

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian yang dilakukan oleh Oman Sukmana (2020) dengan judul “Program Peningkatan Keterampilan Bagi Penyandang Disabilitas netra (Studi di Panti Rehabilitasi Bina Netra Malang).

- a. Hasil dari penelitian yang diperoleh adalah menggunakan pendekatan kualitatif dengan hasil Panti Rehabilitasi Sosial Bina Netra Malang ini adalah panti milik pemerintah yang memiliki tugas dan fungsi sebagai lembaga pelayanan sosial bagi penyandang disabilitas netra. Tahapan proses dalam meningkatkan keterampilan dan kemampuan penyandang disabilitas netra yaitu dengan : pendekatan awal, penerimaan, pembagian asrama, penempatan program, dan terminasi yang meliputi resosialisasi, penempatan kerja dan pembinaan lanjut. Program yang dilakukan oleh lembaga terhadap penyandang disabilitas netra meliputi, program bimbingan keterampilan dalam hal kemampuan fisik dan mental (olahraga, orientasi mobilitas, *activity daily living*, dan bimbingan keagamaan), program bimbingan keterampilan usaha (kerajinan tangan, industri kerumahtanggaan, pijat, kesenian musik band dan karawitan, program penempatan dalam masyarakat), dan program keterampilan sosial (baca tulis Braile, latihan berbahasa Indonesia, berhitung,

pendidikan kewarganegaraan, dan kewiraswastaan), (Sukmana, 2020).

- b. Perbedaan antara penelitian ini dengan yang dilakukan oleh Oman Sukmana dengan judul Program Peningkatan Keterampilan Bagi Penyandang Disabilitas netra (Studi di Panti Rehabilitasi Bina Netra Malang adalah, pada penelitian tersebut membahas mengenai program-program rehabilitasi yang dilakukan oleh lembaga terhadap disabilitas netra. Program tersebut meliputi bimbingan sosial, bimbingan keterampilan usaha, bimbingan mental-spiritual.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada saat ini adalah mengulik, menganalisis dan mendeskripsikan terkait strategi pada coach dan mentor dalam kegiatan mentoring dan coaching pada disabilitas netra supaya memiliki potensi atau keterampilan *massage* guna membuka usaha *massage* baik secara lembaga ataupun diluar lembaga sehingga dapat keluar dari ketidakberdayaan ekonomi.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Kurniawan pada tahun 2020 yang berjudul “Strategi Pemberdayaan Tunanetra Dalam Membentuk Sumber Daya Manusia Berkualitas (Studi pada : Santri Tuna Netra Yayasan Raudhatul Makfufin Tangerang Selatan)”.

- a. Hasil Penelitiannya adalah pada penelitian menggunakan metode penelitian kualitatif dan menarasikan bagaimana strategi yang dilakukan oleh yayasan dalam membangun dan membentuk

kemandirian santri disabilitas netra dan memberikan informasi kepada orang-orang terkait dampak dari pemberdayaan tersebut.

- b. Perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Kurniawan dengan judul Strategi Pemberdayaan Tunanetra Dalam Membentuk Sumber Daya Manusia Berkualitas dengan penelitian saat ini adalah, pada penelitian ini menarasikan bagaimana strategi yang dilakukan oleh yayasan dalam membangun dan membentuk kemandirian santri dengan memberikan beberapa aktivitas dengan pendampingan khusus kepada disabilitas netra. Kegiatan tersebut yang paling utama adalah dengan memberikan program *activity daily living*, karena kegiatan tersebut sangat mempengaruhi kemampuan pada disabilitas netra.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada saat ini adalah mengulik, menganalisis dan mendeskripsikan terkait strategi pada coach dan mentor dalam kegiatan mentoring dan coaching pada disabilitas netra supaya memiliki potensi atau keterampilan *massage* guna membuka usaha *massage* baik secara lembaga ataupun diluar lembaga sehingga dapat keluar dari ketidakberdayaan ekonomi..

3. Penelitian yang dilakukan oleh St. Rahmah pada tahun 2019 yang berjudul “Penerimaan Diri Bagi Penyandang Disabilitas Netra”.

- a. Hasil Penelitiannya adalah membahas mengenai penyandang disabilitas mampu menerima dirinya dengan segala kekurangan dan

keterbatasannya dengan memandang dirinya lebih memiliki sesuatu yang positif dan mampu untuk meraih kesuksesan. Penerimaan diri sangat penting bagi seorang penyandang disabilitas netra, sehingga mereka mampu mengaktualisasikan segala potensi yang dimiliki, dan akan membantu individu berfungsi secara ideal sehingga dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya.

- b. Perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh St. Rahmad dengan judul Penerimaan Diri Bagi Penyandang Disabilitas Netra yaitu pada penelitiannya membahas mengenai penerimaan diri disabilitas netra dengan sisi positif tujuannya adalah supaya mereka dapat mengaktualisasikan potensinya.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada saat ini adalah mengulik, menganalisis dan mendeskripsikan terkait strategi pada coach dan mentor dalam kegiatan mentoring dan coaching pada disabilitas netra supaya memiliki potensi atau keterampilan *massage* guna membuka usaha *massage* baik secara lembaga ataupun diluar lembaga sehingga dapat keluar dari ketidakberdayaan ekonomi..

4. Penelitian yang dilakukan oleh Fanny Dermawan pada tahun 2022 berjudul “Proses Rehabilitasi Sosial Disabilitas Netra di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Netra Malang”.

- a. Hasil Penelitiannya adalah penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Hasil penelitiannya

adalah pada proses rehabilitasi sosial yang dilakukan di UPT RSBN Malang dengan pemberian bimbingan sosial, bimbingan fisik, bimbingan mental-spiritual, dan sebagai penunjang dari bimbingan lainnya adalah dengan bimbingan ketrampilan. Faktor pendukung pada penelitian ini adalah adanya kerjasama dari beberapa pihak lembaga terkait penunjang penyaluran minat dan bakat pada klien, memiliki tata tertib yang telah ditetapkan, serta instruktur bimbingan yang memiliki dedikasi dan pengalaman. Adapun faktor penghambat yaitu sarana prasarana yang tidak memadai seperti bangunan yang telah termakan usia, dan sumberdaya manusia untuk menjadi instruktur bimbingan yang tidak seimbang dengan jumlah klien, (Dermawan, 2022).

- b. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fanny Dermawan dengan judul Proses Rehabilitasi Sosial Disabilitas Netra di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Netra ini adalah membahas mengenai proses rehabilitasi lembaga terhadap disabilitas netra dengan memberikan program bimbingan sosial, bimbingan fisik, bimbingan spiritual dan tambahan sebagai penunjang dari bimbingan tersebut yaitu dengan keterampilan.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada saat ini adalah mengulik, menganalisis dan mendeskripsikan terkait strategi pada coach dan mentor dalam kegiatan mentoring dan coaching pada disabilitas netra supaya memiliki potensi atau keterampilan

*massage* guna membuka usaha *massage* baik secara lembaga ataupun diluar lembaga sehingga dapat keluar dari ketidakberdayaan ekonomi.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Aryasatya Vincentio Wian, Alvian Dimas Wicaksono, Bryant Bintang Herdani pada tahun 2022 berjudul “Program Rehabilitasi Sosial Bagi Penyandang Disabilitas”.

a. Hasil Penelitian adalah metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa fokus dari pelayanan program rehabilitasi sosial ditekankan pada kegiatan pendekatan

b. terhadap para penyandang disabilitas dengan memberikan bimbingan baca tulis braile dan keahlian tangan guna untuk mengembangkan kualitas diri dan dapat mengembalikan mental mereka. Beberapa bentuk pelayanan dasar tersebut membuat kesehatan mental dan kualitas diri para penyandang disabilitas menjadi lebih baik sehingga dapat mengembalikan fungsi peran sosialnya. Program rehabilitasi sangat berperan besar bagi penyandang disabilitas untuk meningkatkan kualitas diri, (Aryasatya, 2022).

c. Perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh Aryasatya Vincentio dkk, dengan judul Program Rehabilitasi Sosial Bagi Penyandang Disabilitas Netra adalah fokus dari pemberian program rehabilitasi tersebut yaitu dengan memberikan bimbingan baca tulis braile dan

keahlian tangan tujuannya untuk mengembangkan kualitas diri. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada saat ini adalah mengulik, menganalisis dan mendeskripsikan terkait strategi pada coach dan mentor dalam kegiatan mentoring dan coaching pada disabilitas netra supaya memiliki potensi atau keterampilan *massage* guna membuka usaha *massage* baik secara lembaga ataupun diluar lembaga sehingga dapat keluar dari ketidakberdayaan ekonomi.

