

## **PELATIHAN POSTNATAL MASSAGE BAGI PENYANDANG DISABILITY TUNA NETRA DI HIMPUNAN WANITA DISABILITAS INDONESIA PROVINSI ACEH**

**Putri Santy<sup>1</sup>, Yulia Fitri<sup>2</sup>, Nurbaiti<sup>3</sup>**

<sup>123</sup>Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Aceh

<sup>1</sup>[yuliafitri83@poltekkesaceh.ac.id](mailto:yuliafitri83@poltekkesaceh.ac.id)

### **Abstract**

*Lack of employment opportunities is a common problem for persons with disabilities and their families. One of the ways to eliminate the negative stigma about the powerlessness of persons with disabilities is entrepreneurship. Postpartum massage can be one of the business developments for people with disabilities. The purpose of this community service activity is to increase the ability of blind persons with disabilities in postpartum massage skills so that they can develop an independent massage business by adding services in the field of postpartum massage. The methods used in this activity are lectures, demonstrations, and practicums. The training participants consisted of 10 people with visual impairments in the Indonesian Women with Disability Association (HWDI) Aceh Province. Community service activities can increase knowledge and skills in doing postpartum massage. This can be seen from the results of the average pretest score of 57.8, which then increased to 80.3 in the post-test. As for skills, in the first practicum, it reached 70% who were competent to do post-natal massage, and in the second practicum, it rose to 100%. Postpartum massage training is effective in increasing postpartum massage knowledge and skills for women with visual impairments. It is hoped that in the future empowerment activities for persons with disabilities can be carried out with a wider scope.*

**Keywords :** *Disability, visual impairments, postpartum massage*

### **Abstrak**

Lapangan pekerjaan yang minim merupakan masalah yang umum bagi penyandang disabilitas dan keluarganya. Untuk menghilangkan stigma negatif tentang ketidakberdayaan penyandang disabilitas salah satunya dengan berwirausaha. Postnatal massage dapat menjadi salah satu pengembangan usaha bagi kaum disabilitas. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan kemampuan penyandang disabilitas tuna netra dalam keterampilan postnatal massage sehingga dapat mengembangkan usaha pijat mandiri dengan menambah layanan jasa dibidang post natal Massage. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah, demonstasi dan praktikum . Peserta pelatihan terdiri dari 10 orang penyandang disability tunanetra di Himpunan Wanita Disability Indonesia (HWDI) Provinsi Aceh. Kegiatan pengabdian masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan post natal massage. Hal ini dapat dilihat dari hasil rerata nilai pretest yaitu 57,8, yang kemudian naik menjadi 80,3 pada post test. Sedangkan untuk keterampilan, pada praktikum pertama mencapai 70% yang kompeten melakukan post natal massage, dan pada praktikum kedua naik menjadi 100%. Pelatihan post natal massage efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan post natal massage bagi wanita penyandang disability tunanetra. Diharapkan di masa depan kegiatan pemberdayaan penyandang disabilitas dapat dilakukan dengan cakupan yang lebih luas.

**Kata Kunci:** *Disabilitas, tuna netra, post partum massage*

Submitted: 2022-09-17

Revised: 2022-09-25

Accepted: 2022-09-30

## **Pendahuluan**

Penyandang disabilitas di dunia cukup tinggi yaitu sekitar 10 dari 100 orang. Antara 2-4 dari 100 orang mengalami disabilitas berat (WHO, 2011). Dengan meningkatnya usia harapan hidup terdapat pula kecenderungan peningkatan jumlah penyandang disabilitas, apalagi jika disertai pelayanan kesehatan yang kurang memadai. Disabilitas tidak selalu terjadi sejak kelahiran, namun dapat disebabkan bencana alam, kecelakaan, penyakit dan kondisi kesehatan tertentu serta sebab lain.

Resolusi Nomor A/61/106 Majelis Umum Perserikatan Bangsa-Bangsa mengenai Convention on the Rights of Persons with Disabilities (Konvensi tentang Hak-Hak Penyandang Disabilitas) tanggal 13 Desember 2006 merupakan bentuk perhatian dunia terhadap hak-hak penyandang disabilitas. Resolusi tersebut memuat hak-hak penyandang disabilitas dan menyatakan akan mengambil langkah-langkah untuk menjamin pelaksanaan konvensi tersebut (Pusdatin Kemenkes Indonesia, 2019).

