

Sport Massage dengan Metode Manurak dan Teknologi Massage GUN Sebagai Peluang *Entrepreneur* Bagi Pemuda di Era Society 5.0

Muhammad Riyan Hidayatullah ¹, Khaerul Anam ²

^{1,2} Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Nahdlatul Uama Nusa Tenggara Barat

Email: mriyanhidayatullah@gmail.com

Abstrak

Keahlian sport massage sangat berpotensi menciptakan peluang kerja dalam membantu tingkat pelayanan pariwisata bagi wisatawan-wisatawan yang hendak berkunjung di Kawasan Pariwisata Super Prioritas Lombok. *Sport massage* metode manurak didukung dengan teknologi *massage gun* dapat mempermudah pekerjaan terapis dalam memberikan pelayanan terbaik kepada wisatawan. Teknologi *massage gun* membantu mempermudah kinerja terapis dan meminimalisir tingkat kelelahan terapis selama pelayanan *massage*. Tujuan dan manfaat yang ingin dicapai secara umum adalah untuk memberikan bekal keilmuan dan pengetahuan tentang sport massage dengan metode Manurak dan Teknologi Massage Gun sebagai peluang *entrepreneur* Bagi Pemuda di Era Society 5.0 desa Gunung Jae Kec. Narmada Kab. Lombok Barat. Metode pelaksanaan pengabdian yang dilakukan pada program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan agar terciptanya kreativitas dan kemampuan pemuda melalui 3 tahapan, yaitu: metode pelatihan, pendampingan dan evaluasi. Acara pengabdian kepada masyarakat ini sangat bermanfaat untuk para peserta, dapat dilihat dari antusias para peserta dalam mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Semua peserta merespon baik dengan adanya kegiatan ini, karena mereka dapat meningkatkan skill mereka dalam bidang *Sport Massage* dan *Sport Entrepreneurship*.

Kata Kunci: *Sport Massage*; *Massage GUN*; *Entrepreneur*

Abstract

Sports massage skills have the potential to create job opportunities in helping the level of tourism services for tourists who want to visit the Lombok Super Priority Tourism Area. Manurak sports massage method supported by massage gun technology can make the therapist's work easier in providing the best service to tourists. Massage gun technology helps facilitate therapist performance and minimize therapist fatigue levels during massage services. The general aim and benefits to be achieved are to provide scientific provisions and knowledge about sports massage using the Manurak method and Massage Gun Technology as an entrepreneurial opportunity for Youth in the Society 5.0 Era, Gunung Jae Village, Kec. Narmada District. West Lombok. The method of implementing community service in this community service program aims to create youth creativity and ability through 3 stages, namely: training, mentoring and evaluation methods. This community service event was very beneficial for the participants, it can be seen from the enthusiasm of the participants in participating in this community service activity. All participants responded well to this activity, because they were able to improve their skills in the fields of Sport Massage and Sport Entrepreneurship.

Keywords: *Sport Massage*; *Massage GUN*; *Entrepreneur*

Article History

Received: 15 Januari 2024

Accepted: 01 Februari 2024

PENDAHULUAN

Society 5.0 adalah sebuah konsep masyarakat yang berpusat pada manusia dan berbasis teknologi. Pada era ini, masyarakat diharapkan mampu menyelesaikan berbagai tantangan dan permasalahan sosial dengan memanfaatkan berbagai inovasi yang lahir di era revolusi industri 4.0 untuk meningkatkan kualitas hidup manusia. Era ini hadir di tengah-tengah masyarakat dengan mengusung konsep bahwa seluruh teknologi yang ada merupakan bagian daripada manusia itu sendiri. Artinya kehadiran teknologi ditengah masyarakat tidak hanya berguna untuk berbagai informasi saja atau untuk menganalisis data saja. Melainkan untuk memudahkan masyarakat dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. Bisa kita amati dalam kehidupan kita sehari-hari contoh kecilnya, makanan, jasa antar jemput sudah bisa dipesan langsung melalui teknologi aplikasi Gojek tanpa harus capek-capek keluar rumah dan nunggu antrian, pembayaran listrik, Air, Tagihan semua berbasis teknologi digital.

Menghadapi era *society 5.0*, dunia pendidikan khususnya perguruan tinggi berperan penting dalam meningkatkan kualitas SDM. Pemuda sebagai generasi penerus diharapkan dapat memiliki kecakapan hidup abad 21 yang dikenal dengan istilah 4C, yakni *creativity*, *critical thinking*, *communication*, dan *collaboration*. Oleh karena itu tidak cukup hanya menguasai kompetensi akademik saja, melainkan generasi muda harus mempunyai softskill, kreatif dan inovatif sebagai bekal dalam menciptakan lapangan

pekerjaan dan peluang usaha secara mandiri bagi masyarakat dalam mengurangi tingkat pengangguran di Indonesia. Generasi muda adalah sumber daya produktif yang dengan ide kreatifnya dapat membuka sebuah usaha (wirausaha) yang juga membantu pemerintah dalam mengurangi tingkat pengangguran di angkatan kerja produktif. Semakin banyak anak muda yang berkecimpung di dunia wirausaha, semakin banyak pula produktivitas yang dihasilkan sehingga berdampak pula pada meningkatnya perkembangan ekonomi nasional (El Hasanah, 2001).

