

**PERSEPSI MAHASISWA TERHADAP MASSAGE PADA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI
PADANG**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana

Pendidikan srata satu (S1)



OLEH :

AFRIDAWATI

2004/47267

**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

2008

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Persepsi Mahasiswa Terhadap Massage Pada FIK UNP.

Nama : Afridawati

BP/NIM : 2004/47267

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, 17 Juli 2008

Disetujui Oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II

Dra. Darni M.Pd

Drs. Syahril B. M.Pd

NIP : 131417367

NIP : 1315840960

Mengetahui,

Ketuan Jurusan Pendidikan Olahraga

Drs. Hendri Neldi M. Kes

NIP : 131668605

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Judul : Persepsi Mahasiswa Terhadap Massage Pada FIK UNP.

Nama : Afridawati

BP/NIM : 2004/47267

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, 12 Agustus 2008

Tim Penguji

Tanda Tangan

Ketua : Dra. Darni M.Pd. 1.

Sekretaris : Drs. Syahrial B. M.Pd. 2.

Anggota : Drs. Arsil M.Pd. 3.

Drs. Deswandi M.Kes. 4.

Dra. Rosmaneli M.Pd. 5.

ABSTRAK

Afridawati (2008) : Persepsi Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Terhadap Massage Pada Universitas Negeri Padang

Masalah penelitian adalah masih bervariasinya persepsi dikalangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan terhadap massage pada Universitas Negeri Padang.

Penelitian bertujuan untuk mendapatkan informasi tentang bagaimana persepsi mahasiswa FIK terhadap massage pada UNP. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dan data langsung diambil melalui angket penelitian. Populasi adalah mahasiswa FIK yang mengambil mata kuliah massage semester Juli-Desember tahun akademik 2007/2008 yang berjumlah 206 orang. Penarikan sampel secara cluster random sampling yaitu diambil 25 % dari populasi dipandang secara berkelompok-kelompok kemudian kelompok itu tercermin dalam sampel. Penelitian ini dilakukan pada semester Januari-Juni 2008 yaitu dari tanggal 10 Juni sampai Agustus 2008.

Data yang dikumpulkan melalui angket dianalisis dengan statistik deskriptif formula persentase secara manual. Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan sebagai berikut: (1) Persepsi mahasiswa Jurusan Kepelatihan Olahraga terhadap massage dimana persentase jawaban dari 19 responden, ternyata 5 orang responden (26,3 %) termasuk dalam kategori sangat baik, 14 orang responden (73,7 %) kategori baik; (2) Persepsi mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi terhadap massage dimana persentase jawaban dari 10 responden, ternyata 2 orang responden (20,0%) termasuk dalam kategori sangat baik, 8 orang responden (80,0 %) kategori baik; (3) Ternyata Persepsi mahasiswa Jurusan Kesehatan dan rekreasi Program Studi Ilmu Keolahragaan terhadap massage dimana persentase jawaban dari 21 responden, ternyata 5 orang responden (23,8%) termasuk dalam kategori sangat baik, 16 orang responden (76,2 %) kategori baik; (4) Persepsi mahasiswa tingkat Fakultas Ilmu Keolahragaan terhadap massage dimana persentase jawaban dari 50 responden, ternyata 12 orang responden (24,0 %) termasuk dalam kategori sangat baik, 38 orang responden (76,0 %) kategori baik.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi tentang perkembangan massage, khususnya dilingkungan Fakultas Ilmu Keolahragaan Padang dan sekaligus memberikan wawasan bagi para pembaca.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur penulis aturkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi yang berjudul “Persepsi Mahasiswa FIK Terhadap Massage Pada UNP” dapat penulis selesaikan. Penulisan skripsi ini bertujuan untuk melengkapi tugas dan syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan dan juga untuk mengetahui Persepsi mahasiswa FIK Terhadap Massage Pada UNP.

Dalam penulisan skripsi ini penulis telah berusaha semaksimal mungkin, namun demikian penulis menyadari bahwa penelitian ini jauh dari kesempurnaan dan harapan, hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Untuk itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan penelitian ini dimasa yang akan datang.

Dalam penulisan skripsi ini penulis banyak menerima bantuan baik moril maupun materil, oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis ingin meyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Z. Mawardi Efendi, M.Pd, Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak. Drs. Syahrial B. M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan juga selaku Dosen Penasehat Akademik (PA) sekaligus Pembimbing II.
3. Bapak. Drs. Hendri Neldi M.Kes, dan Bapak Zarwan M.Kes, Ketua dan Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga Prodi Penjaskesrek.
4. Ibu Dra. Darni M.Pd, selaku pembimbing I.
5. Bapak Drs. Arsil M.Pd, Drs. Deswandi M. Kes dan Ibu Dra. H. Rosmaneli M.Pd selaku dosen penguji.