Indonesia juga memiliki Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas yang menggantikan Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1997 tentang Penyandang Cacat yang dipandang belum berperspektif hak asasi manusia, bersifat belas kasihan. Sedangkan untuk pemenuhan hak mereka masih dinilai sebagai masalah sosial sehingga kebijakannya masih dalam jaminan sosial, rehabilitasi sosial, bantuan sosial, dan peningkatan kesejahteraan sosial.

Penyandang disabilitas seharusnya mendapatkan kesempatan yang sama dalam upaya mengembangkan dirinya melalui kemandirian sebagai manusia yang bermartabat (Pusdatin Kemenkes Indonesia, 2019).

Minimnya lapangan pekerjaan menjadi permasalahan bagi penyandang disabilitas dan keluarganya. Sebagai individu dengan keterbatasan fisik atau disabilitas, penyandang disabilitas sering berhadapan dengan stereotype masyarakat umum yang tidak menguntungkan, sehingga mempengaruhi kinerjanya (Firdaus & Hasanah, 2018).

WHO melaporkan bahwa rata-rata 10% dari jumlah penduduk di negara-negara berkembang termasuk Indonesia mengalami difabilitas. Jika diestimasi di Indonesia, dengan jumlah penduduk mencapai 200 juta orang, maka sekitar 20 juta orang penduduknya adalah difabel. Apabila mengacu perbandingan laki-laki perempuan (1:3) maka kira-kira akan terdapat angka 13,7 juta orang perempuan disabilitas (WHO, 2011)

Data dari Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susesnas) 2018 menunjukkan, tingkat kemiskinan perempuan penyandang disabilitas mencapai 15,3 persen, lebih tinggi dibanding laki-laki dengan disabilitas yang mencapai 14,6 persen. Sedangkan akses mendapatkan pekerjaan, persentase perempuan mendapatkan pekerjaan jauh lebih rendah dibanding laki-laki yaitu hanya 38,57 persen, sementara laki-laki disabilitas mencapai 61,43 persen. Selain itu, perempuan penyandang disabilitas pun mendapatkan upah yang masih lebih rendah dibandingkan laki-laki dan non-disabilitas (Badan Pusat Statistik, 2020).

Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1997 tentang Disabilitas mengatur bahwa setiap penyandang cacat memiliki hak dan kesempatan dalam segala aspek kehidupan dan penghidupan yang sama. Sehingga diperlukan peningkatan ketrampilan agar perempuan disabilitas mampu mengembangkan kemampuannya. Salah satu bentuk pelayanan kepada penyandang disabilitas netra agar dapat meningkatkan kesejahteraan sosialnya dapat dilakukan melalui pelatihan. Pelatihan adalah suatu proses yang menciptakan kondisi dan stimulus untuk menimbulkan respons terhadap orang lain, mengembangkan pengetahuan dan keterampilan (skill) dan penanaman sikap, menciptakan perubahan tingkah laku, dan untuk mencapai tujuan yang secara khusus dirancang (Nurmala, 2017).

Kewirausahaan merupakan salah satu upaya meningkatkan taraf hidup dan mengatasi permasalahan terbatasnya lapangan pekerjaan di Indonesia. Bagi penyandang disabilitas, salah satu pembuktian dirinya mampu berdaya adalah dengan berwirausaha. Dengan cara ini, disabilitas mampu mandiri secara ekonomi. Selain itu kewirausahaan juga dapat membuka lapangan kerja dengan cara merekrut disabilitas lainnya untuk ikut bekerja dan mampu mencari nafkah (Firdaus, 2018)

Bidang usaha yang banyak digeluti oleh penyandang disabilitas tuna netra baik laki-laki maupun perempuan adalah panti pijat. Di China, Pijat tunanetra merupakan kebijakan nasional sebagai pekerjaan untuk meningkatkan tingkat pekerjaan orang-orang dengan gangguan penglihatan (Li et al., 2022).

