



TINGKAT MOTIVASI MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI STOK BINA GUNA DALAM MEMPELAJARI MASSAGE

THE LEVEL OF MOTIVATION OF BINA GUNA STOCK PHYSICAL EDUCATION AND HEALTH AND RECREATION STUDY PROGRAM STUDENTS IN LEARNING MASSAGE

Syukur Anugerah Gulo¹, Sujud Anugrah Harefa², Sintia Sopi Engelina Sihite³, Sri Wahyu Mendofa⁴, Steven Siburian⁵, Siti Putri Clara Lubis⁶

^{1,2,3,4,5,6} Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna
Jl. Alumunium Raya No. 77 Tanjung Mulia, Kota Medan, Sumatera Utara, Indonesia
Email : syukurgulo151@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menemukan informasi tentang Tingkat Motivasi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi STOK Bina Guna Dalam Mempelajari Massage. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah bentuk wawancara. sampel berjumlah 25 orang ditetapkan berdasarkan *purposive sampling*. Instrumen sebagai alat pengumpul data digunakan metode wawancara langsung. Penelitian ini merupakan metode analisis data deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Dari hasil wawancara Motivasi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Stok Bina Guna Dalam Mempelajari Massage, dinyatakan bahwa menambah wawasan memiliki persentase sebesar 60 %, menambah ilmu pengetahuann memiliki persentase sebesar 36 %, mendapatkan uang memiliki persentase sebesar 20 %, dan ingin tahu memiliki persentase sebesar 24 %. Maka dari keseluruhan hasil penelitian diketahui bahwa Motivasi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Stok Bina Guna Dalam Mempelajari Massage adalah untuk menambah wawasan

Kata kunci: *Motivasi, Mahasiswa, Massage*

ABSTRACT

This study aims to find information about the level of motivation of students of the STOK Bina Guna Health and Recreation Physical Education Study Program in Studying Massage. The method used in this research is the interview form. 25 people were determined based on purposive sampling. Instrument as a data collection tool used direct interview method. This research is a quantitative and qualitative descriptive data analysis method. From the results of the interview Motivation of Students of the Bina Guna Stock Health and Recreation Physical Education Study Program in Studying Massage, it is stated that adding insight has a percentage of 60%, adding knowledge has a percentage of 36%, getting money has a percentage of 20%, and curiosity has a percentage of 24%. So from the overall research results it is known that the Motivation of Students of the Bina Guna Stock Physical Health and Recreation Education Study Program in Studying Massage is to add insight.





PENDAHULUAN

Keberhasilan suatu pembelajaran dapat dilihat dari meningkatnya kemampuan belajar mahasiswa secara mandiri. Sehingga pengetahuan yang dikuasai mahasiswa adalah hasil belajar yang dilakukannya sendiri. Oleh karena itu pendekatan pembelajaran hendaknya menciptakan dan menumbuhkan rasa dari tidak tahu menjadi mau tahu dan dosen berperan sebagai pelatih dan fasilitator. Namun kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa kemampuan belajar massage mahasiswa secara mandiri masih rendah, hal ini menyebabkan hasil belajar massage mahasiswa relatif rendah.

Massage oleh sebagian mahasiswa masih dianggap sebagai ilmu yang sulit dipahami dan membosankan (Kusuma & Anhar, 2020). Hal ini karena, banyak manipulasi-manipulasi dan lamanya massage dilakukan. Akibatnya, motivasi mahasiswa untuk mempelajari ilmu massage rendah. Kondisi ini bermuara kepada kualitas proses pembelajaran dan hasil belajar mahasiswa pada mata kuliah massage cenderung rendah (Prasetyo & Reza Adhi Nugroho, 2023). Kesulitan mahasiswa dalam mempelajari massage disebabkan oleh rendahnya kualitas pemahaman terhadap massage. Kesulitan mahasiswa dalam mempelajari massage ini berpengaruh langsung maupun tidak langsung terhadap motivasi mempelajari massage. Rendahnya kualitas proses

pembelajaran dan hasil belajar massage juga diakibatkan adanya anggapan keliru dari sebagian dosen bahwa pengetahuan dapat dipindahkan secara utuh dari pikiran pengajar (dosen) kepada pebelajar (mahasiswa) (Siregar, 2023). Implikasinya, dalam kegiatan belajar mengajar, dosen mendominasi dengan metode ceramah dan kurang mengaitkan materi pelajaran yang diberikan dengan pengetahuan yang dimiliki mahasiswa.