#### **B. Perbedaan Penelitian Terdahulu dengan Penelitian Saat Ini**

Penelitian yang dilakukan oleh Firda Hatsia Apsari pada tahun 2023 dengan judul “Strategi *Coaching* dan *Mentoring* Dalam Kewirausahaan *Massage* Pada Klien di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Netra Malang”. Pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif-studi kasus. Dengan pembahasan terkait peran dan proses rehabilitasi di panti disabilitas tunanetra dimana fokus terhadap program *massage*. Mengungkapkan bagaimana strategi lembaga dalam mentoring dan coaching penerima manfaat sebagai *mentee* agar bisa memiliki potensi atau keterampilan guna keluar dari ketidakberdayaan ekonomi. Strategi yang dimaksudkan dalam isu tersebut meliputi ilmu dalam teknik *massage*, komunikasi *mentee* dengan pelanggan, manajemen penataan estetika ruang, dan etika.

## C. Pembahasan Konsep

### 1. Pelaksanaan Coaching dan Mentoring

#### a. Definisi

Coaching merupakan proses dalam pembinaan terhadap individu, kelompok ataupun organisasi dengan tujuan meraih kinerja secara optimal yang. Pelaksanaannya dilakukan secara terencana, tesusun, terarah dan teratur untuk meningkatkan pengetahuan baik sikap dan keterampilan dalam menangani tanggung jawab yang diberikan sehingga dapat mengatasi hambatan dan rintangan (Kaswan, 2012).

Sedangkan mentoring memiliki sejarah berasal dari nama pelaku asal Yunani yaitu *Mentor* dalam karya sastra Homer (fiksi) yang berjudul *Odyssey*. Karya tersebut menceritakan tentang raja *Odyssey* (raja kerajaan *Ithica*) yang menyerahkan anaknya *Telemachus* untuk dibimbing oleh kerabatnya pada saat berperang yang bernama *Mentor*. Tapi dewi *Athena* mengambil wujud sebagai *Mentor* dan membimbing *Odyssey* dengan memohon agar dapat menemukan ayahnya. Pasangan antara *mentor-mentee* telah ada disetiap profesi, yang meliputi sains misalnya: pada *Sigmund Freud* memberikan mentoring kepada *Carl Jung*; *Henry Harlow* kepada *Abraham Maslow*.

Mentoring sendiri berasal dari bahasa inggris yang artinya adalah penasehat. Mentoring adalah sebuah proses untuk membantu seseorang menemukan jati dirinya. Mentoring juga termasuk kedalam



kegiatan pendidikan yang didalamnya mencakup aktivitas mengajar, mendidik, melatih dan membina yang dilakukan dengan pendekatan. Ada sebutan antara mentor (penasehat utama dalam kelompok mentoring) dan *mentee* (peserta mentoring).

#### **b. Ciri-Ciri Mentoring**

Mentoring adalah suatu proses peningkatan kualitas diri yang dilakukan secara interpersonal baik dalam hal pendidikan dan pekerjaan melalui pendekatan emosional antara mentor dan mentee-nya. Beberapa ciri mentoring sebagai kerangka rujukan umum untuk memahami pengertiannya sebagai berikut :

- 1) Mentoring mencerminkan hubungan yang unik antar individu.
- 2) Mentoring merupakan kemitraan pembelajaran.
- 3) Mentoring merupakan proses yang didefinisikan oleh jenis dukungan yang disediakan mentor kepada mentee.
- 4) Mentoring hubungannya bersifat timbal balik, namun tidak seimbang,
- 5) Mentoring memiliki hubungan yang dinamis, akan berubah-ubah seiring dengan perjalanan waktu.

#### **c. Dasar-dasar Coaching dan Mentoring**

Mentoring merupakan alat yang digunakan oleh organisasi atau lembaga untuk memelihara dan mengembangkan klien, dapat berupa latihan atau program. Proses latihan tersebut adalah coaching, merupakan kunci dari membuka potensi seseorang untuk

memaksimalkan kinerjanya. Praktik coaching didasarkan dengan prinsip hubungan pembelajaran, konteks, klien, coach, dan praktik etis. Coaching mulai mengalami perkembangan ragam diantaranya, *success coaching*, *career coaching*, *marketing* dan *sales coaching*. Namun, saat ini terdapat tiga macam yang utama yakni; coaching - *personal/life coaching*, *business/executive coaching*, dan *team coaching* menurut (Rosinki, 2003 : 8 dalam (Kaswan, 2012).

Berikut adalah dasar-dasar dalam program mentoring diantaranya :

1) Proses belajar yang terprogram

Belajar dan pembelajaran merupakan aktivitas utama dalam proses pendidikan dan pemberdayaan. Rehabilitasi sosial memiliki fasilitas pendidikan terhadap klien dengan mendidik secara aktif dalam mengembangkan potensi yang ada pada dirinya, sehingga dapat memiliki kekuatan padaa spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan.

Kelangsungan proses interaksi yang bersifat edukatif antara klien dengan coach yang ada di lembaga membutuhkan komponen pendukung. Komponen tersebut yaitu tujuan, bahan atau pesan yang menjadi terjadinya interasi, klien yang aktif pada saat proses pembelajaran dan pelatihan, coach yang melaksanakan pelatihan, metode untuk mencapai pembelajaran, situasi yang memungkinkan

dalam proses pembelajaran sehingga dapat berjalan dengan baik, serta evaluasi dari hasil interaksi pada proses pelatihan.

## 2) Kegagalan dan kesuksesan merupakan guru yang tangguh

Pada proses pelatihan, kebutuhan klien dalam belajar dapat berkembang, bertambah, dan berkurang, bahkan secara berkelanjutan dan dapat berganti-ganti. Terpenuhinya suatu kebutuhan menjadi suatu potensi untuk melahirkan kebutuhan yang baru dan kedudukannya lebih tinggi. Apabila klien telah memperoleh kemampuan atau keterampilan pada dirinya, kemudian mereka dapat menilai kemampuan tersebut maka dia dapat/akan melanjutkan prosesnya. Kita ketahui, bahwa setiap proses yang dialami oleh manusia tidak akan terus berjalan dengan baik, begitupun yang dialami oleh klien dalam aktivitas pelatihan tersebut.

Sebagai contoh pada kegiatan pelatihan di kelas coach mempunyai goals untuk mentee, yaitu setiap pertemuan mentee harus ada perkembangan dalam pembelajarannya. Hal tersebut merupakan trik agar mereka berlomba-lomba untuk belajar sehingga dapat lulus dengan waktu yang telah disesuaikan oleh lembaga. Namun, untuk mereka yang prosesnya lambat, akan terus belajar dan terus mengevaluasi dirinya. Evaluasi tersebut tidak hanya antara coach dan klien tetapi juga dengan teman-teman.