Penyandang Disabilitas Tuna Netra di Kota Banda Aceh telah mengikuti Pelatihan Pijat Acupresure, kegiatan yang dilaksanakan selama 15 hari, bertujuan meningkatkan keterampilan tuna netra dalam menumbuhkan semangat kemandirian (Dinsos, 2017). Penelitian (Firdaus & Hasanah, 2018) menunjukkan pentingnya mengintegrasikan pelatihan dengan pendidikan kewirausahaan bagi penyandang disabilitas agar termotivasi untuk membuka dan mengembangkan wirausaha.

Hasil pelatihan bila diimplementasikan dengan benar dimasyarakat, dapat menjadi mata pencaharian untuk penyandang disability tunanetra (Ridwan, M., 2021) Dengan keahlian tersebut mereka bisa bekerja berdampingan dengan masyarakat (Mulyani, 2021) Penelitian di Bandung pada penyandang disability tunanetra menemukan adanya peningkatan pendapatan yang lebih besar setelah mengikuti pelatihan yang diberikan kepada mereka (Fransiska, 2021). Penelitian pada komunitas Tunanetra di Semarang menunjukkan pelatihan yang diberikan, mampu mengembangkan keterampilan dan pengetahuan mereka sehingga meningkatkan peluang berwirausaha (Toyibah & Luthfi, 2019).

*Postnatal massage* dapat menjadi salah satu pengembangan usaha bagi kaum disabilitas. *Postnatal massage* merupakan salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk menatalaksana keletihan pada ibu nifas yang dilakukan dalam 24 jam setelah persalinan mulai dari area ekstremitas, punggung, pinggang, abdomen dan bokong. Secara garis besar pemijatan dilakukan dengan teknik stretching, rolling, keprok dan pumpress (Kusbandiyah & Puspadewi, 2020).

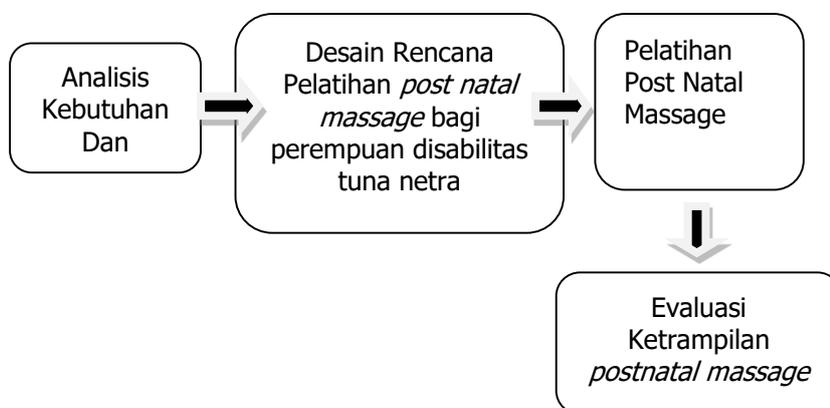
Massage pada ibu post partum dapat mengurangi keluhan nyeri punggung bawah , nyeri pinggul, kekakuan bahu dan leher dan untuk meningkatkan kesehatan mental (Fogarty et al., 2019).

*Postnatal massage* ini belum menjadi aktivitas yang rutin seperti senam nifas, padahal banyak ibu membutuhkan relaksasi setelah melahirkan agar bisa beraktivitas dengan baik pada masa nifas. Pijatan yang dilakukan mulai dari punggung, kaki, tangan dan pundak akan memberikan efek relaksasi dan melemaskan otot-otot yang tegang setelah proses persalinan (Kusbandiyah & Puspawati, 2020).

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan kemampuan disabilitas tuna netra dalam keterampilan *postnatal massage* . Manfaat yang diharapkan dari kegiatan ini adalah peserta dapat mengembangkan usaha pijat mandiri dengan menambah daftar cakupan pelayanan dibidang post natal Massage.

## Metode

Khalayak sasaran dalam kegiatan ini adalah wanita penyandang disability tunanetra di Himpunan Wanita Disabilitas Indonesia (HWDI) provinsi Aceh yang telah memiliki usaha pijat mandiri . Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 8 dan 9 Agustus 2022 di Laboratorium Jurusan Kebidanan Banda Aceh Poltekkes Kemenkes Aceh dengan tahapan sesuai skema di bawah ini :



Gambar 1. Metode pelaksanaan kegiatan pelatihan Post Natal Massage

### 1. Analisis kebutuhan dan masalah

Terdapat 10 orang perempuan disabilitas tuna netra yang membuka usaha panti pijat di Kota Banda Aceh. Usaha yang telah dirintis selama 5 sampai dengan 10 tahun mengalami kemunduran dalam jumlah kunjungan klien. Sehingga mereka membutuhkan ketrampilan tambahan untuk mengembangkan usahanya.