Strategi penyajian materi oleh dosen yang terlalu berorientasi kepada materi yang tercantum dalam kurikulum dan kurang dihubungkan dengan isu-isu sosial dan teknologi maupun permasalahan yang ada di masyarakat yang berkaitan dengan materi yang dibahas, juga mempengaruhi kualitas proses pembelajaran (Abadi et al., 2022). Implikasinya, mahasiswa kurang mampu mengaplikasikan ide atau pengetahuan yang sudah dimiliki pada berbagai situasi yang dihadapi. Kondisi ini menyebabkan pembelajaran massage menjadi tidak bermakna bagi mahasiswa, serta menurunkan motivasi mahasiswa mempelajari massage (Ita et al., 2022).

Massage merupakan salah satu ilmu yang penting bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa ilmu keolahragaan. Dimana massage merupakan teknik manipulasi jaringan lunak dengan tujuan





untuk relaksasi otot, perbaiki sirkulasi darah, perbaiki fleksibilitas dan pengurangan nyeri dalam upaya dalam membantu mempercepat proses penyembuhan beberapa macam penyakit(Djangka & Arya Fansuri, 2023)

Seiring dengan perkembangan dunia massage yang semakin ke depan semakin banyak dibutuhkan masyarakat, banyak kita kenal jenis-jenis massage yang berkembang di sekitar kita. Hal ini menunjukkan bahwa pedulian masyarakat akan pentingnya memelihara dan menjaga kesehatan badan semakin besar(Manik et al., 2021). Massage merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam proses pembinaan prestasi atlet, disamping untuk memelihara dan pemulihan kondisi fisik juga dapat sebagai upaya penyembuhan akibat cedera pada latihan atau pertandingan(Sanusi et al., 2020).

Massage sangat bermanfaat saat badan terasa pegal atau lelah. Massage yang tepat akan memberikan kenikmatan tersendiri. Kegiatan massage sudah dikenal dari dahulu di banyak negara. Massage tidak hanya akan memberikan efek bugar tetapi juga dapat mengatasi gangguan kesehatan bila dilakukan oleh pemijat yang ahli. Itu sebabnya massage sangat penting untuk dipelajari bagi masiswa, khususnya mahasiswa jurusan ilmu keolahragaan(Sutirta et al., 2023).

Penelitian menunjukkan bahwa massage olahraga pra-latihan dapat secara signifikan meningkatkan stimulasi

psikologis dan motivasi sambil berdampak positif pada kecemasan situasional pada atlet, seperti pesepakbola wanita, dengan memberikan relaksasi dan menghilangkan stres, yang sangat penting untuk kinerja optimal(BIÇER et al., 2018). Secara keseluruhan, memahami dan mengatasi sifat dinamis motivasi mahasiswa dalam massage sangat penting bagi pendidik untuk menumbuhkan lingkungan belajar yang mendukung dan efektif yang selaras dengan tujuan pribadi mahasiswa dan tuntutan profesional lapangan.

Dari uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian yang tujuannya adalah untuk mengetahui seberapa besar tingkat motivasi mempelajari massage mahasiswa program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi stok bina guna

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan teknik wawancara yakni wawancara tidak terstruktur(Sugiyono, 2013). Yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi PJKR STOK Bina Guna yang berjumlah 240 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 25 orang yang memenuhi syarat. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan Wawancara tidak berstruktur dan Observasi. Data ini menggunakan metode analisis data deskriptif kualitatif dan kuantitatif yaitu data yang telah terkumpul





ditabulasi untuk melihat frekuensi data, kemudian dilakukan interpretasi terhadap masing-masing data. Pengelolaan data yang diperoleh dari hasil wawancara yang dilakukan melalui analisis data akan menggunakan teknik analisis yang bersifat eklesik yaitu memadukan antara tehnik analisis kuantatif dan kualitatif

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Setelah melaksanakan wawancara langsung tentang tingkat motivasi mahasiswa mahasiswa program studi PJKR STOK Bina Guna dalam mempelajari massage, maka data yang diperoleh oleh semua sampel dari hasil wawancara jawaban yang sampel ungkapkan, seperti pada tabel 1, kemudian dilakukan perhitungan dari hasil wawancara , kemudian di deskripsikan sebagai berikut :

Tingkat Motivasi mahasiswa mahasiswa program studi PJKR STOK Bina Guna dalam mempelajari massage :

- a. Motivasi mahasiswa program studi PJKR STOK Bina Guna dalam mempelajari massage untuk indikator tentang untuk menambah wawasan diperoleh 15 orang memilih dengan persentase 60 %
- b. Motivasi mahasiswa program studi PJKR STOK Bina Guna 9 orang memilih dengan persentase 36 %
- c. Motivasi mahasiswa program studi PJKR STOK Bina Guna dalam mempelajari massage untuk indikator tentang untuk mendapatkan uang diperoleh 5 orang memilih dengan persentase 20 %
- d. Motivasi mahasiswa program studi PJKR STOK Bina Guna dalam mempelajari massage untuk indikator tentang ingin tahu diperoleh 6 orang memilih dengan persentase 24 %