6. Bapak Ibu dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan.
7. Ibu Rukmiati A.ma, selaku petugas Pustaka yang telah banyak membantu penulis dalam berbagi hal dan sekali lagi terimakasih ibu motivasi dan dorongannya selama ini.
8. Kepada kedua orang tua penulis yang telah memberikan dorongan dan doa sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
9. Kakak penulis yang telah memberikan bantuan semangat dan dorongan.
10. Sahabat penulis Donny, Rina dan Ayat yang telah banyak membantu penulis selama dalam penulisan skripsi ini sehingga selesai.
11. Adik-adik kos yang sudah banyak membantu kakak dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
12. Rekan-rekan mahasiswa FIK, khususnya Bp 2004.

Atas semua bantuan yang diberikan kepada penulis, semoga Allah SWT senantiasa membalasnya dengan kebaikan dan pahala yang berlipat ganda. Amin.....

Padang, Juli 2008

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Kegunaan Penelitian	8
 BAB II. TINJUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Massage	9

2. Persepsi Terhadap Massage.....	17
B. Kerangka Konseptual.....	20
C. Pertanyaan Penelitian.....	20
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	21
C. Populasi dan Sampel.....	21
D. Definisi Operasional.....	23
E. Jenis dan Sumber Data.....	24
F. Instrumen Penelitian.....	24
G. Teknik Analisis Data.....	26
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	28
1. Verifikasi Data.....	28
2. Analisis/Deskripsi Data.....	28
a. Distribusi Frekuensi Persepsi Mahasiswa	
Jurusan Keperawatan Terhadap Massage.....	28
b. Distribusi Frekuensi Persepsi Mahasiswa	
Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan	

Rekreasi Terhadap Massage	30
c. Distribusi Frekueansi Persepsi Mahasiswa	
Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Program Studi	
Ilmu Keolahragaan Terhadap Massage	31
d. Distribusi Frekueansi Persepsi Mahasiswa Fakultas	
Ilmu Keolahragaan Terhadap Massage Pada UNP.	32
B. Pembahasan.....	33
BAB V. PENUTUP	
A. Kesimpulan	37
B. Saran.....	38
DAFTAR PUSTAKA	39
LAMPIRAN	41

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Mahasiswa FIK UNP yang mengambil mata kuliah massage semester Januari-Juni tahun akademik 2007/2008.	22
Tabel 2. Jumlah Mahasiswa FIK UNP yang mengambil mata kuliah massage semester Januari-Juni tahun akademik 2007/2008 yang menjadi sampel penelitian.	23
Tabel 3. Kisi-kisi Angket Penelitian	24
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Persepsi Mahasiswa Jurusan Kepelatihan Terhadap Massage.....	28
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Persepsi Mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Terhadap Massage	30
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Persepsi Mahasiswa Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Program Studi Ilmu Keolahragaan Terhadap Massage.....	31
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Persepsi Mahasiswa Terhadap Massage Pada Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.....	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar Histogram 1.....	Distribusi	
Frekuensi Persepsi Mahasiswa		
	Jurusan Kepelatihan Terhadap Massage.	29
Grafik Histogram 2.	Distribusi Frekuensi Persepsi Mahasiswa	
	Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan	
	Rekreasi Terhadap Massage	31
Grafik Histogram 3.	Distribusi Frekuensi Persepsi Mahasiswa Jurusan	
	Kesehatan dan Rekreasi Program Studi Ilmu	
	Keolahragaan Terhadap Massage.	32
Grafik Histogram 4.	Distribusi Frekuensi Persepsi Mahasiswa	
	Terhadap Massage Pada Fakultas Ilmu	
	Keolahragaan UNP.	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Kisi-kisi Angket Penelitian	42
2. Angket penelitian	43
3. Data Mentah	48
4. Jumlah Skor Secara Keseluruhan Dari Hasil Analisis	49
5. Deskripsi Frekuensi Persepsi Mahasiswa Terhadap Massage Pada Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP	49

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang FIK UNP) merupakan lembaga pendidikan tinggi ilmu keolahragaan, yang diharapkan dapat menghasilkan guru olahraga dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan tenaga keolahragaan yang sangat dibutuhkan pembinaan dan pengembangan berbagai cabang olahraga.

Dalam upaya menghasilkan yang profesional maka di FIK UNP diajarkan seperangkat mata kuliah ilmu pendidikan dan keolahragaan. Salah satu mata kuliah yang erat kaitannya dengan upaya menghasilkan tenaga keolahragaan adalah mata kuliah massage yang juga merupakan mata kuliah wajib bagi seluruh mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan, mata kuliah massage termasuk mata kuliah bersyarat karena mahasiswa harus terlebih dahulu lulus mata kuliah anatomi, fisiologi dan cedera olahraga dengan nilai minimal B.

Dalam mata kuliah massage diajarkan bermacam-macam manipulasi, baik melalui perkuliahan massage olahraga maupun segment massage (massage penyembuhan). Setelah menyelesaikan perkuliahan ini mahasiswa diharapkan dapat memahami, mengetahui dan mempraktekan serta mengaplikasikannya dengan benar.

Disamping itu mata kuliah kelompok massage dapat dipandang sebagai mata kuliah yang membekali mahasiswa dengan kecakapan hidup (life skill) untuk membuka kesempatan untuk mandiri dalam masyarakat.

