

## Pelatihan Terapi Massage Bagi Tenaga Kerja Indonesia

Lilik Evitamala <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat

Email: lilikevitamala23@gmail.com

### Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dihadiri oleh calon tenaga kerja Indonesia yang berjumlah 6 orang khusus laki-laki yang akan bekerja sebagai terapis *massage* di luar negeri (Arab Saudi). Metode yang di gunakan dalam pembelajaran berlangsung yaitu ceramah penyampaian materi yang sifatnya teoretik, demonstrasi memberikan contoh dan membina calon Tenaga Kerja Indonesia untuk mempraktekan berbagai macam materi, diskusi memberi kesempatan bagi peserta untuk bertanya dan proses pelatihan, evaluasi melihat minat dan kesungguhan peserta dalam mengikuti kegiatan ini. Calon Tenaga Kerja Indonesia yang mengikuti pelatihan ini ditunjukkan dengan hasil yang sangat memuaskan dalam sesi pemberian materi, hal ini bisa dilihat dari hasil evaluasi secara umum tentang pengaplikasian *massage*. Kesimpulan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu Calon Tenaga Kerja Indonesia di Lombok Barat bertambah pengetahuan, kemampuan dan keterampilan, dapat mengaplikasikan pengetahuan, kemampuan dan keterampilan *massage*, serta memiliki ruang baru untuk penghasilan tambahan melalui jasa *massage* di luar Negeri.

Kata Kunci: Pelatihan, *Massage*, Tenaga Kerja Indonesia.

### Abstract

*The community service activity was attended by 6 prospective Indonesian workers, specifically men who will work as massage therapists abroad (Saudi Arabia). The methods used in ongoing learning are lectures on delivering theoretical material, demonstrations providing examples and fostering prospective Indonesian Migrant Workers to practice various kinds of material, discussions providing opportunities for participants to ask questions and the training process, and evaluating the participants' interest and sincerity in participating in the activity. This Indonesian Migrant Workers who participated in this training were shown with very satisfactory results in the session of providing material, this can be seen from the results of the general evaluation of the application of massage. The conclusions of this community service activity are: Prospective Indonesian Workers in West Lombok increase their knowledge, abilities, and skills, can apply massage knowledge, abilities, and skills, and have new space for additional income through massage services abroad.*

Keywords: Training, *Massage*, Indonesian Workers

### Article History

Received: 11 Juli 2023

Accepted: 13 Juli 2024

## PENDAHULUAN

Sejak zaman purba manusia telah mengenal *massage* atau pijatan dengan berbagai macam ragam bentuk dan cara penggunaannya. Hal ini dapat diketahui dari peninggalan-peninggalan mereka yang berupa tulisan-tulisan atau benda-benda relief yang masih ada hingga saat ini. Pengetahuan tentang *massage* tidak tercipta dari satu atau beberapa zaman atau hasil ciptaan beberapa orang, tetapi adalah hasil dari pengalaman pemikiran dan penelitian orang zaman ke zaman. Pijatan atau yang lebih dikenal dengan *massage* ini memiliki beberapa jenis diantaranya *massage* untuk umum atau yang biasa kita lakukan, *massage* kecantikan yang biasanya ada di salon-salon kecantikan yang gunanya untuk merawat bagian tubuh agar terlihat lebih cantik serta *Massage* bagi atlet dilakukan pada saat sebelum pertandingan saat pertandingan dan setelah pertandingan yang dikenal sebagai *sport massage* atau *masass* olahraga dilakukan pada atlet atau olahragawan. Pemijatan justru tak boleh langsung dilakukan setelah mengalami cedera yang serius. "Lakukan tindakan RICE-Rest (istirahat), Ice (kompres dengan es), *Compress* (Penekanan) dan Elevation (Peninggian). Bagian yang cedera tak boleh dipijat setidaknya selama 2 x 24".

## METODE PELAKSANAAN

Upaya meningkatkan pengetahuan, kemampuan dan keterampilan dalam mengaplikasikan *massage* bagi Tenaga Kerja Indonesia yang akan menjadi terapis profesional di luar negeri, maka perlu adanya pembinaan dan pelatihan. Proses peningkatan kemampuan tersebut dengan menyampaikan teori-teori



pendukung. Peserta Tenaga Kerja Indonesia yang berasal dari Lombok Nusa Tenggara Barat belum mengenal terlalu jauh mengenai *massage*. Maka setelah pemahaman teori dimiliki, langkah berikutnya pemberian pelatihan-pelatihan praktek. Dengan demikian setelah adanya pengayaan tentang teori dan praktek, maka diharapkan para peserta Tenaga Kerja Indonesia berasal dari Lombok ini menerapkan *massage* kepada klien di luar negeri yaitu Saudi Arabia berlandaskan kajian ilmu pengetahuan.

Upaya untuk mencapai kearah tersebut, maka lembaga pengabdian masyarakat Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat perlu membantu calon Tenaga Kerja Indonesia di Lombok untuk menguasai materi *Massage* dalam peningkatan pengetahuan, kemampuan dan keterampilan, dapat mengaplikasikannya serta dapat mengembangkan dalam wirausaha berkaitan dengan pelayanan kesehatan, sehingga diharapkan dapat menambah pendapatan.

### **Realisasi Pemecahan Masalah**

Setelah diketahui dan dikaji kebutuhan apa yang sangat penting dalam memberikan materi tentang sosialisasi *Massage* sebagai peningkatan pengetahuan, kemampuan dan keterampilan. Maka dilakukan persiapan-persiapan materi yang paling penting dan mudah dilakukan dalam melakukan kegiatan *massage*.

### **Khalayak Sasaran**

Khalayak sasaran yang strategis dalam upaya mencapai tujuan kegiatan adalah calon Tenaga Kerja Indonesia di Lombok Nusa Tenggara Barat.

### **Pelaksanaan**

Pelaksanaannya yaitu melalui: a) metode ceramah dan penyampaian makalah: terutama menyangkut penyampaian materi yang sifatnya teoretik, b) Demonstrasi: Memberikan contoh dan membina Tenaga Kerja Indonesia untuk mempraktekan berbagai macam materi, c) diskusi: Memberi kesempatan bagi peserta untuk bertanya dan proses pelatihan, dan d) evaluasi: Melihat minat dan kesungguhan peserta dalam mengikuti kegiatan ini.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi *Massage* bagi calon Tenaga Kerja di Lombok Barat dapat berjalan sesuai dengan rencana program yang telah ditentukan baik dari segi waktu, tempat pelaksanaan, narasumber, dan peserta pelatihan semua memberikan kontribusi yang baik untuk kelancaran Kesungguhan dan minat yang besar dari calon Tenaga Kerja Indonesia yang mengikuti pelatihan ini ditunjukkan dengan hasil yang sangat memuaskan dalam sesi pemberian materi, hal ini bisa dilihat dari hasil evaluasi secara umum tentang pengaplikasian *massage*. Pelaksanaan kegiatan bukan berarti tanpa mengalami hambatan, terutama masalah penentuan waktu pelaksanaan dan lokasi pelatihan, tetapi masih bisa diatasi secara bersama-sama antara nara sumber, peserta dan unsur pendukung yang turut membantu demi kelancaran kegiatan ini.

Pelaksanaannya. Pelaksanaan sosialisasi *Massage* bagi calon Tenaga Kerja Indonesia di Lombok Barat diberikan materi teori dan praktek yang dilaksanakan pada tanggal 1 dan 2 Januari 2022. Selama kegiatan peserta menunjukkan rasa antusias dan keingintahuan lebih dalam tentang materi.

## **KESIMPULAN**

Kesimpulan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah: a) calon Tenaga Kerja Indonesia di Lombok Barat bertambah pengetahuan, kemampuan dan keterampilan, b) calon Tenaga Kerja Indonesia dapat mengaplikasikan pengetahuan, kemampuan dan keterampilan *massage* kepada masyarakat di Lombok Barat, c) calon Tenaga Kerja Indonesia di Lombok Barat sangat antusias mengikuti pelatihan *massage*, dan d) calon Tenaga Kerja Indonesia di Lombok memiliki ruang baru untuk penghasilan tambahan melalui jasa *massage* di luar Negeri.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Basoeki, H. (2001). *Sport Massage Seni Pijat untuk Olahragawa dan Umum*. Jakarta: Pustaka Merdeka.
- Bloomfield, J., Ackland, T. R., Elliot, B. C. (1995). *Applied Anatomy and Biomechanics in Sport*. Black-well Scientific Publications.
- Castella, R., & Clews, W. (1990). *Smart Sport*. Australian: RWM Publishing.
- Clews, W. (1990). *Sports Massage and Stretching*. Batam Sport.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (2000). *Sports Massage*. Jakarta: Dit Jen. Pendidikan Luar Sekolah, Pemuda dan Olahraga Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI.
- Evelyn, C. P. (2002). *Anatomi dan Fisiologi untuk Paramedis*. Jakarta: Gramedia.
- Rahim. (2004). *Massage Olahraga*. Jakarta: Pustaka Merdeka.