Tabel 1 Data Dari Setiap Indikator Wawancara

No. 1	Indikator	Data Mentah	Data Seharusnya	Persentase %
A	<i>Menambah wawasan</i>	15	25	60
B	<i>Menambah ilmu pengetahuan</i>	9	25	36
C	<i>Mendapatkan uang</i>	5	25	20
D	<i>Ingin tahu</i>	6	25	24

Dari penjabaran data yang telah di deskripsikan tersebut serta dianalisis dengan persentase, maka selanjutnya adalah menguraikan maksud dari angka-

angka yang terdapat dalam tabel pada lampiran-lampiran. Makav tingkat motivasi mahasiswa program studi PJKR STOK Bina Guna dalam mempelajari





massage dari keseluruhan aspek yang dipertanyakan dalam wawancara tersebut dengan data hasil dari wawancara tertinggi adalah *menambah wawasan* = 60 %, dengan rata-rata keseluruhan berada pada nilai persentase 35 %.

Pembahasan

Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi STOK Bina Guna dalam mempelajari massage termotivasi untuk menambah wawasan. Menurut Kamus Lengkap Bahasa Indonesia wawasan adalah pandangan, paham tentang sesuatu. Wawasan menurut Kamus Dewan Bahasa dan Pustaka ialah bayangan, pengelihatan, dan gambaran. Di dalam konteks yang lebih luas lagi, wawasan boleh dinyatakan sebagai anggapan, fahaman atau tanggapan fikiran.

Sampel memilih menambah wawasan dalam mempelajari massage, karena sampel dapat memberi informasi mengenai massage dan memberi tanggapan fikiran mereka kepada masyarakat, terutama kepada keluarga baik saudara, teman maupun kerabat dekat, apa perbedaan massage olahraga dengan massage kampung atau lebih dikenal dengan kusus, baik dalam pelaksanaannya maupun peralatan atau perlengkapan massage yang dipakai dan memberikan informasi bagaimana menangani cedera pada saat olahraga serta cedera-cedera apa saja yang tidak boleh dimassage, karena dapat membahayakan

seseorang, apabila cedera itu dimassage, seperti cedera patah tulang(Pfeiffer et al., 2017).

Seorang mahasiswa dituntut untuk memiliki yang motivasi belajar yang tinggi dalam setiap pelajaran terutama mempelajari massage. Hal ini bertujuan agar target yang diharapkan dapat tercapai sebagai mana seharusnya(Muchamad Samsul Huda et al., 2022). Dalam kenyataannya, mahasiswa masih memiliki tingkat Dalam kenyataannya, mahasiswa masih memiliki pengetahuan yang kurang dalam penpengetahuan yang kurang dalam pengetahuan ilmu massage. Hal ini dapat diketahui dari proses belajar yang dilalui oleh semua mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi STOK Bina Guna. Untuk itu, harus mampu menumbuhkan motivasi belajar mahasiswa, baik yang sifatnya intrinsik, maupun ekstrinsik. Motivasi intrinsik berarti motivasi yang datang dari dalam diri mahasiswa itu sendiri, seperti keinginan dan hasrat yang timbul dalam hati mereka untuk dapat mempelajari ilmu massage. Sedangkan motivasi ekstrinsik berasal dalam luar diri mahasiswa, seperti adanya dorongan dari para dosen untuk meningkatkan pemahaman dalam mempelajari ilmu massage.

Dengan demikian, motivasi belajar yang dimiliki mahasiswa dalam mempelajari ilmu massage umumnya berpengaruh terhadap pengetahuan dan kemampuan mahasiswa dibidang





Semakin baik motivasi yang dimiliki mahasiswa, maka semakin baik pula hasil belajarnya. Sebaliknya apabila motivasi belajar mahasiswa kurang baik, maka hasil belajarnya juga kurang baik. Hal ini dapat diwujudkan dengan giat dan rajin mempelajari ilmu massage, sehingga berpengaruh terhadap pengetahuan dan kemampuan mahasiswa dibidang massage.

Dalam semua literatur selalu dikatakan bahwa motivasi belajar merupakan salah satu factor yang menentukan dalam proses belajar siswa. Motivasi menjadi penggerak bagi perbuatan seseorang (Priyanto, 2013). Tanpa memiliki motivasi seseorang dapat diibaratkan seperti motor tanpa motor

DAFTAR PUSTAKA

Abadi, S., Sulandjari, K., Nasution, N. S., Keguruan, F., Universitas, P., & Karawang, S. (2022). Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat J-Abdi Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. *SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(11), 3123–3132.