Dengan demikian alumni FIK bukan hanya dipersiapkan untuk bekerja atau mengabdikan di sektor formal seperti menjadi PNS, tetapi juga membuka klinik sebagai masseur/masseuses atau membuka peluang usaha baru secara mandiri.

Begitu pula dilihat dari aspek sarana dan prasarana. Mata kuliah kelompok massage telah dilengkapi dengan labor Rehabilitasi Fisik dan Massage sebagai input praktek mahasiswa.

Namun demikian, dilihat dari jumlah mahasiswa yang ada di FIK UNP sangat sedikit sekali yang termotivasi dan mampu mempraktekan keterampilan massage yang diperolehnya. Berdasarkan observasi pendahuluan diperoleh kesan bahwa masih banyak mahasiswa yang belum mencapai tujuan perkuliahan massage sebagaimana yang diharapkan dalam silabus perkuliahan massage sebagai berikut:

“(a) Mahasiswa dapat mengidentifikasi lingkup sejarah dan perkembangan massage serta pengaruhnya terhadap tubuh; (b) Mahasiswa dapat memahami ruang lingkup dan faktor-faktor massage; (c) Mahasiswa dapat melakukan serta terampil dalam teknik-teknik massage; (d) mahasiswa dapat menganalisa kondisi dan aturan dalam massage; (e) Mahasiswa dapat menyesuaikan dan mengatur massage dari berbagai aktivitas serta pertandingan olahraga; (f) Mahasiswa dapat melaksanakan massage terhadap para atlet dan olahragawan”. (Silabus Perkuliahan Massage, FIK UNP).

Belum tercapainya tujuan perkuliahan massage sebagaimana yang diharapkan, dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain: (1)

Kurangnya pemahaman mahasiswa terhadap ilmu anatomi dan fisiologi yang merupakan dasar ilmu tentang struktur dan fungsi organ tubuh manusia yang sangat erat kaitannya dengan praktek masage dan merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa untuk mengambil mata kuliah massage; (2) kurangnya pemahaman mahasiswa tentang manfaat massage terhadap jaringan tubuh; (3) kurangnya kemampuan mahasiswa melakukan manipulasi massage; (4) kurangnya motivasi belajar; (5) kurangnya latihan yang dilakukan mahasiswa diluar jam kuliah atau dirumah; (6) adanya anggapan atau persepsi yang memandang rendah terhadap keterampilan massage, karena tanpa kuliah massagepun orang dapat menjadi tukang pijat, dan (7) profesi sebagai measure pada berbagai cabang olahraga belum dimanfaatkan secara menyeluruh.

Dari berbagai faktor di atas, penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian yang berkenaan dengan Persepsi Mahasiswa Terhadap Massage pada FIK UNP.

Penelitian ini penting dilakukan dalam rangka mendapat gambaran tentang persepsi mahasiswa terhadap massage dalam rangka perbaikan proses perkuliahan dan peningkatan mutu hasil belajar pada masa yang akan datang sehingga mahasiswa mampu menerapkan keterampilan yang telah dimiliki dalam masyarakat.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, terlihat berbagai faktor yang berpengaruh terhadap pencapaian tujuan perkuliahan massage yang dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Pemahaman mahasiswa terhadap mata kuliah Anatomi dan Fisiologi.
2. Pemahaman mahasiswa tentang manfaat massage.
3. Kemampuan mempraktekan manipulasi massage sebagaimana mestinya.
4. Motivasi mahasiswa terhadap pelaksanaan praktek massage.
5. Latihan yang dilakukan mahasiswa dalam praktek dirumah.
6. Positifnya persepsi mahasiswa terhadap massage.

C. Pembatasan Masalah

Mengingatnya banyaknya faktor yang berpengaruh pada masalah penelitian ini sebagaimana diidentifikasi diatas, maka perlu dilakukan pembatasannya. Penelitian ini dibatasi pada Persepsi Mahasiswa Terhadap Massage pada FIK UNP.

D. Perumusan Masalah

Perumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana persepsi mahasiswa Jurusan Kepelatihan terhadap massage?
2. Bagaimana persepsi mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi terhadap massage?

3. Bagaimana persepsi mahasiswa Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi Program Studi Ilmu Keolahragaan terhadap massage.
4. Bagaimana persepsi mahasiswa FIK terhadap massage.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi tentang persepsi mahasiswa terhadap massage pada FIK UNP.

F. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi:

1. Dosen/staf pengajar massage, sebagai bahan informasi untuk mengetahui bagaimana persepsi mahasiswa terhadap mata kuliah yang diajarkannya untuk dilakukan perbaikan pada masa yang akan datang.
2. Mahasiswa FIK UNP, sebagai bahan untuk meningkatkan, membentuk persepsi yang positif terhadap massage guna meningkatkan motivasi belajar.
3. Sebagai bahan pertimbangan dan masukan bagi peneliti lain.
4. Institusi Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
5. Penulis, sebagai salah satu syarat menamatkan perkuliahan S1 pada FIK UNP.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Massage

Perkataan “massage” dalam Ridwan (1993:3) berasal dari beberapa bahasa, bahasa arab yaitu *masch* berarti menekan dengan lembut. Bahasa Yunani yaitu “*massien*” berarti memijat atau melulut, sedangkan bahasa Prancis disebut “*masser*” berarti menggosok (Massage). Sampai sekarang cara pemijatan atau manipulasi yang digunakan dalam massage dengan mempergunakan istilah-istilah bahasa Prancis.

