



**EKSISTENSI NILAI *SPORT MASSAGE* DALAM MENUMBUHKAN
KARAKTER *ENTREPRENEUR* MAHASISWA PENDIDIKAN JASMANI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MUHAMMADIYAH SORONG**

**Annisa Tri Wahyuni¹, Waskito Aji Suryo Putro², Leo Pratama³, Wahyu Retno
Widyaningsih⁴**

¹Prodi Pendidikan Jasmani, Fakultas Pendidikan Bahasa, Sosial, dan Olahraga, Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong, Indonesia

²Prodi Pendidikan Jasmani, Fakultas Pendidikan Bahasa, Sosial, dan Olahraga, Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong, Indonesia

³ Prodi Pendidikan Jasmani, Fakultas Pendidikan Bahasa, Sosial, dan Olahraga, Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong, Indonesia

⁴Madrasah Aliyah Negeri Kota Sorong, Indonesia

¹annisawahyuni7954@gmail.com, ²ajiwaskito@unimudasorong.ac.id,

³leo@unimudasorong.ac.id, ⁴wahyu.retno.edu51091@icloud.com

Abstrak

Dalam sebuah bisnis/usaha tenaga *Sport massage* ini bertujuan untuk mengetahui karakter interpreneur Mahasiswa Pendidikan Jasmani sebagai tenaga Masseur/masseus. Sebelum penulis melakukan sebuah kajian ini, telah dilaksanakannya Program Pembinaan Mahasiswa Wirausaha kepada Mahasiswa UNIMUDA Sorong Program Studi Pendidikan Jasmani, tentang *sport massage*, *jamu/herbal drink* dan *spectre food healty*. Jenis penelitian yang digunakan ialah deskriptif dengan pendekatan kualitatif, dengan melalui sumber data berupa pengumpulan data, Penelitian Lapangan, dokumentasi, dan kuisioner. Hasil dari penelitian ini berupa eksistensi nilai *sport massage* dalam menumbuhkan karakter entrepreneur Mahasiswa dengan tujuan untuk membekali mahasiswa dalam mengungkapkan waktu agar dapat mandiri dalam berbisnis/usaha. Berdasarkan lulusan Fakultas program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong, dapat mengembangkan kesempatan usaha baru secara individu. Diharapkan bahwa pengetahuan yang diperoleh tidak terbatas pada penjelasan teori semata, melainkan juga melibatkan praktik langsung. Hal ini dapat disimpulkan sebagai kegiatan pengolahan *Sport Massage* menjadi unit bisnis yang memberikan berbagai macam manfaat bagi Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong maupun bagi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani.

Kata kunci: *Sport massage*, Karakter Interpreneur Mahasiswa, Pendidikan Jasmani

Abstract

In a business / business of Sport massage personnel, it aims to find out the interpreneur character of Physical Education Students as Masseur / masseus personnel. Before the author conducted this research, an Entrepreneurial Student Development Program was implemented for UNIMUDA Sorong Physical Education Study Program students, regarding sports massage, herbal drinks and healty food spectre. The type of research used is descriptive with a qualitative approach, through data sources in the form of data collection, field research, documentation, and questionnaires. The results of this study are in the form of the value of sports massage in fostering the entrepreneurial character of students with the aim of equipping students in expressing time in order to be independent in business. Based on graduates of the Physical Education Study Program

of the Faculty of Sports Science, Muhammadiyah Sorong University of Education, can develop new business opportunities individually. It is hoped that the knowledge gained is not limited to theoretical explanations, but also involves direct practice. This can be concluded as a Sport Massage processing activity into a business unit that provides various benefits for the Muhammadiyah Sorong University of Education and for Physical Education Study Program Students.

