



## Pemberdayaan Tunanetra Melalui Pelatihan Masase Untuk Mewujudkan Kemandirian di Panti Sosial Tuah Sakato

Masrun<sup>1</sup>, M Ridwan<sup>2</sup>, Khairuddin<sup>3</sup>, Dodi Rosadi<sup>4</sup>, Supandi<sup>5</sup>, Jannatul Khairoh<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Universitas Negeri Padang

E-mail: <sup>1)</sup> [masrun@fik.unp.ac.id](mailto:masrun@fik.unp.ac.id)

### Abstrak

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan masase pada penyandang tunanetra melalui pelatihan yang diadakan di Panti Sosial Tuah Sakato, Kota Padang. Pelatihan ini dirancang untuk membekali 20 peserta tunanetra dengan keterampilan masase profesional, sehingga mereka dapat bekerja sebagai terapis atau membuka usaha mandiri. Metode yang digunakan melibatkan sesi teori dan praktik masase, dengan instruktur bersertifikat yang memandu setiap kelompok. Evaluasi keterampilan dilakukan sebelum dan sesudah pelatihan untuk mengukur peningkatan kemampuan peserta. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan masase, dengan nilai  $p < 0,05$ , yang menunjukkan bahwa pelatihan ini efektif dalam meningkatkan kemampuan teknis peserta. Dengan keterampilan yang diperoleh, peserta diharapkan dapat mencapai kemandirian ekonomi dan meningkatkan kesejahteraan mereka.

**Kata kunci:** *Pelatihan masase, tunanetra, kemandirian*

### Abstract

*This activity aims to improve the skills of the visually impaired through training held at the Tuah Sakato Social Home, Padang City. This training is designed to equip 20 visually impaired participants with professional masase skills, so that they can work as therapists or open independent businesses. The method used involves sessions of masase theory and practice, with certified instructors guiding each group. Skills evaluation is carried out before and after the training to measure the improvement of participants' abilities. The results of the activity showed a significant improvement in masse skills, with a  $p$  value of  $0.05 <$ , which showed that this training was effective in improving the technical ability of participants. With the skills acquired, participants are expected to achieve economic independence and improve their welfare.*

**Key Word:** *Mass training, blindness, independence*

### 1. Pendahuluan

Banyak individu tunanetra yang mengalami hambatan yang signifikan untuk masuk ke dalam dunia kerja yang berkualitas. Disabilitas penglihatan yang mereka alami pada akhirnya membatasi pilihan pekerjaan sesuai dengan kemampuan yang mereka miliki, dan pada akhirnya berdampak pada kemandirian ekonomi mereka [1]. Berdasarkan data tahun

2016 yang dikeluarkan oleh Kementerian Sosial, lebih dari 60% penyandang disabilitas yang tinggal di Indonesia tidak bisa mendapatkan akses pekerjaan yang memadai [2]. Hal ini diperparah dengan rendahnya tingkat melek teknologi dan tidak adanya program pelatihan yang dapat meningkatkan penempatan kerja [3].

Keterampilan yang sesuai dan dapat diakses oleh tunanetra menjadi salah satu solusi penting dalam mengatasi tantangan ini. Salah satu keterampilan yang dinilai cocok bagi tunanetra adalah masase, yang lebih menekankan pada indra peraba daripada penglihatan [4]. Masase juga terbukti menjadi salah satu profesi yang memberikan penghasilan layak bagi tunanetra di berbagai negara [5], [6]. Di Jepang, masase merupakan salah satu profesi yang sangat diminati oleh penyandang tunanetra karena dukungan kuat dari pemerintah [7]. Di Thailand, terapi masase untuk tunanetra telah lama diakui sebagai salah satu bentuk integrasi sosial penyandang disabilitas ke dalam pasar kerja [8].

Namun, di Indonesia, program pelatihan keterampilan masase bagi penyandang tunanetra masih sangat terbatas [9]. Panti Sosial Bina Netra "Tuah Sakato" di Kota Padang, sebagai salah satu lembaga yang bertujuan memberikan pembinaan bagi penyandang tunanetra, telah melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan keterampilan mereka, namun fokus pelatihan sering kali lebih kepada keterampilan kerajinan tangan [10]. Masih banyak tunanetra yang kurang tertarik pada pelatihan tersebut karena tidak memberikan peluang ekonomi yang signifikan [11]. Oleh karena itu, melalui Program Kemitraan Masyarakat ini, pelatihan masase difokuskan sebagai upaya untuk membekali penyandang tunanetra dengan keterampilan yang dapat meningkatkan kemandirian ekonomi mereka [12].

Pelatihan ini melibatkan 20 peserta tunanetra dari Panti Sosial Bina Netra "Tuah Sakato". Mereka dilatih untuk menguasai teknik dasar masase seperti Effleurage, Petrissage, dan Friction, yang merupakan teknik yang sering digunakan dalam masase profesional [13]. Selain itu, peserta juga diajarkan pentingnya etika dalam menjalankan praktik masase, yang merupakan salah satu elemen kunci untuk menjaga profesionalitas dan kualitas layanan [14]. Studi menunjukkan bahwa etika dalam praktik masase memiliki peran penting dalam membangun kepercayaan klien, sehingga keterampilan ini sangat diperlukan dalam pelatihan [15].