Menurut Beard dan Wood (1964) dalam Ridwan (1993:2) massage adalah “Suatu istilah yang digunakan untuk menerangkan manipulasi-manipulasi itu dilaksanakan dengan tangan yang bertujuan menimbulkan efek pada system otot, saraf, beserta sirkulasi umum yang setempat dari darah”.

Depdikbud (1981:3) mengemukakan bahwa:

“Massage adalah perbuatan manipulasi pada bagian-bagian lunak dari tubuh dengan prosedur manual atau mekanik yang dilaksanakan secara metodis dengan tujuan menghasilkan efek fisiologis, profilaktis dan terapiutis bagi tubuh. Manipulasi ini dilakukan secara teratur sesuai dengan anatomi tubuh ialah dari permukaan kearah dalam bagian tubuh. Kulit bawah (jaringan konjuktifa) lapisan lemak, otot-otot, pembuluh darah, syaraf perferis dan organ-organ tubuh bagian dalam”.

Dari berbagai pendapat di atas dapat dikemukakan bahwa massage adalah suatu perbuatan manipulasi pada bagian-bagian lunak dari tubuh dengan prosedur manual atau mekanik yang dilaksanakan secara metodis

dengan memberikan efek positif bagi tubuh untuk mempertahankan kesehatan dan menambah baiknya fungsi tubuh serta pengembalian dan penyembuhan beberapa kerusakan sebagai akibat dari suatu kecelakaan.

Prosedur manual dikenal dengan nama manipulasi massage yang terdiri dari bermacam-macam gerakan tangan pada permukaan tubuh, dengan tekanan kearah dalam, menekan, memeras jaringan-jaringan memberikan pukulan yang berirama pada bagian tubuh yang berotot, mengoncang-goncangkan, segmen dan manipulasi lainnya dengan teknik khusus. Prosedur manual merupakan prosedur tertua, tersebar dan paling banyak digunakan kerana tangan manusia mudah menyesuaikan diri pada keadaan struktur anatomi tubuh. Sebagai usaha dalam persiapan dan pemeliharaan kondisi tubuh (fisik).

Kemudian Mashoed dalam Ridwan (1993:12) mengemukakan bahwa massage adalah ‘Bermacam-macam pegangan, yang diterapkan melalui tangan kosong pada kulit yang tidak ditutupi dari olahragawan yang sehat dan pasif, bertujuan mempertahankan kondisi tubuh, memperbaiki atau menghilangkan kelelahan akibat melakukan olahraga yang merugikan’. Selanjutnya Yanis (1995:3) mengatakan “Sport massage ialah suatu massage yang ditujukan kepada orang sehat, tetapi merasa sakit-sakit akibat dari suatu aktivitas tertentu maka dengan sport massage dapat dihilangkan”.

Depdikbud (1981:6) mengemukakan bahwa: “Massage tidak boleh diberikan dalam bentuk yang sama pada semua keadaan dan semua kasus. Teknik dan metode massage bervariasi berdasarkan tujuan dan sifat serta

cabang olahraganya. Massage tidak hanya dipergunakan sebagai perangsang fungsi organ tubuh, tetapi juga digunakan sebagai penenang dan relaksasi. Manipulasi massage ikut serta dalam mengembalikan dan melawan kelelahan, serta mempercepat pengembalian energi organisme”. (1) efek massage terhadap peredaran darah dan lymfa adalah untuk: (a) memperlancar peredaran darah; (b) membantu proses penyerapan dan pembuangan sisa-sisa pembakaran dalam jaringan; (c) membantu pengaliran cairan lymfa menjadi cepat; (d) membantu kelancaran pengaliran cairan lymfa didalam pembuluh-pembuluh lymfa kecil ke pembuluh lymfa yang lebih besar. (2) Efek terhadap kulit adalah: (a) melonggarkan pelekatan dan menghilangkan penebalan-penebalan kecil yang terjadi pada jaringan dibawah kulit; (b) kulit menjadi lunak dan elastis; (c) perasaan kulit menjadi sensitive; (d) kelenjar peluh menjadi lebih aktif sehingga pengeluaran peluh menjadi lebih lancar. (3) Efek massage terhadap jaringan otot adalah membantu memperlancar proses penyerapan sisa-sisa pembakaran yang berada dalam jaringan otot yang dapat menimbulkan kelelahan, dengan adanya manipulasi/penekanan dan peremasan pada jaringan otot, maka darah dan sisa-sisa pembakaran yang tidak diperlukan terperas keluar dari jaringan otot masuk kedalam pembuluh vena. (4) Efek massage terhadap persyarafan adalah: (a) massage dapat memberikan rangsangan pada syaraf motorik, sehingga menimbulkan rangsangan secara refleks; (b) massage yang dilaksanakan dalam waktu yang lebih lama, untuk sementara dapat menghilangkan rasa sakit; (c) massage yang dilakukan dengan lembut memberikan efek penenangan”.