Keywords: Sport massage, Student Entrepreneur Character, Physical Education

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu usaha dasar yang terencana dan dilakukan oleh seseorang agar dapat menambah kecakapan daya kemampuan yang terdapat dalam diri. Pendidikan bisa diselenggarakan melalui tahapan eksklusif, sama dengan perkuliahan yang menjalankan mekanisme dalam pendidikan jenjang berikutnya. Dalam pendidikan perkuliahan diperoleh sejumlah jurusan yang dapat membimbing kita dalam bekerja untuk lebih berkembang menuju sesuatu yang diinginkan. Proses pada berpendidikan adalah suatu metode usaha manusia yang berjalan sepanjang masa khususnya untuk Program Studi Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan yang memiliki arti sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis (Istiyono, Edi. Mardapi, 2023).

Di Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong memiliki banyak fakultas dan program studi, salah satu diantaranya ialah fakultas pendidikan, dengan salah satu program studi yang dapat mempermudah mahasiswa agar lebih memahami perihal kapasitas keolahragaan ialah program Studi Pendidikan Jasmani. Menurut Undang-Undang RI nomor 3 Tahun 2005 perihal Sistem Keolahragaan Nasional bab 1 pasal 1 bahwa, "Keolahragaan merupakan seluruh bagian yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pembinaan, pelatihan, peningkatan, dan pengamatan".

Menurut asumsi peneliti terkait penerangan diatas, olahraga memerlukan kedisiplinan untuk mencapai tujuan kesehatan yang sama halnya dengan berbisnis. Olahraga membantu seseorang menjadi lebih baik secara mental dan fisik dan juga sangat penting untuk kehidupan manusia karena dapat membangun kualitas hidup

seseorang menjadi pribadi yang sehat secara fisik maupun secara mental. Orang yang sehat secara fisik dan mental merupakan kunci untuk membangun masyarakat yang baik. Kegiatan olahraga dapat mencapai tujuan bangsa Indonesia untuk memiliki warga negara yang berkualitas, karena kegiatan olahraga dapat mengembangkan kualitas manusia yang baik. Olahraga artinya salah satu kebutuhan manusia yang menjadi unsur pokok serta memiliki pengaruh dalam proses pembentukan jiwa (rohani) dan jasmani yang bertenaga. (Waskito Suryo Aji Putro, Liya Pransiska, 2020).

Massage Olahraga adalah sebuah pijatan yang tidak hanya ditujukan kepada individu dalam kondisi yang sehat, dan penting untuk diingat bahwa *sport massage* tidak hanya diperuntukkan bagi para atlet. *Massage* bisa dirasakan oleh siapa saja, termasuk orang tua, anak muda, pria maupun wanita. Bahkan, mereka yang mengalami cedera ringan juga dapat manfaat dari *sport massage*. Penelitian yang dilakukan oleh Atmojo dan Ambardini pada tahun 2019 menunjukkan bahwa cedera dalam olahraga dapat disebabkan oleh faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal melibatkan aspek seperti perlengkapan yang tidak sesuai, interaksi dengan atlet lain, kondisi lapangan, dan cuaca. Sedangkan faktor internal mencakup kelemahan jaringan tubuh, kurangnya fleksibilitas, beban berlebihan, kesalahan dalam gerakan tubuh, dan faktor lain yang berasal dari dalam tubuh atlet. Penanganan cedera dapat dilakukan dengan berbagai metode, baik yang bersifat medis maupun nonmedis. Pengobatan medis melibatkan terapi rehabilitasi olahraga dan pengobatan alternatif. Di antara berbagai pilihan terapi tersebut, *sport massage* adalah salah satu pilihan yang digunakan untuk membantu pemulihan pasca cedera. Selain *sport massage*, terapi herbal, *thermotherapy*, *cold therapy*, *hydrotherapy*, *manual therapy*, terapi yoga, *exercise therapy*, dan metode lainnya yang digunakan dalam proses penyembuhan.