2. Desain Rencana Kegiatan  
Tahapan ini menyusun rencana pelaksanaan pelatihan *postnatal massage*. Menyusun rencana kebutuhan pelatihan antara lain tempat, pelatih, organisir peserta, pasien untuk demonstrasi dan lainnya. Pelatihan ini melibatkan 3 orang mahasiswa dan tim pengabdian.
3. Pelatihan postnatal massage  
Kegiatan dilakukan selama 2 hari, pada tanggal 6 dan 7 Agustus 2022 berlokasi di Laboratorium Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Aceh. Peserta adalah perempuan disabilitas tunanetra. Kegiatan ini melibatkan mahasiswa dan tim pengabmas. Pelatihan diawali dengan pemaparan teori post natal massage melalui teknik ceramah tanya jawab. Materi berisi tentang konsep post partum massage, manfaat massage, kewaspadaan dan tehnik massage. Kemudian dilanjutkan dengan praktik massage. Selama praktik peserta akan didampingi langsung oleh tim dan mahasiswa. Karena keterbatasan fisik yang dimiliki peserta, maka praktikum akan dilakukan pengulangan sebanyak 4 kali. Diawali dengan demonstrasi, dan dilanjutkan dengan praktikum dengan pendampingan serta praktikum mandiri sebanyak 2 kali.
4. Evaluasi  
Langkah akhir adalah melakukan evaluasi pengetahuan dan keterampilan peserta. Khusus penilaian keterampilan dilakukan sebanyak 2 kali.
5. Analisa data  
Hasil pelaksanaan kegiatan di tuangkan kedalam table distribusi frekuensi

### **Hasil dan Pembahasan**

Himpunan Wanita Disabilitas Indonesia (HWDI) merupakan organisasi wanita yang menaungi wanita dengan berbagai jenis kecacatan (tuna netra, tuna rungu wicara, tuna daksa, tuna grahita dan lain-lain). Pada kegiatan ini, peserta merupakan perempuan penyandang tuna netra yang berjumlah 10 orang yang diberi pelatihan post natal massage. Sebelum kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan, dilakukan penjajakan lahan yang bertujuan untuk mengidentifikasi jumlah dan latar belakang peserta serta agar peserta mendapatkan informasi tentang rangkaian kegiatan yang akan dilakukan penjajakan lahan terlaksana 2 minggu sebelum pelaksanaan kegiatan yang dilakukan dengan cara berkoordinasi dengan ketua HWDI Provinsi Aceh sehingga diperoleh 10 orang peserta yang bersedia mengikuti kegiatan dengan latar belakang telah memiliki usaha pijat mandiri yang mereka jalankan dirumah masing –masing.

Tim pengabdian menyiapkan keseluruhan bahan, alat dan tempat untuk pelaksanaan kegiatan. Untuk seluruh kebutuhan Kegiatan mulai dipersiapkan empat minggu sebelum pelaksanaan pengabdian. Diawali dengan rapat koordinasi dengan tim pelaksana serta menyiapkan sarana prasarana dan rancangan pembelajaran mencakup materi, metode dan bahan ajar yang dibutuhkan. Adapun rancangan materi antara lain : Konsep *massage post partum*, manfaat, kontraindikasi, kewaspadaan dan teknik *massage*. Sedangkan untuk sarana dan prasarana tim menggunakan laboratorium Post Partum Jurusan Kebidanan. Selain itu juga menggunakan Fasilitas ruangan di kampus jurusan kebidanan dengan mempertimbangkan lokasi yang ramah untuk penyandang disability.

Luaran yang diharapkan dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan dan keterampilan post natal massage peserta setelah kegiatan sehingga tim pengabdian melakukan pretes dan postes kepada peserta pelatihan untuk mengukur indikator tersebut.