Pelatihan ini diharapkan dapat memberikan dampak signifikan dalam meningkatkan keterampilan dan kepercayaan diri para peserta. Sebuah penelitian menyebutkan bahwa peningkatan keterampilan teknis secara langsung berkontribusi pada kemandirian ekonomi penyandang disabilitas [16][17], [18]. Selain itu, keterampilan masase yang mereka kuasai juga memberikan kesempatan bagi peserta untuk memulai usaha mandiri di bidang terapi masase, yang telah terbukti memberikan hasil positif bagi beberapa penyandang tunanetra di negara lain [19]. Dengan keterampilan yang diperoleh, diharapkan peserta dapat mengurangi ketergantungan pada bantuan sosial serta berkontribusi secara aktif di masyarakat [20].

Dalam konteks ini, pelatihan masase tidak hanya memberikan keterampilan teknis, tetapi juga meningkatkan potensi wirausaha di kalangan penyandang tunanetra [21]. Keberhasilan pelatihan ini akan diukur melalui peningkatan keterampilan peserta setelah

pelatihan, yang akan diukur secara objektif melalui tes berbasis kinerja yang mencakup berbagai aspek keterampilan masase [22].

## 2. Metode Pelaksanaan

### a. Metode Pelatihan

Pelatihan ini menggunakan pendekatan gabungan antara teori dan praktik yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan masase pada penyandang tunanetra. Adapun metode yang digunakan meliputi:

**Tabel 1. Metode Pelatihan**

Metode	Deskripsi
Ceramah dan Diskusi	Penyampaian materi teori oleh instruktur, meliputi konsep dasar masase, manfaat masase, dan etika profesional. Diskusi dilakukan untuk menggali pemahaman.
Demonstrasi Teknik	Instruktur menunjukkan teknik dasar masase (Effleurage, Petrissage, Friction), dengan penjelasan rinci mengenai langkah-langkah pelaksanaan.
Latihan Praktik	Peserta dibagi menjadi kelompok-kelompok kecil untuk mempraktikkan teknik masase di bawah bimbingan instruktur.
Umpan Balik Individu	Peserta menerima umpan balik langsung dari instruktur mengenai teknik yang dipraktikkan untuk perbaikan keterampilan.

### b. Tahapan Pelaksanaan Pelatihan

Pelatihan dilaksanakan selama dua hari dengan struktur kegiatan sebagai berikut:

**Tabel 2. Tahapan Pelaksanaan Penelitian**

Hari	Kegiatan	Durasi
Pertama	Pembukaan dan Pengenalan: Penjelasan tujuan dan manfaat pelatihan.	1 jam
	Materi Teori Dasar: Ceramah mengenai konsep dasar masase, teknik masase, manfaat masase, dan etika profesional.	3 jam
	Diskusi Interaktif: Tanya jawab dan diskusi untuk memastikan pemahaman peserta.	1 jam

Hari	Kegiatan	Durasi
Kedua	Demonstrasi Teknik Masase: Instruktur memperagakan teknik masase yang akan dipelajari oleh peserta.	1 jam
	Latihan Praktik Kelompok: Peserta mempraktikkan teknik masase dalam kelompok di bawah pengawasan instruktur.	4 jam
	Evaluasi Keterampilan (Post-test): Penilaian keterampilan peserta setelah latihan untuk melihat perkembangan kemampuan.	2 jam

### c. Instruktur dan Fasilitator

Pelatihan ini dipandu oleh instruktur bersertifikat yang memiliki pengalaman luas dalam praktik masase dan pelatihan tunanetra. Setiap kelompok terdiri dari 4 peserta yang dipandu oleh satu instruktur.

### d. Evaluasi Keterampilan

Evaluasi keterampilan peserta dilakukan dalam dua tahap, yaitu pre-test sebelum pelatihan dan post-test setelah pelatihan. Penilaian dilakukan untuk mengukur peningkatan keterampilan masase berdasarkan beberapa indikator yang telah ditetapkan.

#### 1) Indikator Keterampilan Masase

**Tabel 3. Indikator Keterampilan Masase**

Indikator Keterampilan	Deskripsi Penilaian
Penguasaan Teknik Dasar Masase	Kemampuan peserta dalam mempraktikkan teknik dasar masase seperti Effleurage, Petrissage, dan Friction secara benar dan sesuai prosedur.
Pemahaman tentang Manfaat Masase	Tingkat pemahaman peserta mengenai manfaat masase bagi kesehatan fisik dan mental klien.
Kepatuhan pada Prosedur dan Etika Masase	Ketaatan peserta terhadap standar prosedur dan etika yang berlaku selama melakukan masase, seperti menjaga privasi dan kenyamanan klien.

Ketepatan dalam Mengeksekusi Teknik Masase	Ketelitian peserta dalam menjalankan teknik masase sesuai dengan penjelasan instruktur, termasuk konsistensi kekuatan dan ritme dalam melaksanakan teknik.
Keterampilan Interaksi dengan Klien	Kemampuan peserta berkomunikasi dengan klien selama sesi masase, termasuk cara menjelaskan prosedur dan memastikan kenyamanan klien selama praktik masase.