Dalam konteks olahraga, *sport massage* adalah jenis pijatan yang disesuaikan dengan kebutuhan atlet dan terbagi menjadi dua kategori, yaitu untuk pemeliharaan tubuh sebagai bagian dari Latihan, serta pijatan sebelum, dan setelah pertandingan sesuai dengan karakteristik cabang olahraga. *Massage* ini memiliki tujuan khusus, seperti memperbaiki masalah pada otot dan persendian, meningkatkan fleksibilitas tubuh, mengurangi ketegangan, dan meredakan rasa nyeri. Secara umum, *sport*

massage bertujuan untuk meningkatkan peredaran darah dan mempercepat pemulihan tubuh setelah berolahraga. Pijatan sebelum dan selama sesi olahraga akan menggunakan Teknik manipulasi tertentu pada otot yang sering digunakan dalam aktivitas olahraga. Namun, pengamatan di Kota Sorong menunjukkan bahwa masih ada terkait pengetahuan rendah tentang sport massage di kalangan pelaku olahraga. Mereka cenderung mengandalkan metode pijatan tradisional, yang memunculkan sejumlah faktor dalam penanganan cedera olahraga dengan sport massage, terutama sebelum dan setelah pertandingan.

Sport massage dapat diterapkan ke seluruh tubuh terutama ditujukan sebagai salah satu alternatif pemulihan kelelahan setelah berolahraga. *Massage* olahraga dapat dikatakan memiliki banyak fungsi untuk kesehatan tubuh, salah satunya agar menjadikan otot tubuh relaks, memperlancar peredaran darah, melenturkan sendi pengikat jaringan dan menghasilkan otot penahan yang sistematis bagi sendi yang terdapat di dalam tubuh (Setiawan, 2022).

Selain dari itu mata kuliah *massage* mewujudkan keahlian yang menyediakan mahasiswa dengan kemampuan hidup (*life skill*) menggunakan arah membuka peluang agar dapat mandiri di dalam masyarakat. Sementara itu alumni Fakultas program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong dapat mengembangkan kesempatan usaha baru secara individu. Diartikan oleh (Balogun, O., & Kennedy, 2020), situasi ini bermaksud dapat menyebarkan keanekaan dari karier yang salah satunya ialah *massage* olahraga yang diperlukan sebagai penyembuhan sederhana.

Melihat situasi seperti ini, tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat memiliki inspirasi, gagasan dan inisiatif untuk melakukan pembinaan kepada mahasiswa untuk dapat memberikan pendidikan serta pengenalan tentang berbagai gerakan serta metode penindakan cedera olahraga melewati sport massage.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam kajian ini menggunakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Lokasi penelitian berada di Laboratorium *Spectre* Pendidikan Jasmani Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong, dilaksanakan penelitian tersebut dikarenakan untuk menunjang hasil dari Program Pengembangan Mahasiswa Wirausaha ini selama satu tahun terkait eksisnya sport massage, jamu/*herbal drink* dan spectre food healthy dan untuk mengkaji nilai-nilai karakter yang terdapat di dalamnya. Metode deskriptif dapat dikatakan sebagai pencarian keterangan dengan interpretasi yang tepat. teknik yang dipergunakan dalam pengumpulan data dalam penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*).

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan pada Bulan Juni - Agustus Tahun 2022, yang berlokasi di Laboratorium Program Studi Pendidikan Jasmani yang terletak di Laboratorium *Spectre* Pendidikan Jasmani Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong .Untuk penyelenggaraan kegiatan ini, kami mengundang narasumber yang memiliki keahlian tinggi, pengalaman yang luas, serta memiliki lisensi nasional. Selain itu, kegiatan ini juga akan melibatkan mahasiswa program Studi Pendidikan Jasmani.