Pengertian dan pemberian massage olahraga di atas, menekankan pada suatu massage yang diberikan kepada olahragawan dalam keadaan pasif yang disesuaikan dengan kebutuhan dari olahragawan tersebut yang memberikan efek positif terhadap fungsi organ tubuh, relaksasi dan sebagai usaha melawan kelelahan untuk meningkatkan kondisi tubuh (fisik), serta mempercepat pengembalian organisme yang merupakan energi mekanis dari massage yang berubah menjadi rangsangan saraf dan menimbulkan satu reflek yang bersifat suatu rantai yang kompleks.

Pemberian massage dalam olahraga memerlukan pemecahan atas dasar ilmu pengetahuan yang dapat menyelesaikan sejumlah metodik dan semacam masalah yang dihadapi para olahragawan, salah satunya adalah memberikan efek rangsangan terhadap fungsi-fungsi organ tubuh dan penyesuaian terhadap latihan-latihan yang makin lama makin berat, serta penyesuaian kemampuan organisme, mengembangkan kualitas fisik olahragawan yang membantu terhadap kemampuan pencapaian prestasi olahragawan. Pada bagian lain Depdikbud (1981 : 162) menyatakan bahwa :

“ Bagi olahragawan indikasi menssage dan auto message tidak hanya dalam periode latihan atau dalam hubungannya dengan message istirahat dan tes-tes prestasi, tetapi juga metode pemeliharaan tubuh harian. Bentuk-bentuknya ialah message higinis (message kesehatan) dalam kasus cedera dan dalam keadaan nyeri berbentuk message terapiutis. Message hieginis (message kesehatan) diberikan dengan tujuan kesehatan atau profilaktis, yang diberikan terapiutis dalam kasus-kasus indikasi oleh seorang dokter/measure untuk olahragawan terutama dalam pengobatan sechele, cedera trauma/perubahabn patologis setempat, kelainan sirkulasi, dan tropyc seperti : (1) message

dalam cidera persendian, : (2) message luka memar dan luka : (3) message pengobatan cidera otot dan tendon: (4) message dalam penyembuhan sechele fraktur: (5) message dalam penyembuhan cidera syaraf. Message ini bertujuan langsung merangsang proses penyembuhan dan pemulihan fungsi kembali, serta memperpendek periode ketidak mampuan fisik olahragawan yang cidera atau sakit ”

Dari uraian di atas jelaslah bahwa message sangat bermanfaat dalam dunia olahraga di samping untuk meningkatkan, pengembangan kulaitas fisik, pemulihan dari kelelahan-kelelahan akibat latihan-latihan yang semakin lama semakin –semakin berat, juga bermanfaat untuk kesehatan dan terapiutis terhadap cidera-cidera dalam pertandingan. Jadi jelaslah bahwa keterampilan massage/seorang measure yang profesional sangat dibutuhkan dalam olahraga untuk membantu prestasi puncak para atlit demi mengharumkan nama daerah maupun negara dengan prestasi olaraga yang diperolehnya

Yanis (1995:7) mengemukakan bahwa:

“Gerakan-gerakan yang dipergunakan dalam massage manual biasanya disebut prosedur manual dan sangat banyak bentuknya dan variasi sekali. Perubahan dan manipulasi-manipulasi baru dengan banyak ragam dan komplek. Dalam pandangan pertama kelihatannya manipulasi itu sukar dan berbeda-beda satu dengan yang lain, tetapi dinamika ini akan kita pisahkan menjadi beberapa golongan (group). Manipulasi ini telah digolongkan dan telah disesuaikan menurut efek-efeknya, sehingga terbagi dalam dua golongan manipulasi yaitu: (1) Manipulasi pokok massage; (2) manipulasi Pembantu”.

Dari pendapat di atas dapat dijabarkan bahwa, dinamakan manipulasi pokok, karena manipulasi ini basis yang tidak dapat dihilangkan atau dikurangi pada waktu melakukan massage. Manipulasi pokok ini adalah:

a. Efluerage

Efluerage ialah gerakan ringan berirama yang dilakukan pada seluruh permukaan tubuh. Prosedur pertama dengan gerakan ringan berirama ialah melakukan gerakan-gerakan seperti gerakan mengelus-elus, mendorong-dorong, menekan-nekan kulit. Teknik manipulasi ini sangat sederhana dan dilakukan dengan permukaan seluruh telapak tangan dari satu atau kedua-duanya telapak tangan pelaku. Begitu juga dapat dilakukan dengan bagian belakang telapak tangan (punggung telapak tangan) dengan jari-jari rapat atau terbuka atau sedikit bengkok. Gerakan kedua belah telapak tangan itu dapat simultan atau alternatif. Tujuannya adalah memberikan rangsangan kepada syaraf dan jaringan yang ada dibawah kulit.

b. Friction

Setelah efluerage, friction adalah prosedur yang paling tua dan banyak dipergunakan dalam semua bentuk massage. Friction ditujukan kepada jaringan yang lebih dalam dibawah kulit. Prosedur ini terutama dari penekanan kulit dan jaringan-jaringan lunak subcutanat pada bagian sesuatu yang keras (tulang), dalam, dan perpidahannya gerakan secara melingkar (circular) atau garis (linear).