## 2) Skala Penilaian

Penilaian dilakukan menggunakan skala 1 hingga 100, di mana:

**Tabel 4. Skala Penilaian Masase**

Skor	Keterangan
0-59	Kurang sekali, peserta tidak menunjukkan penguasaan keterampilan sama sekali.
60-69	Cukup, peserta mampu melakukan teknik dasar dengan banyak kesalahan, memerlukan bimbingan intensif.
70-79	Baik, peserta mampu melakukan teknik dasar dengan sedikit kesalahan dan bimbingan minimal.
80-89	Sangat baik, peserta mampu melakukan teknik dengan benar dan sesuai, namun ada sedikit ketidaksempurnaan.
90-100	Sempurna, peserta mampu melakukan teknik dengan sempurna tanpa kesalahan.

## 3) Cara Penilaian

- Pre-test dilakukan di awal pelatihan untuk mengukur keterampilan dasar peserta sebelum menerima materi pelatihan.
- Post-test dilakukan setelah pelatihan berakhir untuk mengevaluasi peningkatan keterampilan peserta. Nilai post-test dibandingkan dengan nilai pre-test untuk melihat peningkatan keterampilan peserta.
- Peserta dinilai berdasarkan indikator keterampilan yang sudah ditentukan, dengan menggunakan skala penilaian 0-100 untuk setiap indikator.

## 3. Hasil Dan Pembahasan

### Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas pelatihan masase dalam meningkatkan keterampilan penyandang tunanetra di Panti Sosial Tuah Sakato, Kota Padang. Pelatihan ini melibatkan 20 peserta yang diuji keterampilannya sebelum dan

sesudah mengikuti pelatihan melalui *Pre Test* dan *Post Test*. Evaluasi dilakukan dengan metode statistik untuk mengukur peningkatan keterampilan yang signifikan.

## 1. Descriptive Statistics

**Tabel 5. Analisis Descriptive Statistics**

Descriptive Statistics								
	N	Range	Min	Max	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
<b>Pre Test Keterampilan Masase</b>	20	8	57	65	1219	60.95	2.188	4.787
<b>Post Test Keterampilan Masase</b>	20	8	78	86	1627	81.35	2.277	5.187
<b>Valid N (listwise)</b>	20							

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, nilai rata-rata keterampilan masase peserta sebelum pelatihan (*Pre Test*) adalah 60,95 dengan *standard deviation* 2,188. Hal ini menunjukkan bahwa keterampilan awal peserta sebelum pelatihan relatif seragam. Setelah pelatihan, nilai rata-rata keterampilan meningkat menjadi 81,35 dengan *standard deviation* 2,277, yang menandakan adanya peningkatan keterampilan secara keseluruhan. Rentang nilai *Pre Test* dan *Post Test* masing-masing sebesar 8, dengan nilai minimum dan maksimum pada *Post Test* yang lebih tinggi, yaitu antara 78 hingga 86.

## 2. Uji Normalitas (One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test)

**Tabel 6. Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Pre Test Keterampilan Masase	Post Test Keterampilan Masase
<b>N</b>		20	20
<b>Normal Parameters<sup>a,b</sup></b>	Mean	60.95	81.35
	Std. Deviation	2.188	2.277
	<b>Most Extreme Differences</b>	Absolute	.118
	Positive	.118	.173

	Negative	-.084	-.078
<b>Test Statistic</b>		.118	.173
<b>Asymp. Sig. (2-tailed)</b>		.200 <sup>c,d</sup>	.117 <sup>c</sup>
<b>a. Test distribution is Normal.</b>			
<b>b. Calculated from data.</b>			
<b>c. Lilliefors Significance Correction.</b>			
<b>d. This is a lower bound of the true significance.</b>			

Uji normalitas dengan metode *One-Sample Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan bahwa distribusi data keterampilan sebelum dan sesudah pelatihan normal, dengan nilai *Asymp. Sig.* sebesar 0,200 untuk *Pre Test* dan 0,117 untuk *Post Test*. Karena nilai ini lebih besar dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa distribusi data normal, sehingga memenuhi syarat untuk analisis statistik lebih lanjut.

### 3. Uji Homogenitas Variansi (Levene's Test of Homogeneity of Variances)

**Tabel 7. Uji Homogenitas Variansi (Levene's Test of Homogeneity of Variances)**

Test of Homogeneity of Variances					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
<b>Post Test</b>		21.236	6	11	.000
<b>Keterampilan</b>	Based on Median	2.292	6	11	.111
<b>Masase</b>	Based on Median	2.292	6	4.000	.221
	and with adjusted df				
	Based on trimmed mean	17.148	6	11	.000

Uji homogenitas variansi (Levene's Test) menunjukkan bahwa variansi berdasarkan rata-rata antara kelompok tidak homogen, dengan nilai *p-value* 0,000. Namun, berdasarkan median, variansi dianggap homogen dengan nilai *p-value* 0,111. Hal ini mengindikasikan adanya variasi yang signifikan pada kelompok berdasarkan nilai rata-rata, namun variasi ini tidak terlampaui besar jika dilihat dari median.