Gambar 1. 1 Pembukaan Pelaksanaan *Sport Massage*



Gambar 1. 2 Gambar Pelaksanaan Sport Massage



Gambar 1. 3 Uji Coba Mahasiswa Pada Pelatihan Sport Massage

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada mata kuliah *sport massage*, dapat dikatakan apabila mata kuliah tersebut memiliki kontribusi penting karena dapat menjadi salah satu alternatif pencegahan yang dapat dilakukan untuk menghindari cedera. Dapat dikatakan juga agar mendapatkan hasil yang telah dicapai dari kegiatan ini adalah Program Pengembangan Mahasiswa Wirausaha ini selama satu tahun terkait eksisnya *sport massage*, *jamu/herbal drink* dan *spectre food healty* dan untuk mengkaji nilai-nilai karakter pada Mahasiswa. *Sport massage* merupakan salah satu cara perawatan tubuh yang bermanfaat dalam perawatan fisik (badan), kesehatan dan kecantikan. Untuk

menguasai teknik-teknik *sport massage*, perlu memiliki pengetahuan yang lebih luas mengenai anatomi (ilmu urai tubuh) serta seringnya melakukan latihan dengan gerakan *sport massage* (Supriyadi, & Wardani, 2021). *Sport massage* selalu wajib ditunjukkan pada kulit dengan menggunakan *cream sport massage* agar dapat mempermudah gerakan tangan yang lebih sempurna, serta mencegah lecet/rusaknyajaringan-jaringan. Dalam mendukung implementasi mengelola usaha bisnis *sport massage*, sebagian besar dosen dan mahasiswa merasa termotivasi untuk melakukan bisnis ini. Pelatihan dilaksanakan sebagai wahana edukatif yang berusaha menanamkan semangat keolahragaan serta keahlian yang mumpuni bagi mahasiswa (Bangun, S. Y. ., Ilham, Z. ., & Riza, 2021). Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) (Nasional, 2022), *massage* atau pijat adalah tindakan pemijatan dan pengurutan dari komponen tubuh agar berupaya meningkatkan sirkulasi darah, sebagai metode terapi atau untuk mencoba melepaskan rasa kelelahan. Menurut teoretis, kata ini sering diketahui lewat sebutan "*massage.*" *Massage* pada cedera olahraga adalah teknik pemijatan yang bertujuan untuk membantu pemulihan seseorang yang mengalami cedera saat berolahraga yang dapat membahayakan kesehatan menurut ((Wijanarko, 2021) terapi *massage* pada cedera olahraga melibatkan Teknik-teknik seperti gerusan (*friction*) dan gosokan (*effleurage*) menggunakan ibu jari, serta penarikan (*traksi*) untuk mengembalikan sendi pada posisi yang benar (*reposisi*). Jadi, *massage* pada cedera olahraga adalah Tindakan pemijatan yang dilakukan untuk membantu pemulihan pada saat mengalami cedera selama berolahraga dengan menggunakan berbagai Teknik yang sesuai. Menurut teori-teori yang telah diuraikan sebelumnya, jasa penanganan cedera melalui cedera *massage* saat ini menjadi sangat penting. Ini disebabkan oleh fakta bahwa Latihan yang intens dan kurangnya pemanasan dapat meningkatkan resiko cedera. Melalui pelatihan cedera *massage*, peserta telah diberikan pengetahuan dan keterampilan yang berharga. Hal ini memungkinkan peserta uuntuk memahami aspek-aspek teoritis mengenai cedera dan Jenis-jenisnya, serta bagaimana cara penanganannya. Selain itu, pelatihan ini juga dapat memberikan informasi yang jelas mengenai kapan waktu yangtepat untuk memberikan pelayanan cedera *massage*. Dengan memahami ini, resiko kesalahan penanganan cedera dapat diminimalkan.