Friction dilakukan pada permukaan, baik yang sempit maupun yang luas dari tubuh dengan tangan sebelah atau kedua belah tangan. Maksud dari gerakan ini adalah menghancurkan bekuan-bekuan dan pengerasan-pengerasan yang ada pada jaringan ikat dan otot. Tujuannya

untuk menormalkan sirkulasi darah dan pertukaran zat. Gerakan dilakukan dengan cara diputar bisa dengan ujung jari, ibu jari, pangkal telapak tangan, tangan didempetkan, atau dengan tinju seperti yang dilakukan dipantat.

c. Petrissage

Petrissage yaitu meremas dan memeras jaringan. Group ketiga dari pokok massage terdiri dari bermacam-macam bentuk petrissage. Prosedur ini terdiri dari perasaan dan tekanan, pencomotan, pengangkatan otot dan jaringan-jaringan dalam.

Petrissage dapat dilakukan dengan tangan sebelah atau dengan kedua tangan, dengan gerakan bergelombang, berirama, tidak putus-putus terikat satu sama yang lainnya. Maksudnya adalah menghancurkan sisa pembakaran dan melemaskan kekakuan-kekakuan yang ada dalam jaringan. Tujuannya adalah untuk memudahkan proses pengangkutan dalam tubuh. Dilakukan dengan tangan dengan cara diangkat, remas kedua tangan bergantian, satu tangan dengan melingkar/setengah lingkaran, sejajar, dua jari, semua ujung jari, ujung jari merangkak keatas menggeser kulit.

d. Tapotemen

Tapotemen adalah pukulan-pukulan ringan dan berirama atau pukulan pada kulit dan jaringan-jaringan yang berdaging dari tubuh. Prosedur ini dilakukan dengan jari-jari tangan, telapak tangan atau

kepalan. Prosedur manual dapat dilakukan dengan dosis ringan dan dapat disesuaikan dengan baik, sesuai dengan keperluan.

Tapotemen ini bermaksud mempengaruhi tonus syaraf vegetatif/syaraf tak sadar pada jaringan primer/tepi yang bertujuan mempertinggi tonus otot dan memperlancar peredaran darah.

e. Vibration

Vibration terdiri dari gerakan getaran-getaran berirama dan dengan tekanan, yang diberikan pada bermacam-macam bagian tubuh. Manipulasi ini dapat dilakukan dengan tangan yang dilakukan dengan ujung jari atau dengan bagian muka telapak tangan, dengan pangkal telapak tangan, dengan telapak tangan yang jari-jari lurus, atau dengan kepalan tertutup. Gerakan vibration sama dengan suatu penggemetaan terus-menerus, yang dihasilkan oleh kontraksi cepat alternatif otot-otot antagonis dari lengan bawah dan lengan atas. Vibration diberikan secara teratur pada bagian yang sempit, tetapi dibutuhkan pada syaraf atau sebuah otot seluas dan sepanjang otot itu disekitar persendian, pada bagian (sebagian) atau seluruh segmen.

Diantara prosedur-prosedur atau manipulasi pokok massage, mengingat akan efek-efeknya, ditambah pula dengan beberapa manipulasi lainnya, dinamakan manipulasi pembantu atau sekunder. Efek-efek itu menyempurnakan prosedur manipulasi pokok. Beberapa dari manipulasi sekunder ini yang selalu pada saat diperlukan diikutsertakan mempunyai

teknik tersendiri dan memperkaya prosedur manipulasi pokok. Beberapa manipulasi pembantu yang penting adalah:

- a) Goncangan (kesamping kiri/kanan dan keatas/kebawah) dan putaran.
- b) Tekanan
- c) Tarikan dan peregangan
- d) Getaran
- e) Berbagai macam prosedur massage lainnya (cubitan atau jepitan kulit).

Berdasarkan uraian diatas jelaslah bahwa dari lima macam manipulasi pokok dan beberapa manipulasi tambahan, harus dikuasai dan dimiliki oleh seorang tenaga measure agar dalam pelaksanaan praktek massage terlaksana dengan lancar dan memberikan kepuasan atau massage yang sempurna kepada pasien supaya tercapainya tujuan dari massage itu sendiri yaitu pemeliharaan kesehatan dan kesegaran jasmani secara fisik maupun psikis.

2. Persepsi Terhadap Massage

Persepsi yaitu bagaimana kita mengamati suatu peristiwa yang pada gilirannya akan sangat menentukan tingkah laku atau respon terhadap sumber peristiwa. Said (1990:125) mengemukakan bahwa “Persepsi adalah proses yang membedakan rangsangan yang masuk dan selanjutnya diberikan makna dengan bantuan beberapa faktor”.