### 4. Paired Samples Test (Uji Perbandingan Sebelum dan Sesudah Pelatihan)

**Tabel 8. Paired Samples Test (Uji Perbandingan Sebelum dan Sesudah Pelatihan)**

Paired Samples Test							
	Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference			

Pair	Pre Test	Mean	Std. Deviation	the Difference		t	Sig.	
				Lower	Upper			
1	Keterampilan Masase - Post Test Keterampilan Masase	20.40	.598	.134	20.68	20.12	152.491	.000

Hasil *Paired Samples Test* menunjukkan perbedaan yang sangat signifikan antara keterampilan sebelum dan sesudah pelatihan. Nilai rata-rata peningkatan keterampilan adalah 20,4 dengan  $t = 152,499$  dan  $p$ -value sebesar 0,000. Ini menegaskan bahwa pelatihan masase memiliki dampak yang sangat signifikan dalam meningkatkan keterampilan peserta. Dengan interval kepercayaan 95%, perbedaan rata-rata berkisar antara 20,680 hingga 20,120, yang semakin memperkuat validitas hasil.

## 5. N-gain Score dan Ngain Persen

Tabel 9. N-gain Score dan Ngain Persen

	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Ngain_Score	20	0.46	0.60	0.5240	0.03425
Ngain_Persen	20	46.34	60.00	524.017	342.505
Valid N (listwise)	20				

Analisis tambahan melalui *Ngain Score* menunjukkan peningkatan rata-rata sebesar 0,5240 dengan *standard deviation* 0,03425, yang menunjukkan peningkatan keterampilan yang relatif konsisten di antara peserta. Peningkatan ini juga didukung oleh hasil *Ngain Persen* dengan nilai rata-rata 524,017, meskipun terdapat variasi yang lebih besar dengan *standard deviation* 342,505, yang menunjukkan bahwa



beberapa peserta mengalami peningkatan yang lebih signifikan dibandingkan yang lain.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan masase yang diberikan efektif dalam meningkatkan keterampilan penyandang tunanetra di Panti Sosial Tuah Sakato. Peningkatan keterampilan yang signifikan ini diharapkan dapat membantu peserta dalam mencapai kemandirian ekonomi dan meningkatkan kesejahteraan mereka.

#### **a. Dampak**

Pelatihan masase ini memberikan dampak yang signifikan bagi peserta tunanetra di berbagai aspek kehidupan mereka, baik dalam peningkatan keterampilan, kepercayaan diri, maupun peluang ekonomi. Dampak ini dapat dirinci sebagai berikut:

##### **1. Peningkatan Keterampilan Teknis**

Peserta pelatihan menunjukkan peningkatan signifikan dalam penguasaan teknik dasar masase seperti Effleurage, Petrissage, dan Friction [23], [24]. Sebelum pelatihan, mayoritas peserta hanya memiliki pengetahuan terbatas tentang teknik masase, dengan rata-rata nilai pre-test berada di kisaran 60-62. Setelah pelatihan, terjadi peningkatan yang signifikan, dengan rata-rata nilai post-test mencapai 80-82 [25]. Ini menunjukkan peningkatan keterampilan sebesar lebih dari 30%, khususnya dalam teknik dasar masase dan pemahaman prosedur [26]. Menurut penelitian sebelumnya, peningkatan keterampilan praktis seperti ini sangat penting dalam mendukung kemandirian penyandang disabilitas [27].

##### **2. Kemandirian Ekonomi**

Pelatihan ini juga memberikan peluang bagi peserta untuk meningkatkan kemandirian ekonomi. Keterampilan masase yang mereka pelajari memungkinkan mereka untuk bekerja sebagai terapis masase atau memulai usaha mandiri di bidang terapi masase [28]. Beberapa studi menunjukkan bahwa penguasaan keterampilan masase dapat menjadi sumber penghasilan yang stabil bagi tunanetra, baik di klinik kesehatan maupun spa. Di negara-negara seperti Jepang dan Thailand, keterampilan masase telah menjadi sumber penghasilan utama bagi banyak penyandang tunanetra [29]. Peningkatan kemandirian ekonomi ini sangat penting karena memungkinkan peserta untuk berpartisipasi lebih aktif dalam masyarakat dan mengurangi ketergantungan pada bantuan sosial.

##### **3. Peningkatan Kepercayaan Diri**

Salah satu dampak terbesar dari pelatihan ini adalah peningkatan kepercayaan diri peserta. Sebelum pelatihan, banyak peserta yang merasa tidak yakin dengan kemampuan mereka dalam mempraktikkan masase. Namun, setelah mendapatkan pengetahuan teori dan praktik secara langsung, peserta merasa lebih percaya diri dalam menguasai teknik masase. Menurut penelitian, peningkatan kepercayaan diri

sangat erat kaitannya dengan keberhasilan pelatihan keterampilan [30]. Kepercayaan diri ini menjadi faktor penting yang mendorong peserta untuk mengeksplorasi peluang pekerjaan di bidang masase setelah pelatihan.

#### 4. Pembentukan Jaringan dan Dukungan Sosial

Pelatihan ini juga membuka peluang bagi peserta untuk membangun hubungan sosial dan jaringan di antara sesama penyandang tunanetra. Sebelum pelatihan, banyak peserta yang merasa terisolasi secara sosial dan tidak memiliki akses ke komunitas profesional yang dapat mendukung perkembangan karier mereka. Melalui pelatihan kelompok, peserta saling mendukung dan belajar satu sama lain, menciptakan lingkungan yang kolaboratif dan inklusif [31]. Studi menunjukkan bahwa dukungan sosial yang kuat dapat mempercepat peningkatan keterampilan dan kesejahteraan psikologis peserta.

#### 5. Potensi Pengembangan Usaha Mandiri

Dengan keterampilan masase yang telah diperoleh, peserta memiliki potensi besar untuk memulai usaha mandiri. Keterampilan masase merupakan salah satu keterampilan yang dapat langsung diterapkan, baik melalui pekerjaan di spa atau klinik kesehatan maupun dalam bentuk usaha pribadi [32]. Beberapa peserta menunjukkan minat untuk melanjutkan pelatihan lebih lanjut dalam teknik masase yang lebih spesifik, seperti shiatsu atau refleksiologi. Penelitian menunjukkan bahwa usaha mandiri di bidang masase memiliki potensi besar untuk menghasilkan pendapatan yang stabil, terutama di kota-kota besar. Dengan keterampilan ini, peserta dapat mencapai kemandirian ekonomi yang lebih baik dan mengurangi ketergantungan mereka pada bantuan eksternal [33].

Pelatihan masase yang diselenggarakan di Panti Sosial Tuah Sakato berhasil memberikan dampak signifikan dalam peningkatan keterampilan teknis dan kemampuan sosial peserta. Berdasarkan hasil evaluasi keterampilan, terdapat peningkatan yang signifikan pada rata-rata keterampilan peserta. Sebelum pelatihan, nilai rata-rata Pre Test keterampilan masase adalah 60,95 dengan standard deviation 2,188. Setelah pelatihan, nilai rata-rata Post Test meningkat menjadi 81,35 dengan standard deviation 2,277. Peningkatan ini mencerminkan adanya peningkatan keterampilan sebesar lebih dari 30% dalam penguasaan teknik dasar masase, pemahaman tentang manfaat masase, serta kepatuhan pada prosedur dan etika [34].

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa perbedaan rata-rata nilai Pre Test dan Post Test keterampilan masase adalah -20,40 dengan p-value sebesar 0,000, yang berarti perbedaan tersebut signifikan secara statistik pada tingkat signifikansi 0,05. Ini menegaskan bahwa pelatihan masase berhasil meningkatkan keterampilan peserta dengan signifikan [35]. Metode pembelajaran berbasis praktik yang digunakan selama pelatihan terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan

teknis peserta, di mana mereka memperoleh pengalaman langsung melalui sesi praktik. Penelitian sebelumnya mendukung temuan ini, yang menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis praktik lebih efektif daripada metode pembelajaran teoretis [36], [37].

Selain peningkatan keterampilan teknis, pelatihan ini juga memberikan dampak signifikan terhadap kemandirian ekonomi peserta. Keterampilan masase yang mereka peroleh memungkinkan mereka untuk bekerja sebagai terapis di spa atau klinik kesehatan, atau memulai usaha mandiri. Hal ini sangat penting, mengingat penyandang disabilitas, terutama tunanetra, sering menghadapi tantangan dalam mendapatkan pekerjaan yang layak karena keterbatasan akses dan minimnya keterampilan [38], [39]. Dengan peningkatan keterampilan ini, para peserta memiliki peluang lebih besar untuk berpartisipasi dalam dunia kerja dan meraih kemandirian ekonomi.

Kepercayaan diri peserta juga mengalami peningkatan yang signifikan setelah pelatihan. Sebelum pelatihan, banyak peserta merasa ragu dengan kemampuan mereka, namun setelah mengikuti sesi pelatihan, kepercayaan diri mereka meningkat. Peningkatan kepercayaan diri ini merupakan salah satu dampak psikologis positif dari pelatihan keterampilan, yang memungkinkan peserta untuk lebih percaya diri dalam mempraktikkan teknik masase [40]. Penelitian menunjukkan bahwa peningkatan kepercayaan diri sangat penting bagi penyandang disabilitas untuk menghadapi tantangan di dunia kerja [41].

Selain dampak individu, pelatihan ini juga membuka peluang bagi peserta untuk memperluas jaringan sosial mereka. Selama pelatihan, para peserta membangun hubungan sosial yang erat satu sama lain, menciptakan rasa kebersamaan dan dukungan [42]. Penelitian telah menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis serta memotivasi seseorang untuk terus berkembang dan belajar. Hubungan yang terjalin selama pelatihan ini juga menjadi sumber informasi penting bagi peserta tentang peluang kerja atau pengembangan usaha [43].

Potensi pengembangan usaha mandiri menjadi salah satu dampak jangka panjang yang dihasilkan dari pelatihan ini. Berdasarkan Ngain Score, peningkatan rata-rata keterampilan peserta adalah 0,5240 dengan standard deviation 0,03425, yang menunjukkan peningkatan yang relatif konsisten di antara peserta. Peningkatan ini juga didukung oleh Ngain Persen yang menunjukkan peningkatan rata-rata sebesar 524,017 dengan variasi yang lebih besar (standard deviation 342,505). Beberapa peserta juga menunjukkan minat untuk melanjutkan pelatihan di bidang masase khusus seperti shiatsu atau refleksiologi, yang menunjukkan adanya peluang pengembangan lebih lanjut.

Dari perspektif kebijakan, hasil pelatihan ini memberikan bukti nyata bahwa program pelatihan keterampilan yang berbasis praktik, seperti masase, dapat memberikan dampak yang signifikan bagi penyandang disabilitas [44]. Pemerintah dan lembaga terkait perlu mempertimbangkan replikasi atau perluasan program ini, karena pelatihan keterampilan seperti masase memiliki potensi besar untuk meningkatkan kemandirian ekonomi dan kesejahteraan penyandang disabilitas [45], [46].



Gambar: Pelaksanaan Kegiatan Pelatihan Massase

Pembahasan ini menunjukkan bahwa pelatihan masase bukan hanya efektif dalam meningkatkan keterampilan teknis, tetapi juga mampu menciptakan peluang kerja dan mendukung kemandirian ekonomi peserta secara lebih luas.

#### 4. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil adalah bahwa pelatihan masase berbasis praktik di Panti Sosial Tuah Sakato tidak hanya berhasil meningkatkan keterampilan teknis para peserta tunanetra secara signifikan, tetapi juga memberikan dampak positif pada aspek kemandirian ekonomi, kepercayaan diri, dan jejaring sosial mereka. Peningkatan keterampilan yang dicapai melalui pelatihan ini membuka peluang bagi peserta untuk lebih siap menghadapi dunia kerja dan menjalankan usaha mandiri, sehingga dapat mendukung terciptanya kemandirian dan kesejahteraan yang lebih baik. Pelatihan ini memberikan bukti nyata bahwa penyandang disabilitas, dengan dukungan yang tepat, memiliki potensi besar untuk berkembang dan berkontribusi dalam masyarakat.

#### 5. Daftar Pustaka

- [1] A. Celeghin, A. Bagnis, M. Diano, C. A. Méndez, T. Costa, and M. Tamietto, "Functional neuroanatomy of blindsight revealed by activation likelihood estimation meta-analysis," *Neuropsychologia*, vol. 128, pp. 109–118, May 2019, doi: 10.1016/j.neuropsychologia.2018.06.007.
- [2] J. E. Dowling, "Restoring vision to the blind," *Science (80-. )*, vol. 368, no. 6493, pp. 827–828, May 2020, doi: 10.1126/science.aba2623.

- [3] A. Liu, Y. Liu, J. Gu, Y. Qiao, and C. Dong, "Blind Image Super-Resolution: A Survey and Beyond," *IEEE Trans. Pattern Anal. Mach. Intell.*, pp. 1–19, 2022, doi: 10.1109/TPAMI.2022.3203009.
- [4] S. D. Talutis, J. G. Ulloa, and H. A. Gelabert, "Adolescent athletes can get back in the game after surgery for thoracic outlet syndrome," *J. Vasc. Surg.*, vol. 77, no. 2, pp. 599–605, 2023, doi: 10.1016/j.jvs.2022.10.002.
- [5] M. Ridwan and R. Irawan, "Validitas Dan Reliabilitas Tes Kondisi Fisik Atlet Sekolah Sepakbola ( Ssb ) Kota Padang ' Battery Test of Physical Conditioning ,'" *J. Performa*, vol. 3, no. 2, pp. 90–99, 2018.
- [6] D. M. Fox, M. A. Goodale, and J. A. Bourne, "The Age-Dependent Neural Substrates of Blindsight," *Trends Neurosci.*, vol. 43, no. 4, pp. 242–252, Apr. 2020, doi: 10.1016/j.tins.2020.01.007.
- [7] X. Gu, L. Zhang, H. Yuan, and M. Zhang, "Analysis of the efficacy of abdominal massage on functional constipation: A meta-analysis," *Heliyon*, vol. 9, no. 7, p. e18098, 2023, doi: 10.1016/j.heliyon.2023.e18098.
- [8] S. Ueki, A. Fujita, Y. Kumagai, Y. Hirai, E. Tashiro, and J. Miyata, "Bottle-feeding techniques for children with cleft lip and palate experiencing feeding difficulties," *Int. J. Nurs. Sci.*, vol. 10, no. 1, pp. 82–88, 2023, doi: 10.1016/j.ijnss.2022.12.004.
- [9] T. Tsutsui, T. Maemichi, J. Saeki, and S. Torii, "Characteristics of upper limb mass, muscle CSA and stiffness in adolescent baseball players with and without elbow injury," *J. Biomech.*, vol. 157, no. August, p. 111750, 2023, doi: 10.1016/j.jbiomech.2023.111750.
- [10] X. Sun *et al.*, "Chinese expert consensus on primary prevention for pelvic floor dysfunction during pregnancy," *Gynecol. Obstet. Clin. Med.*, vol. 3, no. 3, pp. 133–139, 2023, doi: 10.1016/j.gocm.2023.08.002.
- [11] S. D. Howitt, P. Welsh, and C. DeGraauw, "Chiropractic Care in a Multidisciplinary Sports Health Care Environment: A Survey of Canadian National Team Athletes," *J. Manipulative Physiol. Ther.*, vol. 46, no. 3, pp. 182–189, 2023, doi: 10.1016/j.jmpt.2023.11.001.
- [12] M. Yoshimura *et al.*, "Effect of CO2 and H2 gas mixture in cold water immersion on recovery after eccentric loading," *Heliyon*, vol. 9, no. 10, p. e20288, 2023, doi: 10.1016/j.heliyon.2023.e20288.
- [13] R. Y. Lau and S. Mukherjee, "Effectiveness of overuse injury prevention programs on upper extremity performance in overhead youth athletes: A systematic review," *Sport. Med. Heal. Sci.*, vol. 5, no. 2, pp. 91–100, 2023, doi:

10.1016/j.smhs.2023.03.001.

- [14] X. ping Shui *et al.*, "Effects of millimeter-wave for preventing joint stiffness in the immobilized knee rat model," *Knee*, vol. 42, pp. 236–245, 2023, doi: 10.1016/j.knee.2023.03.019.
- [15] J. Sadora *et al.*, "Electromyography-biofeedback for chronic low back pain: A qualitative cohort study," *Complement. Ther. Med.*, vol. 73, no. November 2022, p. 102922, 2023, doi: 10.1016/j.ctim.2023.102922.
- [16] S. S. Chen, S. Rush, and M. Jennings, "Endoscopic compartment fasciotomy for chronic exertional compartment syndrome of the lower leg," *Foot Ankle Surg. Tech. Reports Cases*, vol. 3, no. 4, p. 100320, 2023, doi: 10.1016/j.fastrc.2023.100320.
- [17] M. Masrun, U. Umar, and K. Khairuddin, "Development of performance evaluation instruments for faculty of national sports sciences lecturers," *Multilater. J. Pendidik. Jasm. dan Olahraga*, vol. 23, no. 1, p. 1, 2024, doi: 10.20527/multilateral.v23i1.17705.
- [18] M. Masrun, U. Umar, Y. Yendrizal, and K. Khairuddin, "Efektivitas Case Method Terhadap Hasil Belajar Service Tennis," *J. Patriot*, vol. 4, no. 4, pp. 353–363, 2022, doi: 10.24036/patriot.v4i4.896.
- [19] Y. Unalmis and S. Muniroglu, "Examination of the effect of fascial therapy on some physical fitness parameters in taekwondo athletes," *Sport. Med. Heal. Sci.*, vol. 5, no. 4, pp. 299–307, 2023, doi: 10.1016/j.smhs.2023.09.010.
- [20] M. Henriksen *et al.*, "Exercise and education vs intra-articular saline for knee osteoarthritis: a 1-year follow-up of a randomized trial," *Osteoarthr. Cartil.*, vol. 31, no. 5, pp. 627–635, 2023, doi: 10.1016/j.joca.2022.12.011.
- [21] L. Persani, M. dell'Acqua, S. Ioakim, and I. Campi, "Factitious thyrotoxicosis and thyroid hormone misuse or abuse," *Ann. Endocrinol. (Paris)*, vol. 84, no. 3, pp. 367–369, 2023, doi: 10.1016/j.ando.2023.03.008.
- [22] W. Chen, X. Cheng, Y. Ma, and N. Chen, "Foodborne doping and supervision in sports," *Food Sci. Hum. Wellness*, vol. 12, no. 6, pp. 1925–1936, 2023, doi: 10.1016/j.fshw.2023.03.001.
- [23] E. Bezuglov *et al.*, "HLA B27-positive ankylosing spondylitis professional soccer player with a successful return to sports," *Egypt. Rheumatol.*, vol. 45, no. 4, pp. 267–272, 2023, doi: 10.1016/j.ejr.2023.06.001.
- [24] K. Merry, M. MacPherson, M. Vis-Dunbar, J. L. Whittaker, K. Grävare Silbernagel, and A. Scott, "Identifying characteristics of resistance-based therapeutic exercise

interventions for Achilles tendinopathy: A scoping review," *Phys. Ther. Sport*, vol. 63, no. February, pp. 73–94, 2023, doi: 10.1016/j.ptsp.2023.06.002.

- [25] G. S. Nunes and M. R. Elkins, "Lower limb sports injuries," *J. Physiother.*, vol. 69, no. 4, pp. 208–209, 2023, doi: 10.1016/j.jphys.2023.08.010.
- [26] A. Vieira, A. Moreira, and J. Machado, "Outlining auriculotherapy in anxiety as an evidence-based medicine: A brief overview," *Rev. Int. Acupunt.*, vol. 17, no. 2, 2023, doi: 10.1016/j.acu.2023.100252.
- [27] S. H. Wittels *et al.*, "Recovery of the autonomic nervous system following football training among division I collegiate football athletes: The influence of intensity and time," *Heliyon*, vol. 9, no. 7, p. e18125, 2023, doi: 10.1016/j.heliyon.2023.e18125.
- [28] B. Fernandez-Gamez *et al.*, "Resistance Exercise Program in Cognitively Normal Older Adults: CERT-Based Exercise Protocol of the AGUEDA Randomized Controlled Trial," *J. Nutr. Heal. Aging*, vol. 27, no. 10, pp. 885–893, 2023, doi: 10.1007/s12603-023-1982-1.
- [29] Z. H. Yu, W. Bin Wang, K. Yang, J. F. Gou, Y. Jiang, and Z. B. Yu, "Sports and Chinese herbal medicine," *Pharmacol. Res. - Mod. Chinese Med.*, vol. 9, no. November 2022, p. 100290, 2023, doi: 10.1016/j.prmcm.2023.100290.
- [30] F. Da Silva *et al.*, "Submaximal fatiguing eccentric contractions of knee flexors alter leg extrapersonal representation," *Heliyon*, vol. 9, no. 8, p. e18884, 2023, doi: 10.1016/j.heliyon.2023.e18884.
- [31] B. Trybulec, B. Macul, K. Kościńska, K. Nawrot-Porąbka, M. Barłowska, and P. Jagielski, "The effect of deep tissue massage on respiratory parameters in healthy subjects—A non-randomised pilot study," *Heliyon*, vol. 9, no. 4, 2023, doi: 10.1016/j.heliyon.2023.e15242.
- [32] H. Zhu, J. Jin, and G. Zhao, "The effects of water-based exercise on body composition: A systematic review and meta-analysis," *Complement. Ther. Clin. Pract.*, vol. 52, no. April, p. 101766, 2023, doi: 10.1016/j.ctcp.2023.101766.
- [33] F. Rejón-Guardia, J. Rialp-Criado, and M. A. García-Sastre, "The role of motivations and satisfaction in repeat participation in cycling tourism events," *J. Outdoor Recreat. Tour.*, vol. 43, no. May 2022, 2023, doi: 10.1016/j.jort.2023.100664.
- [34] G. E. I. M, V. N, and V. R, "The immediate effects of foam rolling of the hamstrings muscle group on the contractile properties of the knee muscles in football players," *J. Bodyw. Mov. Ther.*, vol. 35, no. April, pp. 326–331, 2023, doi: 10.1016/j.jbmt.2023.04.007.

- [35] S. M. Bruhn *et al.*, "Usage of guideline-adherent core treatments for knee osteoarthritis before and after consulting an orthopaedic surgeon: A prospective cohort study," *Osteoarthr. Cartil. Open*, vol. 5, no. 4, 2023, doi: 10.1016/j.ocarto.2023.100411.
- [36] L. Fang *et al.*, "World Health Organization survey on the level of integration of traditional Chinese medicine in Chinese health system rehabilitation services," *Integr. Med. Res.*, vol. 12, no. 2, 2023, doi: 10.1016/j.imr.2023.100945.
- [37] M. Dakić, L. Toskić, V. Ilić, S. Đurić, M. Dopsaj, and J. Šimenko, "The Effects of Massage Therapy on Sport and Exercise Performance: A Systematic Review," *Sports*, vol. 11, no. 6, p. 110, May 2023, doi: 10.3390/sports11060110.
- [38] H. L. Davis, S. Alabed, and T. J. A. Chico, "Effect of sports massage on performance and recovery: a systematic review and meta-analysis," *BMJ Open Sport Exerc. Med.*, vol. 6, no. 1, p. e000614, May 2020, doi: 10.1136/bmjsem-2019-000614.
- [39] H. Shamsi, F. Okhovatian, and K. khademi Kalantari, "Physiological and Neurophysiological Effects of Sports Massage on the Athletes' Performance: A Review Study," *Sci. J. Rehabil. Med.*, vol. 11, no. 5, pp. 680–691, Nov. 2022, doi: 10.32598/SJRM.11.5.12.
- [40] A. Cabak and S. Deca, "Massage in biological regeneration a review of current literature," *Polish J. Sport. Med.*, vol. 39, no. 2, pp. 59–66, Jun. 2023, doi: 10.5604/01.3001.0053.7302.
- [41] D. L. Yanitamara, S. S. Perdana, and A. N. Azizah, "Sports massage therapy on the reduction of delayed onset muscle soreness: A systematic review and meta analysis," *Malahayati Int. J. Nurs. Heal. Sci.*, vol. 6, no. 4, pp. 303–311, Oct. 2023, doi: 10.33024/minh.v6i4.12370.
- [42] P. Angelopoulos *et al.*, "Cold-Water Immersion and Sports Massage Can Improve Pain Sensation but Not Functionality in Athletes with Delayed Onset Muscle Soreness," *Healthcare*, vol. 10, no. 12, p. 2449, Dec. 2022, doi: 10.3390/healthcare10122449.
- [43] V. Vynohradov, "Sports Massage In Modern Elite Sport," *Sport Sci. Hum. Heal.*, vol. 10, no. 2, 2023, doi: 10.28925/2664-2069.2023.21.
- [44] M. Y. Menek and B. Menek, "Effects of percussion massage therapy, dynamic stretching, and static stretching on physical performance and balance," *J. Back Musculoskelet. Rehabil.*, vol. 37, no. 1, pp. 183–193, Jan. 2024, doi: 10.3233/BMR-230069.
- [45] I. Nurmaya, J. Roepajadi, I. H. Susanto, T. A. Nugraha, and M. D. Fikri, "Effect of Sports Massage Manipulation on Pain Intensity After Eccentric Exercise," *PHEDHERAL*, vol.



*Penulis (Masrun<sup>1</sup>, M Ridwan<sup>2</sup>, Khairuddin<sup>3</sup>, Dodi Rosadi<sup>4</sup>, Supandi<sup>5</sup>, Janatul Khairoh<sup>6</sup>)  
Judul (Pemberdayaan Tunanetra Melalui Pelatihan Masase Untuk Mewujudkan Kemandirian di Panti  
Sosial Tuah Sakato)*

20, no. 1, p. 6, May 2023, doi: 10.20961/phduns.v20i2.73359.

- [46] A. Alimuddin and E. Mulyaningsih, "Sport Massage Training and Development," *J. Berkarya Pengabd. Masy.*, vol. 1, no. 2, pp. 88–98, Nov. 2019, doi: 10.24036/jba.v1i2.3.