Seluruh peserta pelatihan telah merasakan dampak positif dari program ini yang mencangkup terciptanya peluang pekerjaan baru pada bidang *Sport Massage* dapat meningkatkan pendapatan ekonomi Mahasiswa, serta memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mengaplikasikan pengetahuan yang mereka peroleh kepada masyarakat luas. Menurut (Roepajadi, 2022), massage olah tubuh yaitu kegiatan menindih, mengurut atau mengusap daerah khusus dengan menggunakan tangan atau menggunakan alat tertentu berdasarkan tujuan efektivitas aliran darah serta meredakan rasa letih. Melakukan massage menginginkan seseorang yang telah ahli dalam mempelajari anatomi tubuh dan juga fisiologi olahraga, produsen massage memiliki sebutan tersendiri yang dapat di panggil oleh konsumen kepada produsen massage yaitu *masseur* sebutan sebagai seorang pijat (laki-laki) *masseuse* sebutan sebagai seorang pijat (wanita). Makanan yang masuk sangat berfungsi sebagai sumber energi, sumber pengatur dan sumber pembangun tubuh. Pemberian yang kurang sesuai dapat berakibat kepada pertumbuhan yang terhambat pengetahuan akan pentingnya status gizi terhadap proses tumbuh kembang remaja (Syafira, 2017). Kegiatan fisik maupun olah tubuh dalam kehidupan sehari-hari dapat meningkatkan kemampuan fisik yang juga sangat berpengaruh terhadap tingkat kebugaran jasmani (Rahmawati, D. F., & Hariyanto, 2020).

Pengetahuan tentang jamu menjadi salah satu warisan dan budaya yang telah dimiliki bangsa Indonesia yang dapat kita jaga dan lestarikan (Supariasa, I. D. N., & Purwaningsih, 2019). Salah satunya bentuk obat tradisional yang banyak ditemukan di masyarakat adalah jamu yang merupakan warisan budaya bangsa yang digunakan secara turun temurun untuk tujuan pengobatan dan kesehatan. Indonesia memiliki lebih dari 9600 jenis tanaman obat berkhasiat yang berpotensi digunakan sebagai bahan baku proses pembuatan jamu. Upaya ini selaras dengan meningkatnya keinginan masyarakat terhadap penggunaan obat tradisional. Potensi ini tentunya dapat menjadi salah satu sarana dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat dalam segi meningkatkan lapangan pekerjaan (Wicaksana, B., & Subekti, 2010).

KESIMPULAN

Dengan adanya kegiatan Program Pembinaan Mahasiswa Wirausaha(P2MW) ini dapat meningkatkan pola pikir mahasiswa yang bukan hanya dari sisi produk tambahan sport massage tapi juga sisi sosial dan perilaku. Kegiatan ini juga berhasil meningkatkan pengetahuan mahasiswa dalam menerapkan keterampilan massage kepada masyarakat secara luas baik dari segi teori maupun praktik. Selain itu, menumbuhkan pemikiran inovatif sehingga menghasilkan suatu metode pengolahan yang sangat mudah untuk mengolahnya dengan begitu mendatangkan kesejahteraan bagi Mahasiswa Pendidikan Jasmani. Terlepas dengan memproduksi jamu, dan spectre food healty dari masa ke masa yang selalu eksis di zaman modern ini ternyata menyimpan nilai karakter pada pandangan sosial dengan pendekatan Toleransi, Sosial Budaya Disiplin, Sikap Sosial dan Budaya Kerja Keras, Sikap Sosial Budaya Kreatif, Sikap Sosial dan Budaya Tanggung jawab. Penelitian ini sangat penting dikarenakan mampu menemukan nilai-nilai karakter yang tumbuh pada Mahasiswa Pendidikan Jasmani. Tentunya penelitian ini masih perlu pembaharuan untuk ke depannya sesuai dengan kondisi dan situasi yang berkembang pada dunia sport massage.