Kemudian Sarwono (1991:112) menyatakan bahwa “Persepsi adalah kemampuan untuk membedakan kelompok objek disekitar yang ditangkap

oleh panca indera dan proyeksi pada bagian tertentu diotak sehingga kita mengamati objek tersebut”. Selanjutnya Slameto (1995:102) mengatakan “Persepsi adalah proses yang menyangkut masuknya pesan dan informasi kedalam otak manusia”. Melalui persepsi manusia akan terus menerus melakukan hubungan dengan lingkungannya. Hubungan ini dilakukan melalui panca inderanya, yaitu indera penglihatan, pendengaran, peraba, perasa dan pencium.

Pengertian persepsi diatas, menekankan pada pandangan seseorang yang akan mempersiapkan dan memberi arti pada suatu objek yang menggunakan panca inderanya, sehingga memberikan tanggapan dan makna pada objek yang dipersepsikan. Pandangan tersebut dapat berupa penilaian-penilaian yang menyenangkan, menyedihkan, menolak dan menerima sesuatu yang sedang diamati. Intensitas seseorang dalam mengamati objek tersebut dapat mempengaruhi persepsinya. Oleh karena itu individu yang mempunyai karakteristik, pengalaman dan latar belakang yang berbeda-beda, hasil persepsinya akan berbeda-beda pula.

Pada bagian berikutnya ditegaskan lagi oleh Pringgodigno (1977:866) bahwa “Persepsi adalah proses mutlak yang menghasilkan bayangan pada individu-individu sehingga dapat menghemat suatu objek atau peristiwa dengan jalan asosiasi dengan suatu ingatan tertentu, baik secara indera perasa dan sebagainya sehingga bayangan itu dapat disadari”.

Sesuai dengan pengertian persepsi diatas maka dapat diartikan bahwa setiap individu yang memiliki pengalaman tentang suatu peristiwa didalam

hidupnya, individu tersebut akan mempunyai bayangan terhadap peristiwa yang dialaminya. Sebagai contoh mahasiswa yang telah mengikuti perkuliahan massage melalui pengalamannya tersebut maka mereka dapat memberikan tanggapan dan pendapatnya tentang massage tersebut.

Untuk menentukan positif atau negatifnya persepsi mahasiswa dalam memberikan tanggapan dan pendapatnya tentang massage tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor. Menurut Sudjana dalam Walid Putra (2001:11) persepsi dibagi dua yaitu:

“(1) Persepsi positif yang merupakan tanggapan atau pandangan langsung terhadap objek yang bersifat positif atau baik. (2) persepsi negatif yang merupakan tanggapan atau pandangan langsung terhadap objek yang bersifat negatif atau tidak baik. Persepsi negatif positif atau negatif ini mempunyai tindakan untuk mengukur persepsi itu ada lima tingkatan yaitu: (1) tidak baik; (2) kurang baik; (3) cukup baik; (4) baik; (5) sangat baik. Sedangkan syarat-syarat dari persepsi adalah: 1) Adanya objek atau sasaran yang diamati baik yang datang dari dalam maupun dari luar, sehingga menimbulkan stimulus yang mengenai alat indera; 2) Kesempurnaan alat indera bagi individu sangat menentukan dalam mempersepsikan suatu objek; 3) Perhatian, sikap, perasaan, emosi dan juga jenis perangsang sebagai penentu dalam terjadinya persepsi”.

Sesuai dengan pendapat diatas maka Sugiono (2004:107) mengemukakan bahwa “Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena tertentu.

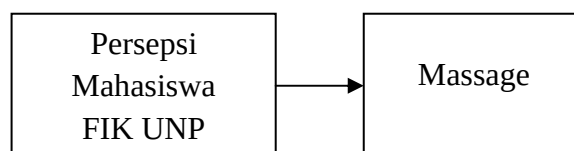
Berdasarkan uraian, maka dapat disimpulkan positif atau negatifnya persepsi mahasiswa FIK terhadap massage dapat diukur dengan skala likert dengan adanya lima tingkatan yaitu tidak baik, kurang baik, cukup baik, baik, dan sangat baik dipengaruhi oleh beberapa faktor sebagai berikut: (1)

Pemahaman mahasiswa terhadap ilmu anatomi dan fisiologi yang merupakan ilmu dasar tentang struktur dan fungsi organ tubuh manusia yang sangat erat kaitannya dalam mempraktekan massage karena kontak langsung dengan tubuh manusia yang berfungsi supaya dalam mempraktekan massage tidak terjadi kesalahan yang bisa berakibat fatal bagi tubuh manusia; (2) pemahaman mahasiswa tentang manfaat massage terhadap jaringan tubuh; (3) kemampuan mahasiswa melakukan manipulasi massage; (4) motivasi terhadap pelaksanaan praktek massage; (5) anggapan atau persepsi yang kurang positif mahasiswa terhadap massage.