Hasil pretest dan posttest pengetahuan peserta dapat dilihat pada table berikut ini :

Tabel I. Distribusi Frekuensi Nilai Pretest dan Posttest Pengetahuan Peserta Pelatihan Postnatal Massage Bagi Penyandang Disability Tuna Netra di Himpunan Wanita Disabilitas Indonesia Provinsi Aceh

No	Inisial Peserta	Pre test	Post test
1	SM	55	80
2	HN	61	75
3	NI	65	82
4	SZ	53	87
5	AN	55	82
6	ZB	60	85
7	HZ	54	78
8	AM	60	80
9	DW	62	76
10	RY	54	78
	Rerata	57,9	80,3
	Nilai Tertinggi/Terendah	65/53	87/75

Tabel 1 menunjukkan bahwa nilai tertinggi pada pretest adalah 65 dengan nilai terendah 53. Nilai rerata pada kelompok ini adalah 57,8. Setelah dilakukan pretest diperoleh peningkatan nilai yang cukup tinggi baik pada batasan nilai tertinggi dan terendah, maupun nilai rerata kelompok. Nilai tertinggi menjadi 87 dan nilai terendah menjadi 75. Sedangkan nilai rerata meningkat 22,4 point, sehingga menjadi 80,3.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Nilai Praktikum Pelatihan Postnatal Massage Bagi Penyandang Disability Tuna Netra di Himpunan Wanita Disabilitas Indonesia

No	Variabel	Provinsi Aceh			
		Praktikum I		Praktikum II	
		N	%	N	%
1	Keterampilan				
	Kurang	3	30	0	0
	Baik	7	70	100	100
		10	100	10	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa hasil praktikum I peserta Pelatihan tentang post natal massage mayoritas berada pada katagori baik yaitu mencapai 60% dan naik menjadi 100% pada praktikum II.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat tentang Pelatihan Postnatal Massage Bagi Penyandang Disability Tuna Netra di Himpunan Wanita Disabilitas Indonesia Provinsi Aceh Tahun 2022 hasil pretest tentang pengetahuan peserta pelatihan tentang post natal

massage mayoritas berada pada katagori baik yaitu mencapai 60% dan pada post test naik menjadi 90 %. Sedangkan pengukuran keterampilan juga menunjukkan peningkatan dari 60% pada praktikum I menjadi 100 % pada praktikum II.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan dampak berupa peningkatan pengetahuan dan keterampilan post natal massage peserta. Hal yang dipelajari dalam kegiatan pelatihan ini antara lain pengetahuan tentang manfaat post natal massage dan tehnik melakukan langkah post natal massage kepada ibu nifas. Selama kegiatan ini berlangsung, peserta sangat antusias. mengikuti seluruh rangkaian pelatihan.

Postnatal massage dapat menjadi salah satu pengembangan usaha bagi kaum disabilitas karena memiliki pangsa pasar yang cukup besar di kalangan wanita dalam masa nifas. Kebutuhan ini disebabkan karena manfaat dari Postnatal massage yang merupakan salah satu treatment untuk mengurangi keletihan pada ibu nifas dan meningkatkan produksi ASI. Disisi lain Postnatal massage ini belum menjadi aktivitas yang rutin seperti halnya senam nifas, padahal banyak ibu membutuhkan relaksasi setelah melahirkan agar bisa beraktivitas dengan baik pada masa nifas (Kusbandiyah & Puspawati, 2020). Hal ini dapat menjadi pengembangan peluang usaha bagi peserta untuk menggunakan keterampilan ini sebagai salah satu jasa yang ditawarkan kepada pengguna jasa mereka.

Secara umum peserta pelatihan tidak terlalu kesulitan menguasai berbagai keterampilan yang diajarkan karena mereka telah memiliki latar belakang pengalaman melakukan massage di panti pijat milik mereka. Peserta dalam pelatihan ini merupakan pemijat tunanetra professional yang sudah pernah mendapat pelatihan kebugaran yang difasilitasi dari instansi terkait sebelumnya, namun belum pernah mempelajari post natal massage. Selain itu mereka juga telah memiliki usaha pijat mandiri. Dengan kondisi ini luaran yang ditargetkan setelah kegiatan ini dalam jangka pendek yaitu bertambahnya keterampilan peserta khususnya dalam melakukan keterampilan post natal massage. Dengan bertambahnya keterampilan ini diharapkan dapat meningkatkan perekonomian mereka karena dapat menjadi salah satu pelayanan yang dapat ditawarkan pada panti pijat pribadi milik mereka.

