



**SURVEI PEMAHAMAN *MASSAGE* DASAR PADA MAHASISWA ANGKATAN 2018
PENDIDIKAN OLAHRAGA STKIP PGRI BANGKALAN PADA SAAT PANDEMI
*COVID-19***

TAHUN AJARAN 2020/2021

Hayuningtyas Dwi
Puspita Ningrum
Pendidikan Olahraga
STKIP PGRI Bangkalan
hayunngtys.79@gmail.com

Absrak

Pentingnya mengetahui pemahaman *massage* dasar pada mahasiswa 2018 STKIP PGRI Bangkalan hal ini bertujuan agar mengetahui pemahaman mahasiswa terhadap *massage* dasar bisa terlaksana dengan baik. Bagaimana survei pemahaman *massage* dasar pada mahasiswa angkatan 2018 pendidikan olahraga STKIP PGRI Bangkalan pada masa pandemi covid-19 terlaksana dengan baik dengan menganalisa berapa besar pemahaman mahasiswa pada *massage* dasar . tujuan penelitian ini untuk meningkatkan hasil pemahaman mahasiswa terhadap *massage* dasar setelah mengampu mata kuliah *massage* dasar. pemahaman adalah tingkatan kemampuan yang mengharapkan seseorang mampu memahami arti atau konsep, situasi serta fakta yang diketahuinya. Pemahaman adalah kemampuan seseorang untuk mengerti atau memahami sesuatu setelah sesuatu itu diketahui dan diingat. Didapatka hasil dari penelitian survei pemahaman *Massage* dasar pada mahasiswa angkatan 2018 pendidikan olahraga STKIP PGRI Bangkalan pada saa pandemi covid-19 dengan kategori beberapa % nilai rendah, berapa % nilai sedang dan beberapa % nilai tinggi , pada kategori Pada kategori “ Rendah ” terdapat 13% dengan memperoleh nilai kurang dari 13, Pada kategori “ Sedang ” terdapat 30% mahasiswa dengan memperoleh nilai sedang dari 13 hingga 20, Pada kategori “ Tinggi ” terdapat 57% dengan memperoleh nilai tinggi sebesar 20. hal ini dapat dikatakan bahwa mahasiswa masih mampu dan paham dalam mata kuliah *massage* yang telah di ampu dengan secara daring atau belajar dari rumah pada saat pandemi covid-19.

Abstract

The importance of knowing the understanding of basic massage for 2018 STKIP PGRI Bangkalan students. This is to ensure that students' understanding of basic massage can be carried out properly. How did the survey on understanding basic massage among students of the 2018 class of sports education at STKIP PGRI Bangkalan during the covid-19 pandemic go well by analyzing how much students understand about basic massage? The purpose of this study was to improve students' understanding of basic massage after teaching basic massage courses. Understanding is the level of ability that expects someone to be able to understand the meaning or concepts, situations and facts they know. Understanding is the ability of a person to understand or understand something after something is known and remembered. The results obtained from the survey research on basic massage understanding among students of the 2018 class of sports education STKIP PGRI Bangkalan during the covid-19 pandemic with the category of several % low scores, some % medium scores and several % high scores, in the "Low" category there are 13% by getting a score of less than 13, In the "Medium" category there are 30% of students with a moderate score from 13 to 20, In the "High" category there are 57% with a high score of 20. It can be said that students are still able and understand in massage courses that have been taught online or learning from home during the covid-19 pandemic.



Pendahuluan

(*Covid-19*) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh virus jenis baru yang belum pernah teridentifikasi pada manusia. Virus ini menyebabkan penyakit saluran pernafasan (seperti flu) dengan gejala seperti batuk, demam, dan kasus yang lebih serius, pneumonia. Ditengah pandemi *covid-19* yang semakin meluas, dengan kasus *covid-19* semakin hari semakin bertambah dan terus mengalami peningkatan, hal ini disebabkan kurangnya kedisiplinan masyarakat terhadap himbauan pemerintah (Lisa, Aulia, & Windo, 2021). *Covid-19* ini sudah menginfeksi banyak orang diseluruh dunia, dengan memperkuat sistem imun tubuh merupakan salah satu cara yang bisa dilakukan untuk menangkal menularnya virus ini. Banyak cara menjaga imun dimasa pandemi ini dengan mengkonsumsi vitamin, makan makanan bergizi, serta aktivitas olahraga yang dilakukan dirumah saja. Adapun cara lain untuk meningkatkan imunitas tubuh selain cara tersebut yakni dengan *massage*.

Massage merupakan bentuk perawatan kesehatan tubuh yang paling sederhana. *Massage* adalah suatu pengobatan yang dipergunakan untuk manipulasi-manipulasi tertentu pada jaringan lunak pada tubuh kita. Manipulasi-manipulasi ini paling efektif dilakukan dengan tangan dan dilakukan dengan tujuan agar mempunyai pengaruh pada sistem, sara, otot, sirkulasi darah, dan limfa secara lokal maupun umum (Joesoef, 2019). *Massage* memiliki peran luar biasa dalam kehidupan, *massage* bisa mempengaruhi proses-proses fisiologi dalam tubuh. *Massage* dapat memberikan manfaat berupa relaksasi, mengurangi rasa nyeri, memepbaiki organ tubuh dan memelihara kebugaran tubuh bagi peningkatan kesehatan (Yulianti, 2010). *Massage* telah dikenal sejak lama pada jaman kuno sebagai gerakan manipulasi untuk menyegarkan tubuh dari rasa lelah atau penat, massase dilakukan oleh seseorang yang memiliki keahlian karena bakat dari keturunan, dan bisa juga dari pengalaman mereka belajar seperti halnya pada pendidikan tinggi yang khusus dalam mata kuliahnya.

Perguruan tinggi memiliki peran penting untuk mencetak sumber daya manusia yang bersaing. Perguruan tinggi menyediakan tenaga kera ang memiliki kemampuan dan kompetensi yang dibutuhkan, selain itu perguruan tinggi yang berkualitas juga akan dapat mencetak pemimpin dan pemikir suatu bangsa yang menentukan pembangunan negaranya di masa depan (Soni, R, Ramadhan, & Muhammad, 2015). Seperti pada perguruan tinggi STKIP PGRI Bangkalan, dimana pendidikan tinggi ini terletak di kota Bangkalan dengan memiliki 7 program studi dan salah satunya yakni program studi Pendidikan Olahraga. Dimana program studi tersebut memiliki tujuan memperoleh mahasiswa yang menjadi unggul dalam pendidikan olaraga dengan berkarakter cerdas, etika religius, inovatif, dan amanah. Salah satunya adanya mata kuliah wajib program studi yang merupakan *massage* yang ditempuh dengan jangka waktu satu semester dalam mata kuliahnya. Massase dalam mata kuliah diajarkan cara memanipulasinya, juga merupakan mata kuliah yang sangat bermanfaat dan bersifat positif berguna bagi diri sendiri mau pun masyarakat. Setelah menyelesaikan mata kuliah ini mahasiswa diharapkan dapat mengetahui, memahami, mempelajari kembali, dan mengaplikasikan dengan baik dan benar.

Namun demikian, dilihat dari jumlah mahasiswa yang ada pada program studi pendidikan olahraga STKIP PGRI Bangkalan dengan adanya pemberlakuan pembelajaran *online* yang dilakukan dengan belajar dari rumah membuat aktivitas pembelajaran sedikit sulit untuk dapat menerapkan atau mempelajari langsung dengan pengajar. Dampak dari pembelajaran online juga *covid-19* terdapat mahasiswa yang menyepelekan tentang pemahaman *massage* terhadap kesehatan untuk menjaga imun tubuh, dan kurangnya tercapai tujuan perkuliahan ini sebagaimana yang diharapkan terdapat faktor-faktor seperti kurangnya pemahaman mahasiswa terhadap perkuliahan ini, kurangnya pemahaman untuk motivasi belajar, kurangnya latihan sebagaimana untuk dapat memmahami dan menerapkan manipulasi-manipulasi *massage* kepada orang disekitar dan masyarakat dan kurangnya mahasiswa mengerti akan hal positif yang dapat dilakukan dengan cara *masass* yang dapat membantu pada saat berada di lapangan bahkan dilingkungan masyarakat.

Dari faktor tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian yang berkenaan dengan pemahaman



massage dasar pada mahasiswa program studi pendidikan olahraga STKIP PGRI Bangkalan dan tujuan penelitian ini untuk mendapatkan hasil tentang pemahaman mahasiswa terhadap *massage* mengupaya perbaikan proses belajar dan pembelajaran serta mengajar pada perkuliahan dan mutu hasil belajar pada masa yang akan datang, sehingga mahasiswa mampu menerapkan keterampilan yang telah dimiliki dalam bermasyarakat.

Kajian Pustaka

Massage adalah suatu seni gerak tangan yang ditujukan sebagai media untuk mengembalikan keadaan tubuh kembali normal (Wijanarko & Riyadi, 2010). *Massage* adalah suatu seni gerak tangan yang bertujuan untuk mendapatkan kesenangan dan memelihara kesehatan jasmani (Priyonadi, 2011). Dengan adanya pemberian perlakuan *massage* yang dilakukan oleh masseur kepada pasien akan sedikit banyak membantu pasien dalam memberikan ketenangan baik secara psikologis, fisiologis ataupun mekanis (Wijanarko & Riyadi, 2010). Dengan adanya pemberian perlakuan *massage* yang dapat bermanfaat sebagai alternatif pemulih kebugaran, menjaga imunitas, penyembuhan cedera, penyembuhan penyakit serta pendukung kesehatan. *Massage* merupakan bentuk perawatan kesehatan tubuh yang paling sederhana. *Massage* adalah suatu pengobatan yang dipergunakan untuk manipulasi-manipulasi tertentu pada jaringan lunak pada tubuh kita. Manipulasi-manipulasi ini paling efektif dilakukan dengan tangan dan dilakukan dengan tujuan agar mempunyai pengaruh pada sistem, sara, otot, sirkulasi darah, dan limfe secara lokal maupun umum (Joesoef, 2019). *Massage* memiliki peran luar biasa dalam kehidupan, *massage* bisa mempengaruhi proses-proses fisiologi dalam tubuh. *Massage* dapat memberikan manfaat berupa relaksasi, mengurangi rasa nyeri, memperbaiki organ tubuh dan memelihara kebugaran tubuh bagi peningkatan kesehatan (Yulianti, 2010). Selain faktor-aktor tersebut menurut para ahli *massage* juga dapat mengurangi rasa sakit atau lelah akibat adanya cedera dan aktivitas yang ringan maupun berat. Oleh karena itu dalam pemberian *massage* diharapkan akan memberikan rasa senang, aman, nyaman dan damai. Adapun tindakan yang dilakukannya manipulasi *massage* seperti mengurut, menggosok, memukul dan menekan pada bagian tubuh tertentu yang dapat menghasilkan efek rileks bagi tubuh. Penelitian ini termasuk dalam penelitian deskriptif kuantitatif. Suharsimi Arikunto (2010), menjelaskan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan atau memaparkan sesuatu hal misalnya keadaan, situasi, peristiwa dan lainnya. Suharsimi Arikunto (2014), menjelaskan bahwa penelitian kuantitatif yaitu penelitian yang dituntut menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya. Metode pada penelitian ini menggunakan metode angket, adapun teknik pengambilan datanya menggunakan angket/ kuesioner.

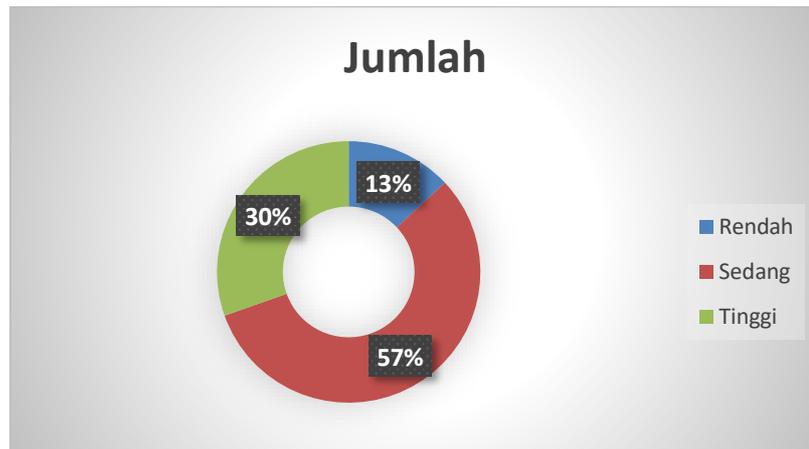
Hasil Penelitian

Pada hasil penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif yaitu dengan menganalisa atau meringkas data yang diperoleh dari hasil tanggapan jawaban tegas dari mengenai masalah yang diteliti yaitu tentang bagaimana pemahaman *Massage* dasar pada mahasiswa angkatan 2018 pendidikan olahraga STKIP PGRI BANGKALAN Pada masa



pandemi covid-19 dengan menggunakan angket tertutup melalui *google form* yang sudah diselesaikan melalui ijin ketua prodi olahraga STKIP PGRI Bangkalan, dengan teknik analisis deskriptif diharapkan data yang akan diperoleh dari hasil angket/kuesioner survei serta data yang akan didapat terorganisir dengan baik digunakan untuk menjawab masalah ini.

Gambar diagram 4.36 Hasil Deskripsi Survei Pemahaman *Massage* Dasar Pada Mahasiswa Angkatan 2018 Pendidikan Olahraga Stkip PGRI Bangkalan Pada Saat Pandemi *Covid-19* Tahun Ajaran 2020/2021.





Tabel 4. Deskripsi Hasil Penelitian Survei Minat Siswa Smp Negeri 1 Kwanyar Dan Mts Sunan Cendana Kecamatan Kwanyar Terhadap Olahraga Bola Basket Tahun Ajaran 2020/2021.

Kriteria	Interval	Frekuensi
Rendah	$x < 13$	5
Sedang	$13 \leq x < 20$	12
Tinggi	$20 \leq x$	23
Total		40

Pada tabel dan diagram diatas merupakan hasil persentase kategori yang telah dihitung untuk digunakan penelitian dalam kategori-kategori tertentu. Pada kategori “ Rendah ” terdapat 13% dengan memperoleh nilai kurang dari 13, Pada kategori “ Sedang ” terdapat 30% mahasiswa dengan memperoleh nilai sedang dari 13 hingga 20, Pada kategori “ Tinggi ” terdapat 57% dengan memperoleh nilai tinggi sebesar 20.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari survei pemahaman Massage dasar pada mahasiswa angkatan 2018 pendidikan olahraga STKIP PGRI Bangkalan pada saat pandemi covid-19 dengan kategori beberapa % nilai rendah, berapa % nilai sedang dan beberapa % nilai tinggi , pada kategori Pada kategori “ Rendah ” terdapat 13% dengan memperoleh nilai kurang dari 13, Pada kategori “ Sedang ” terdapat 30% mahasiswa dengan memperoleh nilai sedang dari 13 hingga 20, Pada kategori “ Tinggi ” terdapat 57% dengan memperoleh nilai tinggi sebesar 20.

hal ini dapat dikatakan bahwa mahasiswa masih mampu dan paham dalam mata kuliah *massage* yang telah di ampu dengan secara daring atau belajar dari rumah pada saat pandemi covid-19. Dalam konteks pemahaman yang menyangkut *massage* mahasiswa dengan dosen pengampu mata kuliah tersebut masih melaksanakan pembelajaran daring atau belajar dari rumah yang sesuai dengan surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud) Nadiem Anwar Makarim Nomor 4 Tahun 2020 tentang pelaksanaan Pendidikan dalam Masa Darurat *Corona Virus Disease (Covid-19)*.

Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa simpulan pemahaman mahasiswa pada *massage* dasar dikatakan baik karena dari 20 soal pertanyaan yang termasuk pada jawaban positif diperoleh persentase lebih dari 87%, hal ini menunjukkan bahwa respon siswa dalam pemahaman *massage* dasar dapat dinyatakan sangat baik.

Saran

Melalui tulisan ini peneliti memeberikan beberapa saran yang berhubungan dengan survei pemahaman Massage dasar pada mahasiswa angkatan 2018 pendidikan olahraga STKIP PGRI Bangkalan pada masa pandemi Covid19, yaitu sebagai berikut :



1. Dengan survei pemahaman *Massage* dasar pada mahasiswa angkatan 2018 pendidikan olahraga STKIP PGRI Bangkalan pada masa pandemi Covid-19, menyampaikan bahwa sebagian mahasiswa yang masih paham dengan kegunaan, manfaat, dan tujuan dari *Massage* dasar.
2. Mahasiswa agar lebih aktif dalam mempelajari *Massage* dengan dirumah saja atau belajar dari rumah pada masa pandemi covid-19



Daftar Pustaka

- Cahyono, H. (2019). Peran Mahasiswa Di Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Setiabudhi*.
- Firdaus, D. N. (2018). *Pengaruh Aktif Berorganisasi Kampusn Dan Kehisupan Sosial Terhadap Prestasi Belajar Pada Mahasiswa SIAI UII*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Joesoef, R. (2019). *Pelatihan Sport Massage Level 1*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Lisa, Aulia, A., & Windo, D. W. (2021). Penyuluhan Kesehatan Bagi Masyarakat Dan Pelatihan Sport Massage Untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh Dalam Upaya Tanggap Covid-19 Di Kenagarian Lasi Kecamatan Candung. *JURNAL DHARMA PENDIDIKAN DAN KEOLAHRAGAAN*.
- Niken, A. B. (2020). DAMPAK PERKULIAHAN DARING SAAT PANDEMI COVID-19 TERHADAP MAHASISWA INDONESIA. *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*.
- Priyonadi, B. (2011). *Sport Massage*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sadli, C. (2012). Mahasiswa dan Menulis.
- Sandu, S., & Ali, S. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Soni, N. A., R, H. R., Ramadhan, P., & Muhammad, F. (2015). Peran Perguruan Tinggi Dalam Meningkatkan Kualitas Pendidikan Di Indonesia Untuk Menghadapi ASEAN COMMUNITY 2015. *SOCIAL WORK JURNAL*.
- Sugiono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2010). *Statistika Untuk Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Wijanarko & Riyadi, 2. (2010). *Sport Masage*. Surakarta: Yuma Pustaka.
- Yulianti. (2010). *Asuhan Kebidanan II Persalinan*. Jakarta: Trans Info Media.

