi.



Gambar 5
Tim massage dan dosen pembimbing stand sport massage

KESIMPULAN

Sport massage belum banyak diketahui oleh masyarakat sebelumnya, namun sekarang dengan adanya dies natalis yang diadakan masyarakat bisa mendapatkan betapa pentingnya menjaga kesehatan dengan salah satunya melalui *sport massage*. Melalui kegiatan yang dilakukan banyak dari kalangan yang ikut serta bisa merasakan bagaimana relaksasi yang diberikan dan tubuh mejadi bugar kembali. Banyak yang meminta untuk penyegaran kembali dilakukan oleh tim *massage* dengan melalukan *sport massage*. Melalui kepuasan tersebut banyak tamu yang berminat untuk mendukung aksi sosial melalui kegiatan *sport massage* yang berupa materi. Jadi dapat disimpulkan bahwa masyarakat bisa mengenal dan mengetahui *sport massage* melalui kegiatan dies natalis Universitas Negeri Padang yang ke 64 tahun dn juga bisa membantu korban dampak tsunami di Palu.

Terdapat beberapa saran yang dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk lebih mengembangkan *sport massage*, yakni bisa diharapkan dengan pengabdian kepada masyarakat oleh tim *massage* dan dosen pembimbing ini bisa memperkenalkan *sport massage* kepada masyarakat dan sekaligus sebagai aksi sosial peduli kepada masyarakat yang terdampak bencana. Sehingga *sport massage* bisa menjadi alternatif pengobatan relaksasi dibandingkan obat-obatan kimia.



PENGAKUAN

Dalam kesempatan yang berikan tim pengabdian mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kegiatan pengabdian ini berjalan dengan lancar. Kami juga berterima kasih kepada pihak-pihak yang terlibat yang telah banyak membantu dalam berjalannya kegiatan ini. Terima kasih kepada pimpinan dan staf Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk menyemarakkan dies natalis Universitas Negeri Padang yang ke 64 tahun. Terima kasih kepada tamu yang sudah turut dalam aksi sosial yang kami lakukan sekaligus memperkenalkan *sport massage*.

DAFTAR PUSTAKA

- Asnaldi, A., & Kibadra, K. (2019). Sosialisasi Program Latihan Motor Ablity Kepada Asisten Pelatih Dojo Lembaga Karate-Do Indonesia Se-Kecamatan Koto Tangah. *Jurnal Berkarya Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 67–74. <https://doi.org/10.24036/JBA.VIII.33>
- Darni, D., & Welis, W. (2018). Peningkatan Keterampilan Massage Cedera Olahraga Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kecamatan Padang Utara. *JURNAL STAMINA*, 1(1), 415-424.
- Darni, D., Deswandi, D., Wildawelis, W., & Sepriadi, S. (2018). LATIHAN KETERAMPILAN MASASE TERPADU BAGI SISWA PENGURUS OSIS UNTUK PENINGKATAN PELAYANAN UKS DI SMP NEGERI 8 PADANG. *Abdimas Dewantara*, 1(2), 45-55
- Depdikbud. 2005. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Depdikbud, 1980/1981. *Spor Massage*. Jakarta, Direktorat Jenderal Olahraga dan Pemuda.
- Darni, 2009. *Massage Olahraga Dasar Teori dan Manipulasi*. Wineka Media, Malang
- Fisu, A. A., & Marzaman, L. U. (2018). Pemetaan Partisipatif Kampung Pesisir Kelurahan Tallo Kota Makassar. *To Maega| Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 22-28.
- <https://www.facebook.com/arfakingmassage/.../pengertian-sport-massagesport-massage.../1220736087942392/>