## **Kesimpulan**

Pelatihan *postnatal massage* dapat meningkatkan pengetahuan keterampilan wanita penyandang *disability* tunanetra di HWDI Provinsi Aceh. Hasil Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi nilai tambah bagi mereka dalam bentuk penambahan jasa layanan yang ditawarkan kepada klien pada usaha panti pijat mereka dan dalam jangka panjang dapat menambah penghasilan bagi mereka. Kelemahan kegiatan ini adalah sedikitnya jumlah peserta karena terbatas pada satu komunitas. Diharapkan di masa depan kegiatan pemberdayaan penyandang disabilitas dapat dilakukan dengan cakupan yang lebih luas .

## **Penghargaan**

Terima Kasih Kepada Poltekkes Kemenkes Aceh yang telah memberikan dukungan operasional untuk terlaksananya kegiatan ini.

**Daftar Pustaka**

- Badan Pusat Statistik. (2020). Pendataan penyandang disabilitas, 2020. *BPS*.
- Dinsos. (2017). Disabilitas Tuna Netra Kota Banda Aceh Dilatih Pijat Acupresure. *Dinas Sosial Kota Banda Aceh*.
- Firdaus, V., & Hasanah, H. (2018). Pengaruh Pelatihan Dan Pendidikan Kewirausahaan Terhadap Motivasi Berwirausaha Pada Penyandang Disabilitas di Kabupaten Jember. *Fenomena*, 17(2), 263–286.
- Fogarty, S., McInerney, C., Stuart, C., & Hay, P. (2019). The side effects and mother or child related physical harm from massage during pregnancy and the postpartum period: An observational study. *Complementary Therapies in Medicine*, 42, 89–94. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2018.11.002>
- Fransiska, I. (2021). Pemberdayaan Sosial Penyandang Disabilitas Netra Dalam Pekerjaan Melalui Pelatihan Pijat Massage Di Brspdsn Wyata Guna Bandung. *Comm-Edu (Community Education Journal)*, 4(2), 57. <https://doi.org/10.22460/comm-edu.v4i2.7172>
- Kusbandiyah, J., & Puspawati, Y. A. (2020). Pengaruh Postnatal Massage terhadap Proses Involusi dan Laktasi Masa Nifas di Malang. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 7(1), 065–072. <https://doi.org/10.26699/jnk.v7i1.art.p065-072>
- Li, X. H., Xu, S. Q., & Hu, L. J. (2022). Protection or Restriction: An Analysis of the Blind Massage Policy for Employment Rights of Persons With Visual Impairments in China. *Journal of Visual Impairment and Blindness*, 116(1), 85–95. <https://doi.org/10.1177/0145482X2111073611>
- Mulyani, S. (2021). Implikasi Pelatihan Massage Terhadap Keterampilan Hidup Tunanetra Di Masa Pandemi Covid-19. *Comm-Edu (Community Education Journal)*, 4(1), 14. <https://doi.org/10.22460/comm-edu.v4i1.6772>
- Nurmala, R. (2017). Pelatihan Massage Sebagai Bimbingan Keterampilan Vokasional Bagi Disabilitas Netra Di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Netra Pendowo Kudus. *Pendiidikan Luar Biasa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang (Skripsi)*.
- Pusdatin Kemenkes Indonesia. (2019). Situasi Disabilitas. *Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*, 1–10.
- Ridwan, M., M. (2021). Massage Training For Blind at "Tuah Sakato" Bina Netra Social Home In Padang. *Journal Berkarya*, 3, 115–123.
- Toyibah, T., & Luthfi, A. (2019). Pembentukan Perilaku Kewirausahaan Tunanetra melalui Come\_Unity Sahabat Mata di Kota Semarang. *Indonesian Journal of Sociology, Education, and Development*, 1(1), 47–59. <https://doi.org/10.52483/ijsted.v1i1.5>
- WHO. (2011). World report on disability. *World Health Organization*. <https://doi.org/10.1111/j.1741-1130.2011.00320.x>