DAFTAR PUSTAKA

- Balogun, O., & Kennedy, A. B. (2020). Equity, Diversity, and Inclusion in the Massage Therapy Profession. *International Journal of Therapeutic Massage & Bodywork*, 13(3), 1–5.
- Bangun, S. Y. ., Ilham, Z. ., & Riza, A. R. (2021). No Title. . *Dharmas Journal of Sport*, 1(2), 77–78.
- Istiyono, Edi. Mardapi, D. dan S. (2023). Pengembangan tes kemampuan berpikir tingkat tinggi fisika (pysthots) Peserta didik SMA. *Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, 7–8.
- Luwistiana, F., & Sumiyatun, S. (2021). Pemahaman Mahasiswa Sejarah Terhadap Materi Perkuliahan Pendidikan. *Jurnal Khazanah Pendidikan*, 3(2), 1–8.
- Rahmawati, D. F., & Hariyanto, E. (2020). No Title. *Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Peserta Ekstrakurikuler Bela Diri Sekolah Menengah Kejuruan Negeri. Sport Science and Health*, 2(12), 582–591.
- Roepajadi, J. (2022). *Masase Olahraga*. Universitas Negeri Surabaya.

- Rosmaneli, R., & Darni, D. (2020). Pengenalan Sport Masage Pada Masyarakat Melalui Aksi Sosial Upaya Semarak Dies Natalis Universitas Negeri Padang Yang Ke 64. *Jurnal Berkarya Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 4–6.
- Setiawan, A. (2022). *Sport massage (Pijat Kebugaran)*. Yogyakarta: *Panduan Pijat Praktis Untuk Menjaga Kebugaran Dan Menghilangkan Kelelahan*.
- Sugiono, Waskito Aji Suryo Putro, Wahyu Retno Widiyaningsih, T. A. M. (2022). Pengaruh Latihan Naik Turun Bangku Menggunakan Tumpuan Satu Kaki bergantian Dengan Dua Kaki Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Mahasiswa Pendidikan Jasmani Universiats Pendidikan Munamamdiyah Sorong. *UNIMUDA SPORT*, 3(2), 6.
- Supariasa, I. D. N., & Purwaningsih, H. (2019). No Title. *Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian stunting pada balita di kabupaten malang*. *Karta Rahardja: Jurnal Pembangunan dan Inovasi*, 1(2), 55–64.
- Supriyadi, & Wardani, H. E. (2021). *Anatomi Manusia. Um (Press)*.
- Syafira, S. (2017). No Title. In *Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Sikap Mengkonsumsi Makanan Sehat Siswa SMK* (hal. 25–28).
- Waskito Suryo Aji Putro, Liya Pransiska, L. P. (2020). Survei Kebugaran Jasmani Mahasiswa UKM Bola Voli Putra Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong. *UNIMUDA SPORT*, 3(1), 5.
- Wicaksana, B., & Subekti, N. A. (2010). No Title. *POTENSI PENGEMBANGAN PASAR JAMU*. *Buletin Ilmiah Litbang Perdagangan*, 4(2), 210–225.
- Widiyaningsih, H. (2022). Persepsi Masyarakat Terhadap Kemampuan Soft Skills Mahasiswa FIK UNJ dalam Memasarkan Produk-Produk Olahraga. *Publikasi Pendidikan*, 6(3), 5.
- Wijanarko, B. (2021). *Sport massage Teori dan Praktik*. Yuma Pustaka.
- Waskito Aji Suryo Putro, Sugiono, Wahyu Retno Widiyaningsih. (2022). Hubungan Antara Panjang Tungkai Dan Power Otot Tungkai Dengan Kecepatan Lari Sprint 60 Meter Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 15 Folley Kabupaten Raja Ampat. *UNIMUDA SPORT JURNAL Vol.3 No.2*.
- Waskiton Aji Suryo Putro, Sugiono, Istiyono, dan Wahyu Retno Widiyaningsih. (2023). Dampak Motivasi Belajar Siswa Terhadap Hasil Belajar Mata Pelajaran Olahraga Divisi Bola Besar di Madrasah Aliyah Negeri Kota Sorong. *Jurnal Pendidikan*, Vol.11, No.02.