Salah satu peluang wirausaha yang akan berkembang sesuai dengan perkembangan Teknologi dan Industri Pariwisata di Era Society 5.0 adalah Keterampilan sport massage dengan metode manurak dan bantuan teknologi Massage Gun. Keahlian sport massage sangat berpotensi menciptakan peluang kerja dalam membantu tingkat pelayanan pariwisata bagi wisatawan-wisatawan yang hendak berkunjung di Kawasan Wisata Gunung Jae Narmada Kab. Lombok Barat. Sport massage metode manurak didukung dengan teknologi massage gun dapat mempermudah pekerjaan terapis dalam memberikan pelayanan terbaik kepada wisatawan. Teknologi massage gun membantu mempermudah kinerja terapis dan meminimalisir tingkat kelelahan terapis selama pelayanan massage.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan program pengabdian masyarakat hibah internal ini dilaksanakan dengan metode pelatihan 30% teori dan 70% praktek. Tahap 1 penyampaian materi oleh narasumber dengan metode ceramah, demonstrasi, diskusi dan tanya jawab. Tahapan kedua memonitoring pelaksanaan praktek keterampilan dan mengulang-ngulang setiap tahapan teknik dalam sport massage. Tahapan ketiga evaluasi dengan menggunakan instrument kuisioner sebagai feedback peserta selama mengikuti pelatihan.

Tugas ketua pengusul dalam program pengabdian pada masyarakat ini adalah bertanggung jawab terhadap persiapan agenda pelatihan, manajemen waktu, FGD, menentukan narasumber sebagai pemateri dalam pelatihan, dan publikasi. Anggota pengusul bertugas berkoordinasi dengan mitra atas kehadiran peserta, kesiapan peserta, dan analisis data. Mahasiswa yang terlibat bertugas dalam membantu menyediakan perlengkapan pelatihan, konsumsi dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 14-17 Juni 2023, Sebelum pelatihan dimulai peserta diminta untuk registrasi dan mengisi daftar hadir. Peserta merupakan Pemuda di Desa Gunung Jae dan lembaga personal trainer lombok. Pelatihan ini dilaksanakan dengan empat tahap. Tahap Pertama adalah penyampaian materi dengan menggunakan Power Point terkait program Anatomi dan Fisiologi Tubuh. Tahap Kedua yaitu penyampaian materi dan praktik *massage* manurak.. Tahap Ketiga adalah penyampaian materi dan praktik menggunakan massage gun. Tahap Keempat yakni evaluasi terhadap semua tahapan yang dilakukan untuk memastikan bahwa semua peserta sudah memahami dengan baik terkait materi dan praktik yang telah diajarkan.

Selanjutnya pemuda dan mahasiswa diberikan ujian untuk menilai kemampuan mereka. Dari hasil ujian semua peserta mendapatkan penilaian yang bagus dari narasumber, hal ini dapat dikatakan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini berjalan dengan baik dan sukses.

Acara pengabdian kepada masyarakat ini sangat bermanfaat untuk para peserta, dapat dilihat dari antusias para peserta dalam mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Semua peserta merespon baik dengan adanya kegiatan ini, karena mereka dapat meningkatkan skill mereka dalam bidang *Sport Massage* dan *Sport Entrepreneurship*. Para peserta bersyukur bisa mengikuti kegiatan pengabdian ini sampai akhir dengan baik. Peserta berharap kegiatan semacam ini perlu tetap diadakan karena seiring perkembangan zaman akan ada juga perkembangan dalam ilmu pengetahuan dalam bidang terapi. Peserta yang sudah mengikuti kegiatan ini akan tetap dibimbing sampai mereka akan benar-benar bisa memiliki sumber daya manusia yang baik untuk membantu masyarakat.

KESIMPULAN

Simpulan dari hasil kegiatan ini merupakan upaya dalam mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas dan memahami dengan baik terkait *Sport massage* dan *Sport Entrepreneurship*. oleh karena itu memahami sport science dengan baik merupakan sebuah langkah untuk bisa berkontribusi dalam membantu masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diucapkan kepada LPPM Sebagai penyelenggara PKM UNU NTB 2023 dan Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat yang telah memberikan bantuan Hibah Penelitian dan PKM, serta ucapan terimakasih disampaikan kepada mitra pengabdian organisasi Personal Trainer Lombok yang telah bersedia bekerja sama dengan kami demi terlaksananya pelatihan pengabdian kepada masyarakat internal Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat.

DAFTAR PUSTAKA

- Alnedral, A. (2015). *Sport Entrepreneurship: Konsep, Teori, dan Praktik*.
- El Hasanah, L. L. N. (2015). Pengembangan Wirausaha Muda Ekonomi Kreatif Berbasis Budaya di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Studi Pemuda*, 4(2), 268-280.
- Evitamala, L., Anam, K., & Hidayatulloh, M. R. (2022). Word Campion Superbike (WSBK Mandalika) Kuta Lombok Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Porkes*, 5(1), 73-78.
- Handayani, N. N. L., & Muliastri, N. K. E. (2020, December). Pembelajaran Era Disruptif Menuju Era Society 5.0 (Telaah Perspektif Pendidikan Dasar). In *Prosiding Seminar Nasional IAHN-TP Palangka Raya* (No. 1, pp. 1-14).
- Hidayatullah, R. M., Hasbi., Syahroni, M. (2022). Pengaruh Sport Massage Terhadap Penurunan Denyut Nadi Recovery Jurnal Porkes (Jurnal Pendidikan Olahraga Kesehatan & Rekreasi). *Jurnal Pendidikan, Olahraga, Kesehatan, Rekreasi*, 5(2), 472–479. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i2>
- Riyan Hidayatullah, M., & Yaka Saputra, S. (2021). Pelatihan Penanganan Cedera Olahraga Melalui Sport Massage Dan Metode Rice. *Abdinesia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1 Februari), 1–5. <https://unu-ntb.e-journal.id/abdinesia/article/view/62>