Dalam kaitannya dengan uraian diatas, maka objek yang ingin diketahui persepsinya adalah seluruh mahasiswa yang masih aktif kuliah di FIK UNP dan telah mengambil mata kuliah massage atau dengan kata lain untuk mengetahui anggapan atau gambaran para mahasiswa FIK UNP terhadap massage.

B. Kerangka Konseptual

Untuk mencapai hasil belajar yang diharapkan diperlukan persepsi yang positif terhadap massage:



C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan pada kerangka konseptual diatas, maka pertanyaan penelitian yang diajukan adalah:

1. Bagaimana persepsi mahasiswa Jurusan Kepelatihan terhadap massage?
2. Bagaimana persepsi mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi terhadap massage?
3. Bagaimana persepsi mahasiswa Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi Program Studi Ilmu Keolahragaan terhadap massage.
4. Bagaimana persepsi mahasiswa FIK terhadap massage.

BAB V

KESIMPULAN

Dalam bab V ini akan ditemukan beberapa kesimpulan tentang persepsi mahasiswa FIK terhadap Massage pada UNP. Dan beberapa kesimpulan dan saran akan dikemukakan, sehingga nantinya akan bermanfaat atau berguna bagi pembinaan keterampilan massage khususnya.

A. Kesimpulan

Sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian, maka hasil deskripsi data dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan tentang persepsi mahasiswa FIK terhadap massage pada UNP secara khusus dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Persepsi mahasiswa Jurusan Kepelatihan Olahraga terhadap massage dimana persentase jawaban dari 19 responden, ternyata 5 orang responden (26,3 %) termasuk dalam kategori sangat baik, 14 orang responden (73,7 %) kategori baik.
2. Persepsi mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi terhadap massage dimana persentase jawaban dari 10 responden, ternyata 2 orang responden (20,0%) termasuk dalam kategori sangat baik, 8 orang responden (80,0 %) kategori baik.
3. Persepsi mahasiswa Jurusan Kesehatan dan rekreasi Program Studi Ilmu Keolahragaan terhadap massage dimana persentase jawaban dari 21 responden, ternyata 5 orang responden (23,8%) termasuk dalam kategori sangat baik, 16 orang responden (76,2 %) kategori baik.

4. Persepsi mahasiswa tingkat Fakultas Ilmu Keolahragaan terhadap massage dimana persentase jawaban dari 50 responden, ternyata 12 orang responden (24,0 %) termasuk dalam kategori sangat baik, 38 orang responden (76,0 %) kategori baik.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan diatas, maka dikemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Diharapkan pada dosen untuk dapat menyadari dan membentuk pentingnya pengembangan persepsi yang lebih baik lagi terhadap penerapan keterampilan massage diluar perkuliahan dan profesi seorang measure.
2. Jurusan, mengevaluasi penelitian mahasiswa sebagai bahan acuan perbaikan kurikulum.
3. Mahasiswa, memperhatikan dan memahami setiap perkembangan dan kemajuan olahraga, khususnya keterampilan massage.
4. Penelitian berikutnya, disarankan agar dapat melakukan penelitian lanjutan dengan menggunakan sampel yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisah, Siti. (1991). **Persepsi** Guru Terhadap Pelaksanaan KKG Rayon II Kec. 50 Kota. Tesis: Padang
- Arikunto, Suharmi. (1989). *Manajemen Penelitian*. Jakarta : Bina Aksara
- Arikunto, Suharmi. (1992). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Bina Aksara
- Depdikbud (1981). *Sport Message*. Jakarta : Dirjen Pendidikan Luar Sekolah Pemuda dan Olahraga: Depdikbud
- Depdiknas (2007). *Buku Panduan Penulisan Tugas Akhir/Skripsi UNP*. Padang: FIK UNP.
- FIK UNP. *Silabus Perkuliahan Massage FIK UNP*. Padang: UNP
- Hidayat, Fatma.(1999). *Persepsi Mahasiswa Terhadap Anak Jalanan Di Kota Padang*. Skripsi: Padang
- Mulyadi, A Nurhadi. (1989). *Prilaku Organisasi*. Jakarta: Rajawali.
- Narbuko, Kholid dkk.(2003) *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Bumi Aksara
- Pringgodigno. (1997). *Ensiklopedi Umum Indonesia* .Jakarta: Balai Pustaka
- Putra, Walidi. (2001). *Persepsi Siswa Terhadap Pelajaran Pendidikan Jasmani Pada SMA 1 Lembah Gumanti*. Padang : UNP
- Ridwan, M. (1993). *Pengantar Massage Olahraga*. IKIP: Padang
- Said, Mud. (1990). *Psikologi dari Zaman ke Zaman*. Bandung
- Slameto,, (1995) *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta : Rineka Cipta
- Sarwono, Sarlita Wirawan. (1991). *Pengantar Umum Psikologi*. Jakarta : PT Bulan Bintang
- Sudjana, Nana (1989). *Metode Statistik*. Bandung: Transito
- Sudjana, Nana. (1996). *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru
- Sugiono (2004). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara