



Pelatihan Massage Bagi Warga Masyarakat di Desa Montong Baan

Amam Irdiansah

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat
Universitas Pendidikan Mandalika
amamirdiansah@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kemampuan warga masyarakat dalam melakukan massage. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah bermanfaat bagi warga masyarakat dan mereka sudah banyak yang memahami cara melakukan massage.

Kata Kunci

Pelatihan massage

Pendahuluan

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi dengan setiap kepala dusun dan masyarakat yang ada di desa montongbaan, Kec. sikur, Kab. Lombok Timur, Nusa Tenggara Barat (NTB) bahwa permasalahan yang ada di setiap dusun adalah masih kurangnya tempat pijat atau urut maka itu saya mengembangkan massage di setiap dusun saya mengelilingi setiap dusun untuk berbagi ilmu massage.

Setelah penelitian bersama tim kkn melakukan observasi lapangan ke setiap dusun yang ada di montongbaan ternyata masalah terbesar yaitu massage atau urut karena masih sedikit orang yg menerapkan urut atau massage tapi saya hadir di desa tersebut di sambut baik karena saya membawa program kerja massage maka itu saya mengembangkan atau mengajar cara mengurut yang benar agar tidak salah caranya dan solusinya disini cukup mudah agar warga dapat ilmu yang saya dapat di pelajaran di kampus.saya juga masih belajar dalam massage sambil belajar dan menerapkan ke warga ada beberapa saya lihat dari warga yang pernah saya urut banyak yang bertanya seperti kalo kita pegel di kepala pegel tangan dan pegel kaki itu bisa di urut di bagian tertentu seperti kepala,kepala di urut di bagian belakang dekat leher,sedangkan di tangan kita lakukan pengurutan di bagian otot supaya sendi atau urat yang mengkerut bisa lurus,dan kaki kaki juga butuh pengurutan di bagian paha yang dimana kaki sering cedra di bagian betis akibat tulang yg di dengkul mempunyai engsel makanya kalo urut kaki itu harus dari atas ke bawah supaya semua urat urat dapat kembali bagus dan tidak bikin pegel.

Ada beberapa solusi pemecahan masalah sbb: 1) identifikasi menentukan masalah; 2) membuat dan mengevaluasi alternative solusi; 3) memilih alternative yang baik; 4) implementasi solusi; dan 5) mengevaluasi hasil implementasi.

Metode Pengabdian

Pelaksanaan KKN Tematik di desa montongbaan kec,sikur , Kab Lombok Timur. KKN dilaksanakan secara kolaborasi (berkelompok). Setiap mahasiswa memilih topik yang sesuai dengan prodi masing masing untuk dikembangkan menjadi karya ilmiah, seperti apotik hidup,dan pembuatan detergen.Setelah mengadakan Observasi dan wawancara kepada mitra, kepala dusun, ketua RT dan masyarakat yang berkaitan dengan program KKN, peneliti melaksanakan program-program tersebut dan melaporkan hasil pelaksanaan program tersebut.



Adapun metode dan sistematika pelaksanaan kegiatan: 1) Melakukan wawancara dengan mitra dan masyarakat sekitar; 2) Melakukan koordinasi dengan DPL; 3) Melakukan observasi; 4) Melakukan sosialisasi/edukasi kepada masyarakat; 5) Melakukan pelatihan ke masyarakat; dan 6) Mendokumentasikan proses dari program yang dijalankan. Metode yang peneliti gunakan dalam Pelaksanaan massage dilakukan dalam tiga tahap, yaitu: 1) Tahap persiapan; 2) Tahap pelaksanaan; dan 3) Tahap akhir.

Hasil dan Pembahasan

Hasil yang dicapai selama kegiatan KKN di desa montongbaan sangat banyak sekali pelajaran yang saya dapat sehingga betah berada di desa ini dari awal penyerahan dari kampus terasa erat sekali tali persaudaraan antar warga dan mahasiswa. Selain pengalaman yang sangat berharga dan berbagai macam ilmu yang telah di berikan dan yang kita dapatkan untuk hidup bermasyarakat itu seperti apa , dan bergotong royong saling merangkul dalam kelompok dll, itu adalah salah satu ilmu yang sangat berguna untuk kehidupan kami kedepannya.

Kesimpulan

Ada beberapa hal dari kegiatan kerja Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dapat peneliti simpulkan sebagai berikut:

1. Semua program dapat terlaksana dengan baik dan lancar walaupun ada sedikit kendala, namun hal tersebut dapat diatasi. Kegiatan program kelompok ini dilaksanakan. Dengan terlaksananya program-program tersebut diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat di desa montongbaan, Kec. sikur, kab. Lombok Timur.
2. Keterlaksanaan program ini tidak terlepas dari adanya kerjasama antara pihak masyarakat serta adanya kerjasama mahasiswa yang melaksanakan KKN di desa montongbaan, Kec. Sikur, Kab. Lombok Timur, sehingga dalam pelaksanaan KKN Mahasiswa KKN dituntut untuk dapat hidup bermasyarakat dan memahami realita masyarakat dengan menggunakan pengetahuan, sikap dan keterampilan yang dimilikinya

Saran

Dari berbagai uraian penulis mengharapkan dukungan dari semua kalangan civitas akademik maupun masyarakat agar dapat menumbuh kembangkan kerjasama dalam menyelesaikan setiap permasalahan yang ada dengan tetap mengedepankan kepentingan bersama dan orang banyak. Mengingat kesadaran remaja yang masih rendah maka kita selaku civitas akademik maupun aparat lingkungan yang lain bisa meningkatkan kesadaran remaja melalui gebrakan kegiatan yang bisa dicontohkan oleh masyarakat sekitar.

Daftar Pustaka

Rizka, M. A. (2019). Buku Saku Pedoman Program KKN Tematik “Pemberdayaan Masyarakat Berbasis Pendidikan”. *Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat. IKIP Mataram.*