Andibowo, T., & Supriyoko, A. (2021). Tingkat Peningkatan Keberhasilan Sport Massage Terhadap Motivasi Latihan dan Ergonomi Tubuh Atlet Sepakbola. *Jendela Olahraga*, 6(2), 99–107.
<https://doi.org/10.26877/jo.v6i2.8560>

BİÇER, M., ABAKAY, U., & ABAKAY,

penggerak, seperti orang berjalan tanpa semangat atau "greget" (Santoso et al., 2020). Jika motivasi belajar baik maka tingkat pengetahuan dan kemampuan akan tinggi, dengan sendirinya apabila motivasi belajar kurang baik, maka tingkat pengetahuan dan kemampuan akan rendah yang pada akhirnya akan mengakibatkan mahasiswa kurang berkopeten

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka peneliti dapat mengemukakan kesimpulan sebagai berikut : Tingkat Motivasi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi STOK Bina Guna sangat bervariasi namun yang paling banyak adalah menambah wawasan

Z. (2018). the Effects of Sporting Massage on Motivation and Situational Anxiety in Female Footballers. *The Online Journal of Recreation and Sport*, Volume 7 (Volume 7 Issue 4), 23–33.
<https://doi.org/10.22282/ojrs.2018.40>

Djangka, L., & Arya Fansuri, M. (2023). Pelatihan Massage Untuk Mengurangi Cidera Pada Permainan Sepak Bola Pada Klub Bola Ssb Samkot. *PATIKALA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 716–721.
<https://doi.org/10.51574/patikala.v2i3.678>

Ita, S., Ibrahim, I., Hasan, B., & CS, A.





- (2022). Pelatihan Penanganan Cidera Olahraga Menggunakan Metode RICE, Sport Massage, dan Kinesiotaping pada Tim Akvatik PON-XX Papua Tahun 2021. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 2(2), 539–544.
<https://doi.org/10.54082/jamsi.281>
- Kusuma, B., & Anhar, D. (2020). Sport Massage bagi Masyarakat Desa Sumberejo Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal 2020. *Join*, 1(2), 65–67.
<http://join.upgris.ac.id/index.php/join/article/view/20>
- Manik, J. W. H., Bisa, M., & Rahmansyah, B. (2021). Pencegahan Dan Penanganan Cedera Olahraga Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 10 Cawang. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 5(1), 69–75.
<https://doi.org/10.33660/jfrwhs.v5i1.133>
- Muchamad Samsul Huda, Cahyono, D., & Jupri, J. (2022). Pelatihan Sport Massage Bagi Mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas Mulawarman. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(11), 3179–3184.
<https://doi.org/10.53625/jabdi.v1i11.1898>
- Palmieri, N. F. (2017). *Sports First Aid and Injury Prevention* (A. A. of O. S. (AAOS) (ed.)). Jones & Bartlett Learning.
https://www.amazon.com/Sports-First-Injury-Prevention-Revised-dp-1284129772/dp/1284129772/ref=dp_ob_title_bk
- Prasetyo, A., & Reza Adhi Nugroho. (2023). Kontribusi Sport Massage Menggunakan Teknik Dasar Manipulatif Terhadap Penurunan Asam Laktat Pada Atlet Atletik. *Aisyah Journal Of Physical Education (AJoPE) e-ISSN : 3046-790X*, 2(1), 7–12.
<https://doi.org/10.30604/ajope.v2i1.1219>
- Priyanto, A. (2013). Peningkatan motivasi belajar gerak dasar lari melalui pendekatan bermain dalam pembelajaran Penjas siswa kelas SD I Donotirto Kretek Bantul. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(1), 1–6.
<https://doi.org/10.21831/jpji.v9i1.3056>
- Santoso, B., Putri, D. H., & Medriati, R. (2020). Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Dan Kemampuan Pemecahan Masalah Siswa Melalui Model Problem Based Learning Berbantu Alat Peraga Konsep Gerak Lurus. *Jurnal Kumparan Fisika*,



Sanusi, R., Surahman, F., & Yeni, H. O. (2020). Pengembangan Buku Ajar Penanganan dan Terapi Cedera Olahraga. *Journal Sport Area*, 5(1), 40–50.

[https://doi.org/10.25299/sportarea.2020.vol5\(1\).4761](https://doi.org/10.25299/sportarea.2020.vol5(1).4761)

Siregar, I. S. (2023). (2023). Workshop Peningkatan Keterampilan Dasar Massage Cedera Olahraga Terhadap Guru Penjas Untuk Penanganan Pertama Pada Cedera Yang Dialami Siswa Sekolah Dasar Di SD Swasta

Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. ALFABETA.

Sutirta, H., Latulusi, A. A., & Jehambur, K. (2023). Sosialisasi tentang Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) dan Cidera Olahraga pada Guru Pendidikan Jasmani Se-Kecamatan Wania. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(7), 4980–4983.

<https://doi.org/10.54371/jiip.v6i7.2390>