Kebutuhan tersebut, akan berubah dan bertambah hal tersebut diakibatkan oleh keterbatasan klien dalam memandang penting atau tidaknya pengetahuan untuk diri sendiri, serta kemauan dan kemampuan dalam memahami dirinya.

- 3) Pemimpin perlu menceritakan pengalamannya
- 4) Proses pengembangan akan matang seiring jalannya waktu
- 5) Mentoring merupakan sebuah kerjasama jadi antara mentor dan mentee saling berhubungan erat.

Pada proses mentoring sikap belajar memperlihatkan ketrampilan manajerial seperti antara *coaching, konseling, facilitating, dan networking*. Ketidakpuasan menjadi hal yang ingin dicapai dari harapan yang dibentuk di awal, karena akan sangat mempengaruhi kehidupan selanjutnya.

#### **d. Proses dan Peran**

Karakteristik mentoring dan coaching dalam proses :

- 1) Meningkatkan kesadaran

Coach bisa membantu mencapai tingkat kesadaran sebelum memulai pengamatan, dengan membagikan data dan menyediakan kepada klien forum untuk merefleksikan solusi-solusi alternatif.

- 2) Meningkatkan perubahan perilaku yang terus-menerus dan berkelanjutan Tujuannya untuk mencapai tingkat kinerja yang lebih tinggi, tidak hanya dalam aspek kompetensi tetapi juga

mengetahui tuntutan dalam memelihara perilaku baru dalam jangka panjang.

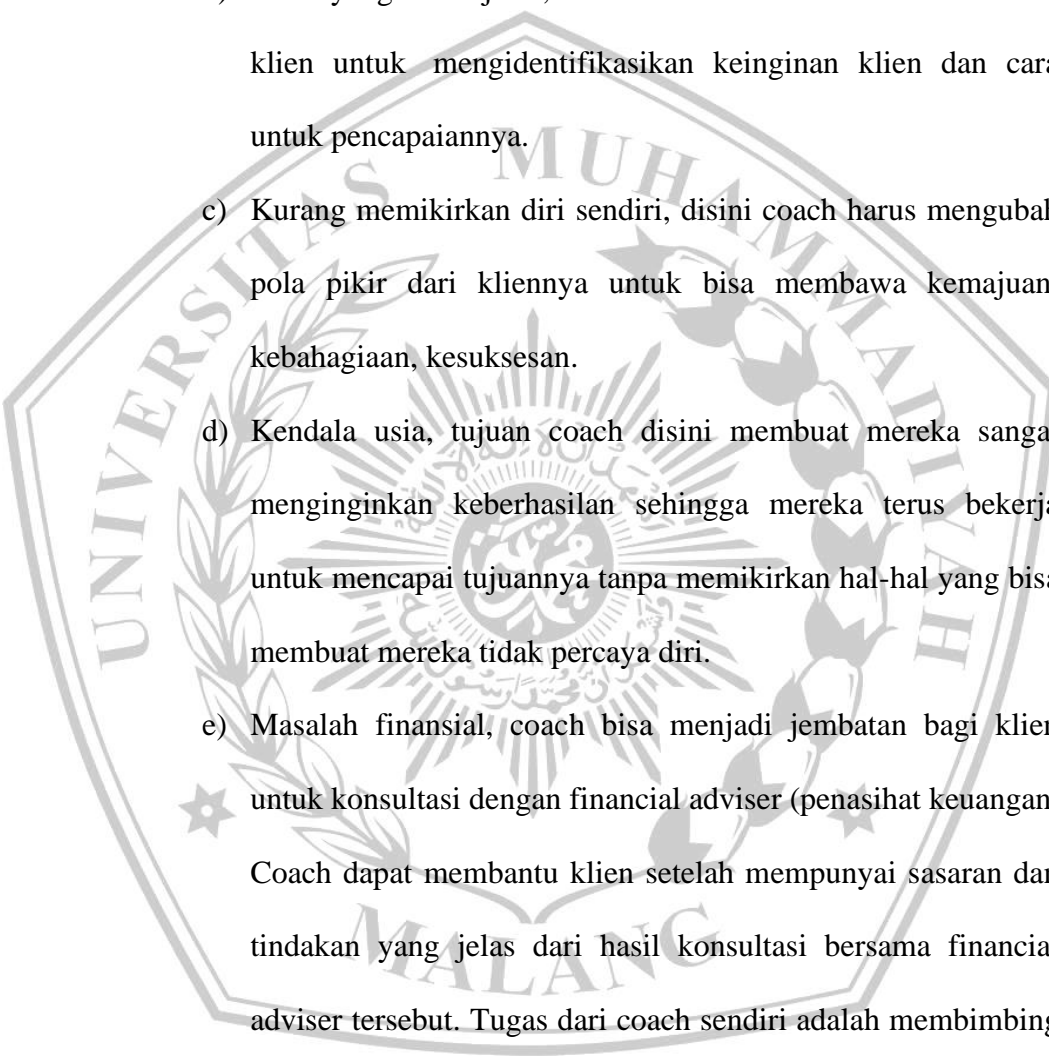
- 3) Menggunakan data dari berbagai sumber coaching dan mentoring membutuhkan pendekatan yang terpadu terhadap analisis data dari aneka sumber.

Membawa kepada kesuksesan (bisnis) yang semakin meningkat, Coaching merupakan proses yang membantu untuk mencapai kesuksesan organisasi/bisnis. Hubungan coaching dan mentoring memiliki potensi untuk memperdalam pemahaman seseorang terhadap pengaruh pada suatu organisasi dan untuk memperkuat komitmen pribadi untuk mencapai sasaran dan hasil organisasi. Lima langkah dalam proses coaching, diantaranya; kontrak, penetapan tujuan awal, assesment, implementasi dan rencana aksi serta evaluasi

#### **e. Jenis-jenis Coaching**

##### **1) Life Coaching**

Life coaching (coaching kehidupan) merupakan tindakan untuk membantu klien dalam mengidentifikasi bagaimana menjalani kehidupan yang terbaik, kehidupan yang mengeluarkan seluruh potensinya, dan memperkuat dirinya. Life coaching bersifat holistik dan mempertimbangkan setiap dimensi kehidupan manusia, yang meliputi ; bisnis, karir, kesehatan, hubungan sosial, kesejahteraan dan nilai-nilai dalam kontribusi. Adapun beberapa kendala yang umumnya terjadi dalam life coaching, diantaranya :

- 
- a) Visi dan misi tidak jelas, padahal keberhasilan dari coaching itu sendiri tergantung pada tindakan klien dalam menentukan secara pasti yang diinginkan dalam sesi coaching atau dalam kehidupannya.
- b) Hasil yang tidak jelas, dalam hal ini coach harus membantu klien untuk mengidentifikasi keinginan klien dan cara untuk pencapaiannya.
- c) Kurang memikirkan diri sendiri, disini coach harus mengubah pola pikir dari kliennya untuk bisa membawa kemajuan, kebahagiaan, kesuksesan.
- d) Kendala usia, tujuan coach disini membuat mereka sangat menginginkan keberhasilan sehingga mereka terus bekerja untuk mencapai tujuannya tanpa memikirkan hal-hal yang bisa membuat mereka tidak percaya diri.
- e) Masalah finansial, coach bisa menjadi jembatan bagi klien untuk konsultasi dengan financial adviser (penasihat keuangan). Coach dapat membantu klien setelah mempunyai sasaran dan tindakan yang jelas dari hasil konsultasi bersama financial adviser tersebut. Tugas dari coach sendiri adalah membimbing klien agar menemukan solusi terhadap masalahnya sendiri.
- f) Sindrom pahlawan, dalam hal ini klien memiliki pemikiran bahwa dia dapat mengerjakan semua pekerjaannya secara individu, dan ingin dipandang sebagai pahlawan. Dengan

adanya masalah seperti ini, coach sebaiknya mendorong agar klien memiliki percaya diri dan perlu mengeksplorasi klien.

g) Prioritas waktu, coach mendorong klien mengenai manajemen waktu, dan membuat komitmen serta menjelaskan kembali mengenai manfaat dan keuntungan ketika mereka dapat mencapai sasaran yang telah ditentukan.

## 2) Coaching Eksekutif

Coach eksekutif/bisnis bekerja dengan profesional, manajer, eksekutif, dan pemilik bisnis membahas isu-isu, seperti pengembangan, kepemimpinan, meningkatkan motivasi, strategi, organisasi, isu manajemen perubahan, pengembangan karir, perencanaan suksesi, ketrampilan komunikasi yang efektif dan lain-lain. Adapun macam-macam coaching eksekutif antara lain:

### a) High - Potential Coaching

Individu dengan potensi tinggi belum mengambil peran kepemimpinan yang signifikan, tetapi lembaga/organisasi telah mengidentifikasi mereka sebagai calon yang baik untuk pemimpin masa depan atau sebagai bagian dari rencana sukses formal, tujuannya :

- (1) Membuat keputusan karir
- (2) Mengembangkan keterampilan dasar manajemen
- (3) Memfokuskan dari aktivitas yang bersifat teknis kepada yang bersifat manajemen dan kepemimpinan

(4) Memfokuskan kembali dari manajemen taktis lebih kepada kepemimpinan strategis

(5) Mengidentifikasi potensi, kekuatan dan minat untuk menyelaraskan dengan rekam perkembangan yang sesuai.

b) On - boarding coaching

Tujuan dai coaching ini adalah :

- (1)
- (2) Memfasilitasi kesepakatan antara klien dengan konstituen kunci yang terdapat dokumen penugasan
- (3) Membangun hubungan stakeholder
- (4) Mengembangkan rencana pembelajaran akselerasi untuk pemimpin yang memikul tanggung jawab baru.

c) Continued Leadership - Development Coaching

Tujuan dari coaching ini adalah :

- (1) Membangun kehadiran eksekutif
- (2) Memperlihatkan semangat yang lebih besar untuk mengilhami organisasi
- (3) Mendorong proses perencanaan strategis dan visioner
- (4) Meningkatkan kolaborasi dengan sesama atau dewan manajemen/direktur mengenai program-program yang strategis
- (5) Membangun kompetensi kecerdasan emosi.



Wageman dan Hackman mengidentifikasi sejumlah pendekatan pada team coaching. Pendekatan-pendekatan tersebut meliputi pada kontinum langsung (directive) dan tidak langsung (non-directive). Pada kontinum langsung, coaching kelompok operant conditioning, coach memberikan instruksi tentang berperilaku, memantau kinerja, memberikan pujian, kritik atau bentuk lain penguatan baik yang positif maupun negatif. Pendekatan eklektik bersifat langsung, karena yang menguasai proses adalah konsultan. Pendekatan eklektik membakukan pengalaman praktisi dan konsultan yang menjadi teknik-teknik dalam membantu tim mengenai masalah-masalah perilaku, peran, atau konflik tertentu, dan mengurangi ketergantungan pada pemimpin tim.

#### **f. Proses dan Peran**

Karakteristik coaching dalam proses :

- 1) Meningkatkan kesadaran Coach bisa membantu mencapai tingkat kesadaran sebelum memulai pengamatan, dengan membagikan data dan menyediakan kepada klien forum untuk merefleksikan solusi-solusi alternatif.
- 2) Meningkatkan perubahan perilaku yang terus-menerus dan berkelanjutan Tujuannya untuk mencapai tingkat kinerja yang lebih tinggi, tidak hanya dalam aspek kompetensi tetapi juga mengetahui tuntutan dalam memelihara perilaku baru dalam jangka panjang.

- 3) Menggunakan data dari berbagai sumber Coaching membutuhkan pendekatan yang terpadu terhadap analisis data dari aneka sumber.
- 4) Membawa kepada kesuksesan (bisnis) yang semakin meningkat  
Coaching merupakan proses yang membantu untuk mencapai kesuksesan organisasi/bisnis. Hubungan coaching memiliki potensi untuk memperdalam pemahaman seseorang terhadap pengaruh pada suatu organisasi dan untuk memperkuat komitmen pribadi untuk mencapai sasaran dan hasil organisasi. Lima langkah dalam proses coaching, diantaranya ; kontrak, penetapan tujuan awal, assesment, implementasi dan rencana aksi serta evaluasi.

Coaching yang cocok dengan aktivitas yang dilakukan sesuai dengan judul penelitian “Strategi Mentoring dan Coaching Untuk Wirausaha di Bidang *Massage* UPT Rehabilitasi Sosial Bina Netra Malang” ini adalah Coaching Eksekutif. Karena ruang lingkup pada coaching eksekutif mencakup pengembangan sumberdaya manusia, strategi yang dilakukan oleh organisasi mulai klien menduduki kelas kejuruan, mempelajari keterampilan komunikasi dan perencanaan sukses. Untuk itu, ruang lingkup tersebut telah dilakukan oleh lembaga agar terciptanya tujuan dari adanya proses rehabilitasi.

#### **g. Fasilitas Pendukung Mentoring**

Penyediaan fasilitas merupakan salah satu syarat yang harus disediakan oleh lembaga untuk berjalannya suatu kegiatan mentoring.

Berikut adalah fasilitas yang mendukung mentoring menurut (Kaswan, 2012) :

- 1) Menyediakan beberapa para konseling dan mentor karir profesional tujuannya untuk para klien mendapatkan saran yang baik atas keluhan mereka.
- 2) Menyediakan beberapa sosialisasi dengan topik yang menarik, sesuai dengan masalah-masalah klien yang dihadapi oleh lembaga.
- 3) Lembaga menyediakan pelahitan-pelatihan khusus, guna untuk meningkatkan kinerja karyawan serta kreativitas yang dimiliki, sehingga menjadi karyawan yang memiliki kredibilitas.
- 4) Menyediakan layanan-layanan mentoring untuk berjalannya suatu kegiatan mentoring, supaya klien mendapatkan manfaat dari efek mentoring tersebut.

#### **h. Dampak Adanya Mentoring**

★ Dengan adanya mentoring tentu akan memiliki dampak yang baik terhadap lembaga atau organisasi. Mentoring menjadi sangat penting karena menjadi lingkungan belajar yang berkelanjutan. Hasil dari mentoring akan memunculkan dampak positif seperti :

- 1) Perbaikan dalam kinerja klien

Kegiatan mentoring menyediakan komunikasi yang lebih banyak dan lebih baik antara klien dan mentor sehingga memiliki keterkaitan hubungan antara semua pihak.

2) Percepatan pembelajaran

Dengan adanya mentoring, klien cenderung belajar dengan cepat dan akan lebih produktif untuk kedepannya.

3) Menurunnya pergantian klien

Mentor klien akan membantu mereka merasa nyaman di pekerjaan dan lingkungannya. Sehingga akan berkontribusi terhadap tingkat menurunnya potensi klien.

4) Pemberdayaan klien

Hal yang penting dalam mentoring merupakan pemberdayaan klien karena akan selalu diawasi setiap aktivitas yang dilakukan. Mulai dari yang tidak mampu melakukan sesuatu, hingga dapat melakukan hal-hal di dalam pekerjaannya. Mentoring merupakan hubungan sosial, kekuatannya untuk meningkatkan harga atau kepercayaan dari seseorang.

5) Motivasi klien yang meningkat

Seorang mentor akan memberikan contoh kepada menteenya dengan menaruh minat yang aktif terhadap karirnya dan menjelaskan alasan untuk mencari atau mengatasi kendala yang tengah dialami. Mentor membantu memahami dan mengenali rencana jangka panjang yang dimiliki oleh lembaga dan membantu mereka memanfaatkan pengalaman belajarnya.

6) Meningkatkan komunikasi

Setiap hubungan mentoring senior junior, posisi untuk mentee di dalam lembaga membantu komunikasi informal karena ada di beberapa level.

## **2. Perspektif Coaching dan Mentoring Dalam Pekerja Sosial**

### **a. Coaching Dalam Pekerja Sosial**

Coaching untuk pekerja sosial merupakan hal yang selalu berdampingan atau melekat pada pekerja sosial, karena sebagai alat untuk pengembangan profesional. Alat tersebut dijadikan sebagai strategi bagi pekerja sosial, karena ada kesamaan antara coaching dan pekerjaan aktual yang dilakukan oleh pekerja sosial dengan kliennya atau keluarga. Coaching akan efektif selama kegiatan pendidikan formatif pekerja sosial, karena mendorong motivasi dan memelihara keterampilan seperti refleksi dan pemikiran yang kritis. Coaching dapat memfasilitasi penerapan praktik untuk pekerja sosial individu dan organisasi pekerjaan sosial. Keterampilan pada coaching juga berperan dalam pengawasan pekerja sosial dan dapat dijadikan intervensi.

Coaching dan pekerjaan sosial melibatkan proses membantu yang berfokus pada pemahaman diri dan disiplin diri untuk mempengaruhi perubahan perilaku, emosional dan sikap. Coaching dan mentoring keduanya menjadi komponen pengawasan dalam pekerjaan sosial dan merupakan keterampilan yang harus dimiliki serta

diterapkan oleh para pekerja sosial, khususnya dalam pembinaan untuk penanganan dan mendokumentasikan kasus-kasus yang sulit atau traumatis.

Pada aktivitas pekerja sosial pasti akan melakukan penekanan pada kontrak hubungan coaching, dengan mengedepankan kualitas serta kebutuhan pada klien sehingga akan merefleksikan pada kegiatan praktik hingga evaluasi untuk perkembangan dan perubahan pada klien. Salah satu faktor yang mendorong adalah tingkat penerimaan diri pada individu agar mereka mau untuk dibimbing. Ada beberapa pendekatan pada coaching yang tercakup literatur, sebagai berikut :

1) Pembinaan Rekan

Pembinaan rekan dilakukan oleh kolega, dimana dukungan dan pengetahuan dipertukarkan antara dua pihak, atau sejumlah rekan pada komunitas praktik pembinaan, (Shams, 2013) dalam (Mijareset, 2014).

2) Pembinaan Internal

Whybrow dan Lancaster (2012) meninjau bahwa pembinaan di sektor dan menemukan beberapa organisasi memiliki kumpulan coach internal untuk mendukung pembelajaran dan pengembangan kinerja di seluruh organisasi. Pembinaan internal menerapkan pengembangan kumpulan staf internal yang telah terlatih.

3) Program Pemimpin Sebagai Pelatih

Program pelatihan ini cenderung fokus terhadap pengembangan keterampilan, dimana keterampilan pembinaan dipandang sebagai bagian penting dari manajer dan diperlukan untuk membangun budaya kinerja dalam organisasi.

#### 4) Pembinaan Eksternal

Pembinaan eksternal umumnya digunakan untuk manajer senior dan eksekutif, mencakup penggunaan metode formal. Seperti, penilaian untuk menguji kompetensi kepelatihan.

#### **b. Mentoring Dalam Pekerja Sosial**

Mentoring melibatkan dua pihak yaitu mentor dan mentee, antara hubungan yang formal dan informal dengan memiliki tujuan yaitu pengembangan dan pertumbuhan mentee. Aktivitas mentoring ini merupakan gabungan dari beberapa kegiatan diantaranya : membimbing, mengajar, menasehati, melindungi, mendukung, dan meneruskan pengetahuan serta pengalaman dengan tujuan mempercepat pembangunan. Peran dalam mentoring dilakukan oleh seseorang yang memiliki posisi otoritas dan profesional. Hal-hal yang harus diberikan oleh mentor pada saat aktivitas mentoring sebagai berikut :

- 1) Memotivasi
- 2) Kekuatan dan dorongan
- 3) Memupuk rasa percaya diri
- 4) Memberikan contoh yang positif

5) Tekun dalam bekerja

Selain itu ada beberapa point yang harus diperhatikan pada saat kegiatan mentoring :

- 1) Membangun kepercayaan, rasa hormat, dan kerahasiaan antara mentor dan mentee.
- 2) Memiliki tujuan yang jelas untuk kebutuhan pengembangan
- 3) Menggunakan berbagai keterampilan seperti komunikasi, mendengarkan, mendukung, dan bertanya untuk memfasilitasi tujuan dari mentee
- 4) Mendukung tujuan yang telah ditetapkan
- 5) Meneruskan pengalaman dan pengetahuan untuk mempercepat perkembangan mentee.

Sebuah studi baru-baru ini membicarakan terkait dampak pendampingan di berbagai disiplin seperti pada ilmu keperawatan, antropologi, bisnis, pendidikan, psikologi, dan pekerjaan sosial. Bahwa pada proses mentoring dapat meningkatkan kepuasan kerja, kepercayaan diri serta memfasilitasi pembelajaran melalui bimbingan dan pengalaman, (Mijareset, 2014) dalam (HSCB, 2014).

Mentoring pada umumnya merupakan konseptualisasi sebagai proses pembelajaran dimana hubungan yang bermanfaat, pribadi, dan memiliki timbal balik. Dalam hubungan yang seperti itu maka mentee akan belajar dan berkembang melalui percakapan dengan mentor yang



telah memiliki pengalaman dan pengetahuan. Kemudian mentee akan menerapkan pendekatan tersebut kedalam pekerjaan mereka.

### 3. Difabel

#### a. Definisi Difabel

*Difabel* merupakan singkatan dari *differently abled* sebagai counter terhadap penggunaan istilah penyandang cacat yang dinilai dan dirasa stigmatis. Istilah *disabled* atau *disability* merupakan istilah yang asing. Istilah ini masih terus digunakan dan menjadi ‘alat perjuangan’ para aktivis difabel terutama di daerah Yogyakarta dan Jawa Tengah (Widinarsih, 2019). Makna dari difabel yaitu bahwa disabilitas merupakan orang yang tidak mampu melakukan sesuatu secara normal, tetapi difabel masih dapat melakukannya dengan cara yang berbeda dengan cara melakukan mobilitas dari satu ke tempat yang lainnya.

Menurut (Maftuhin, 2016), istilah difabel ini tidak dapat dipastikan asal-nya dari mana, karena istilah tersebut ditemukan dalam beberapa versi. Seperti dalam Bahasa Indonesia diciptakan oleh Masour Fiqih, lalu dari hasil konferensi ketunetraan Asia oleh International Federation of the Blind (IFB) dan World Council for the Welfare of the Blind (WCWB) di Singapore dan hasilnya diubah ke dalam Bahasa Indonesia menjadi difabel. Jadi istilah difabel ini bersumber dari belahan dunia lalu dibaca oleh Fakih dan diartikan dalam Bahasa Indonesia.

Akan tetapi di Indonesia saat ini menggunakan istilah Penyandang Disabilitas karena secara konstitusional penyandang disabilitas mempunyai hak dan kedudukan yang sama di hadapan hukum dan pemerintah. Penyandang Disabilitas menurut Undang-Undang Nomor 8 tahun 2016 yaitu seseorang yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan sensorik dalam waktu yang lama sehingga mengalami hambatan dan kesulitan dalam berinteraksi (Sudarwati, 2016).

#### **b. Macam-Macam Penyandang Disabilitas**

Seiring dengan Indonesia meratifikasi Konvensi PBB tentang Hak-hak Penyandang Disabilitas yang kemudian dituangkan menjadi Undang-Undang No.19 tahun 2011, memperkenalkan istilah penyandang disabilitas. Istilah penyandang disabilitas menunjukkan subyek yang dimaksud yaitu orang-orang yang memiliki keterbatasan fisik, mental, intelektual atau indera dalam jangka waktu yang lama, sehingga dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar terdapat hambatan yang menyulitkan untuk lebih berpartisipasi penuh dan efektif berdasarkan kesamaan hak (UU Nomor 8 Tahun 2016 pasal 1 Ayat 1). Istilah penyandang disabilitas telah sesuai dengan fakta yang disandang dan tidak mengandung unsur negatif. Menurut (P. Strajhar, 2016), ada beberapa macam penyandang disabilitas yang telah disebutkan dalam Pasal 4 ayat 1 UU No 8, diantaranya :

- 1) Penyandang disabilitas fisik adalah terganggunya fungsi gerak, seperti amputasi, lumpuh layuh atau kaku, akibat stroke, akibat kusta dan orang kecil.
- 2) Penyandang disabilitas intelektual adalah terganggunya fungsi pikir karena tingkat kecerdasan dibawah rata-rata, seperti disabilitas grahita, *down syndro*.
- 3) Penyandang disabilitas mental adalah terganggunya fungsi pikir, emosi dan perilaku, seperti : psikososial (skizofrenia, bipolar, depresi, gangguan kepribadian) dan disabilitas perkembangan yang berpengaruh pada kemampuan interaksi sosial (autis dan hiperaktif).
- 4) Penyandang disabilitas sensorik adalah terganggunya salah satu fungsi dari panca indera, seperti disabilitas netra, disabilitas rungu, dan disabilitas wicara.

Pada Pasal 4 ayat 2 UU No 8 tahun 2016 menjabarkan lanjutan ragam sesuai dengan definisi dan waktu, yakni penyandang disabilitas ganda atau multi merupakan penyandang disabilitas yang mempunyai dua atau lebih ragam disabilitas. Dan dalam jangka waktu lama, paling singkat adalah 6 bulan atau bersifat permanen.

### c. Faktor/Penyebab Terjadinya Tuna Netra

Penelitian ini akan membahas mengenai disabilitas netra, artinya seseorang yang mengalami ketidakberfungsian pada indera mata atau biasa disebut tuna netra. Secara etimologi tuna netra berasal

dari kata tuna yang berarti rusak, dan netra berarti mata. Indera penglihatan yang tidak dapat berfungsi sedikpun dikenal dengan sebutan buta, sedangkan indra penglihatan yang ketajamannya kurang atau rendah, sehingga mempunyai kesulitan dengan aktivitasnya dapat dikatakan dengan sebutan *low vision*. Menurut (Rahmah, 2020) dalam Heather Mason, dkk (1999) menyebutkan beberapa penyebab terjadinya tuna netra, antara lain :

- 1) Faktor genetik, beberapa kelainan penglihatan didapat akibat diturunkan dari orang tua.
- 2) Perkawinan sedarah, banyak ditemukan ketunanetraan dari hasil perkawinan dekat.
- 3) Disebabkan proses kelahiran.
- 4) Penyakit yang akut sehingga berkomplikasi dengan organ mata, infeksi virus yang menyerang saraf dan anatomi mata, tumor otak yang menyerang pusat saraf organ penglihatan.
- 5) Terjadinya kecelakaan yang mengenai organ penglihatan
- 6) Diakibatkan oleh penggunaan obat tidak sesuai ketentuan seperti dosis yang melebihi takaran sehingga sangat membahayakan terhadap organ penglihatan.
- 7) Rusaknya organ-organ selaput mata yang tipis yang disebabkan oleh adanya infeksi binatang.

- 8) Daerah yang memiliki suhu udara panas sehingga mengakibatkan udara tidak stabil dan membawa bibit penyakit, pada daerah yang kering biasa ditemukan penyakit mata jenis trachoma.

## **B. Kondisi Disabilitas Netra**

Penyandang tunanetra adalah orang yang indra penglihatannya mengalami gangguan atau kerusakan sehingga indra penglihatannya tidak dapat berfungsi dengan baik. Mereka memiliki keterbatasan untuk melakukan berbagai aktivitas yang membutuhkan suatu penglihatan seperti melihat sekitar, menonton televisi, membaca, serta hal lainnya yang berkenaan dengan penglihatan, yang disebabkan dari banyak faktor. Menurut (Somantri, 2007) ada beberapa kondisi yang akan dialami oleh penyandang disabilitas netra sebagai berikut :

- 1) Penglihatannya berkurang ketajamannya sebagaimana penglihatan orang yang normal.
- 2) Pada lensa mata terdapat cairan tertentu sehingga menyebabkan terjadinya kekeruhan pada lensa.
- 3) Syarat otak mengalami kesulitan dalam mengendalikan posisi mata
- 4) Susunan syaraf pada otak yang berhubungan dengan indra penglihatan mengalami kerusakan (Rahmah, 2020).

## **C. Masalah yang Dihadapi Disabilitas Netra**

Adanya kondisi yang dialami penyandang disabilitas netra tersebut, menyebabkan terjadinya beberapa masalah di beberapa

aspek seperti psikologis, ekonomi, lingkungan dan sosial, serta yang lainnya.

- 1) Penyandang tuna netra sulit untuk menjangkau kehidupan sosial dan pendidikan yang layak.
- 2) Mendapatkan perilaku diskriminasi dari masyarakat di sekelilingnya, karena perspektif buruk kepada penyandang tuna netra. Stigma sosial masyarakat yang beranggapan bahwa penyandang disabilitas adalah lemah dan tidak berdaya.
- 3) Kesejahteraan psikologis dan kepuasan hidupnya rendah akibat dari keterbatasan atau ketidakberfungsian dari indra penglihatannya. Dampak secara psikologis yang muncul pada dirinya seperti : mengasingkan diri dari lingkungan sosial, rendah diri, merasa tidak mampu dan tidak berguna, segala sesuatu yang dirasakan oleh penyandang tunanetra dijadikan sebagai beban sehingga dapat mempengaruhi seluruh pola hidupnya.
- 4) Perkembangan emosi anak tunanetra mengalami hambatan karena memiliki kemampuan yang terbatas dalam proses belajarnya. Masalah lain akan muncul dalam perkembangan emosi anak tunanetra yaitu gejala-gejala emosi yang berlebihan dan bersifat negatif. Contohnya seperti, malu, takut, khawatir, cemas, mudah marah, iri dan kesedihan yang lainnya.
- 5) Tidak mampu berinteraksi dan membina hubungan sosial dengan lingkungannya.

- 6) Pada kesehatannya terdapat masalah yakni penyandang tunanetra sering mengalami sakit mata terutama ketika mereka terkena sinar matahari ataupun lampu.
- 7) Sulit dalam melakukan aktivitas sehari-hari karena keterbatasan penglihatannya, sehingga penyandang disabilitas netra perlu edukasi mengenai Activity Daily Living (ADL).
- 8) Minimnya ketersediaan lapangan pekerjaan bagi penyandang tunanetra.

Masalah-masalah yang terjadi pada penyandang tunanetra tentu mengakibatkan kondisi kehidupan yang kurang tercukupi, salah satunya adalah ketidakberdayaan ekonomi penyandang tunanetra. Untuk itu tingkat kesejahteraannya masih kurang tercukupi, sehingga penyandang tuna netra perlu diberikan pelayanan sosial baik dari pemerintah setempat ataupun bantuan masyarakat. Strategi pemenuhan penyandang disabilitas bantuan untuk membangun kepercayaan diri, dukungan sosial, dan membangun jaringan sosial. Sedangkan strategi dalam pemenuhan kebutuhan perekonomian dapat dilakukan dengan cara memberikan pelatihan, lowongan pekerjaan bagi disabilitas netra sesuai dengan keterampilannya, dan wirausaha.

#### **4. Rehabilitasi**

##### **a. Definisi Reabilitasi**

Rehabilitasi secara umum merupakan sebuah proses untuk membantu sesuatu agar seperti sebelumnya. Rehabilitasi sosial sendiri

merupakan sebuah proses yang dimaksudkan kepada seseorang tidak hanya mengalami gangguan fungsi fisik dan mental, melainkan juga kepada seseorang yang mengalami keberfungsian sosial, (Astutik, 2017). Rehabilitasi bagi penyandang disabilitas merupakan segala upaya, baik dalam bidang kesehatan, sosial, kejiwaan, pendidikan, ekonomi, maupun bidang lain yang dikoordinir menjadi *contious process*, dan bertujuan untuk menduduki kembali tempat di masyarakat, menjadi produktif dan berguna di lingkungan masyarakat luas

#### **b. Sasaran Rehabilitasi Sosial**

Pelaksanaan aktivitas ini kadangkala membutuhkan media klinis untuk membantu penyembuhan, namun ada juga dengan media terapi dengan bercerita dan aktivitas lain yang membantu pemulihan konseling. Adapun sasaran dari adanya rehabilitasi sosial adalah:

- 1) Rehabilitasi Sosial dimaksudkan untuk memulihkan dan mengembangkan kemampuan seseorang yang mengalami disfungsi sosial agar dapat melaksanakan fungsi sosialnya secara wajar. Pemulihan dan pengembangan sebagaimana dimaksud pada ayat ke – 1 ditujukan untuk mengembalikan keberfungsian secara fisik, mental, dan sosial, serta memberikan dan meningkatkan keterampilan.



- 2) Untuk mengurangi kerusakan syaraf atau hambatan secara psikologis oleh penyakit atau oleh peristiwa yang menghantam jiwa.
- 3) Dugaan komprehensif. Maksudnya adalah melakukan penilaian atau kewaspadaan terhadap peristiwa-peristiwa janggal yang terjadi pada seseorang, misalnya permasalahan, kekebalan fisik/mental pasien, serta sumber-sumber yang mendukung lainnya. Semuanya harus tercakup dalam masa-masa asesmen tersebut.
- 4) Goal setting atau disebut sebagai penataan target. Tujuan yang ketiga ini berdasarkan dengan keadaan pasien usia lanjut yang mengalami penurunan fungsi perencanaan. Orang semacam ini sebenarnya mandiri, namun tidak sepenuhnya dapat menunjukkan kemandiriannya di hadapan orang-orang di sekitarnya. Kemungkinan hal ini disebabkan adanya suatu penyakit, luka, atau faktor lingkungan. Masa penyembuhan/ pemulihannya dapat dilakukan dari aktivitas yang dilaksanakan di panti rehabilitasi.
- 5) Pengawasan perkembangan intensif kepada pasien
- 6) Pencegahan dan pengamanan
- 7) Terapi secara spesifik
- 8) Kebutuhan perawatan disertai dengan pengamatan intensif . Pengamatan sikap tanggap terhadap pasien untuk memperkuat dan mempertahankan sikap positifnya

- 9) Diskusi. Pemberian pengarahan, edukasi terhadap keluarga keluarga, tentang lingkungan atau yang lainnya.
- 10) Perencanaan pembebasan. Maksudnya adalah perencanaan bagaimana caranya agar pasien dapat terebas dari apa yang selama ini di khawatirkan. Contohnya, apabila pasien adalah mantan pengguna narkotika, bagaimana caranya agar orang ini dapat keluar dari segala hal yang berhubungan dengan narkotika. Serta, keluarnya juga kegalisahan, rasa takut, minder, dan beberapa perasaan lain yang mengganggu kejiwaannya pula.
- 11) Perencanaan rencana jangka panjang dan evaluasi. Di sini membutuhkan peran seorang pendamping yang juga disebut sebagai pekerja, psikolog, dan konselor.

### **c. Ruang Lingkup Rehabilitasi Sosial**

Ruang lingkup rehabilitasi sosial mencakup berbagai aspek studi dan kasus yang berhubungan dengan ilmu kejiwaan, sosial, pendampingan, pelatihan, dan sebagainya terutama masyarakat yang memerlukan bantuan pelayanan sosial. Departemen Sosial melalui Direktorat rehabilitasi penderita cacat (1993) pelaksanaan program kesejahteraan sosial mencakup dua hal yakni:

- 1) Manusia yang tidak dapat melaksanakan fungsi sosialnya karena faktor patologis dan non patologis.
- 2) Dinamika sosial yang mencakup semua faktor dan kondisi dinamis yang dapat digali dan dimanfaatkan sebagai daya dan dana sosial

untuk mendorong terjadinya perubahan-perubahan dan perkembangan sosial.

Rehabilitasi sosial mencakup banyak aspek manusiawi dimana mengembalikan lagi kehidupannya (PMKS) seperti sebelumnya agar bisa bermasyarakat seperti adat istiadat. Dalam pelaksanaannya, ruang lingkup rehabilitasi sosial ini berbentuk seperti rumah sakit, panti, pondok pesantren, dan sistem non-panti (interaksi sosial seperti kehidupan normal yang ada bimbingan khusus). Pemerintahan Indonesia melalui UU Nomor 39 tahun 2012 menjamin kesejahteraan masyarakatnya, termasuk orang-orang yang masuk dalam kategori PMKS. Oleh karena itu, pemerintahan Indonesia menyiapkan berbagai jenis panti sosial sesuai dengan kebutuhan dan keadaan dari klien.

## **5. Massage Untuk Disabilitas Netra**

### **a. Sejarah Massage**

Kata massage berasal dari bahasa Arab yakni “maas” yang artinya adalah menyentuh dan meraba. Secara umum massage diartikan sebagai pijat disempurnakan dengan ilmu yang dipelajari mengenai tubuh manusia menggunakan gerakan tangan yang mekanis terhadap tubuh manusia dengan beberapa teknik. Massage ini telah ada sejak nenek moyang dijadikan sebagai kebiasaan oleh kaum bangsawan untuk mendapatkan manfaat bagi tubuhnya. Pijat ini dimiliki oleh orang timur namun kurang dikembangkan oleh bangsa timur. Setelah dikembangkan oleh bangsa barat salah satu tokohnya adalah Prof. Thomson, Hoffa dan

Gochkata pijat di kemas lebih sempurna menjadi massage yang diambil dari bahasa Perancis. Pada tahun 1958 – 1964 oleh Ern Till, merupakan ahli massage yang berasal dari Jerman di Rehabilitasi Centrum Surakarta menyelenggarakan kursus massage bagi penyandang disabilitas lebih dari 100 orang lulus dengan sertifikat. Pada saat ini di Indonesia sendiri usaha untuk meningkatkan kualitas massage terus dilakukan contohnya Departemen Sosial melalui Panti Sosial Bina Netra menyelenggarakan program keterampilan massage yang saat ini telah tersebar masseur penyandang cacat netra.

#### b. Jenis Massage

Sesuai dengan kegunaannya massage dibagi menjadi 3 bagian, diantaranya adalah (Pedoman Keterampilan Massage Panti Sosial Bina Netra , 2009):

- 1) Sport Massage (Massage Kebugaran) Sport Massage merupakan pijat yang dipakai dalam lingkup lapangan olahraga dengan tujuan untuk membentuk serta memelihara kondisi para atlet agar tetap sehat dan bugar. Massage kebugaran ini diartikan sebagai pijat yang menggunakan teknik-teknik manipulasi berdasarkan anatomi dan fisiologi. Dilaksanakan secara menyeluruh pada jaringan otot tubuh guna membentuk dan memelihara kondisi tubuh secara optimal.
- 2) Remedial Massage (Massage Penyembuhan) Massage ini dilakukan untuk memulihkan dari beberapa penyakit tanpa

memasukkan obat ke dalam tubuh, dengan tujuan meringankan atau mengurangi keluhan atau gejala pada beberapa macam penyakit yang merupakan indikasi untuk pijat. Pada remedial massage digolongkan lagi menjadi dua metode, diantaranya adalah :

(1) Shiatsu

Pijat shiatsu ini merupakan jenis terapi yang berasal dari Jepang. Shiatsu sendiri artinya adalah tekanan jari, dimana pada praktiknya seorang masseur akan melakukan tekanan dari satu titik ke titik yang lain (meridian) dalam urutan tertentu. Tujuan dari gerakan adalah untuk melancarkan aliran chi atau energi yang bisa mendorong proses penyembuhan. Berikut adalah manfaat dari metode Shiatsu adalah :

- (a) Dapat mengurangi stres karena mampu menyeimbangkan, mempertahankan, dan memulihkan keseimbangan pada tubuh.
- (b) Menghilangkan rasa sakit di bagian otot.
- (c) Meningkatkan aliran energi ke seluruh tubuh. Pada saat pijatan difokuskan ke titik-titik akupresur, sumbatan pada tubuh akan terbuka sehingga energi akan mudah mengalir ke seluruh tubuh.
- (d) Mengendalikan gejala depresi dan cemas dengan meningkatkan kadar serotonin dan dopamin di dalam

tubuh. Kedua kadar tersebut merupakan senyawa dari neurotransmitter yang dapat membantu mengurangi seseorang dari depresi dan dapat menciptakan rasa nyaman.

- (e) Memperlancar aliran darah dengan melakukan penekanan pada titik tertentu.
- (f) Baik untuk pencernaan
- (g) Membantu menstimulasi pembuluh darah pada jaringan lunak di kulit sehingga pijatan ini membantu dalam mencegah kerutan dan menjaga kondisi kulit manusia.

## (2) Refleksi

Pijat refleksi merupakan metode pijat di titik tubuh tertentu, yang dilakukan dengan alat tangan serta benda-benda lain berupa kayu, plastik dan karet. Pijat refleksi ini lebih fokus pada titik saraf tertentu terutama pada kaki dan tangan. Titik-titik refleksi pada kaki dan tangan ini akan terhubung dengan bagian tubuh yang lain caranya dengan memberikan tekanan pada titik saraf. Berikut ini adalah titik refleksi dengan koneksi pada bagian tubuh yang lainnya :

- 1) Jari-jari kaki, berhubungan dengan masalah yang ada di kepala dan wajah.
- 2) Kaki tengah atas, berhubungan dengan masalah yang ada di area dada dan lengan atas.

- 3) Kaki tengah, bagian ini meliputi organ pencernaan dan alat vital.
- 4) Kaki bagian bawah atau lutut, berhubungan dengan area panggul ke bawah.

Manfaat dari pijatan ini yaitu selain efektif dalam menghilangkan pegel, linu dan tubuh kaku juga membantu menenangkan sistem saraf pusat hingga mempercepat pemulihan penyakit.

### (3) Cosmetic Massage (Massage Kecantikan)

Massage ini digunakan dalam bidang pemeliharaan kecantikan dengan tujuan untuk membersihkan serta menghaluskan kulit dan menjaga agar kulit tidak lekas mengkerut.

### c. Teknik Massage

Massage sendiri dibagi menjadi 8 jenis, dimana masing-masing teknik mempunyai gerakan yang berbeda, dan pastinya memberikan manfaat yang berbeda pula. Berikut ini adalah teknik dasar massage dan manfaatnya :

#### 1) Eflourage (Gosokan)

Gerakan yang menggunakan seluruh permukaan telapak tangan melekat pada bagian-bagian tubuh yang digosok. Teknik eflourage dilakukan pada permulaan massage, dilakukan pada daerah anggota gerak (extremitas) selalu dengan dorongan dan tekanan yang baik. Setiap

gosokannya berakhir pada kelenjer limfe (pada bagian ketiak untuk anggota gerak atas dan lipatan paha untuk anggota gerak bawah). Manfaat dari teknik ini adalah untuk melemaskan otot-otot sehingga tubuh dapat rileks, sekaligus mendorong sirkulasi darah ke berbagai bagian tubuh.

2) **Patrissage (Pijatan)**

Gerakan pijat dengan menggunakan empat jari merapat berhadapan dengan ibu jari yang selalu lurus dan supel. Bagian tubuh yang dipijat terletak pada lengkungan telapak tangan antara jari-jari dan ibu jari. Gerakan memijat dengan meremas otot yang sedikit ditarik keatas dan dilakukan pada tiap kelompok otot secara berulang kali. Tujuan dari adanya teknik ini adalah untuk di area tubuh yang mempunyai lemak dan jaringan otot yang tebal.

3) **Shacking (Goncangan)**

Gerakan goncangan dengan menggunakan satu tangan atau kedua belah tangan dilakukan di daerah otot-otot paha, tungkai bawah, kaki tengkuk, bahu lengan atas dan bawah, tangan dan daerah perut.

4) **Tapotement (Pukulan)**

Gerakan pukulan dengan mempergunakan satu tangan atau kedua belah secara bergantian. Dalam teknik ini, masseur menggunakan tangan dengan gerakan cepat untuk mengetuk berbagai bagian tubuh seperti punggung, paha. Teknik ini merupakan teknik yang terbaik untuk meningkatkan sirkulasi darah dalam tubuh. Tujuan dari teknik ini adalah



meningkatkan sirkulasi darah lokal sehingga dapat membantu menghangatkan dan melembutkan jaringan dibawahnya.

5) Friction (Gerusan)

Gerakan gerusan kecil-kecil yang dilakukan menggunakan ujung tiga jari (jari telunjuk, jari tengah, dan jari manis) merapat pada ibu jari, ujung siku, pangkal telapak tangan dan bergerak secara berputar searah atau berlawanan dengan arah jarum jam. Teknik ini dapat membantu meredakan ketegangan otot, memecah adhesi jaringan dan meningkatkan fleksibilitas.

6) Vibration (Getaran)

Gerakan yang dilakukan menggunakan ujung jari atau seluruh permukaan telapak tangan. Sikap fleksi ujung jari-jari seluruh permukaan telapak tangan yang diletakkan pada bagian tubuh yang digetar dan tidak boleh menekan dengan keras. Teknik ini dapat membantu mengendurkan otot-otot yang tegang, dapat merangsang saraf dan meningkatkan sirkulasi darah.

7) Stroking (Mengurut)

Gerakan mengurut dengan menggunakan ujung tiga jari yang merapat (jari telunjuk, jari tengah, dan jari manis). Untuk memperkuat tekanan, tangan yang lainnya juga bisa membantu. Stroking ini dibagi menjadi 2 yaitu Stroking yang menenangkan dan Stroking yang menggiatkan.

#### 8) Skin – Rolling (Melipat atau Menggeser Kulit)

Teknik massage ini menggunakan gerakan dengan mencubit, kemudian kulit digeserkan, jari-jari menekan dan bergerak maju, dan ibu jari menekan lalu mendorong dibelakang. Gerakan ini hanya dilakukan pada daerah punggung dan perut, baik secara membujur ataupun melintang.

#### d. Estetika Ruangan

Estetika ruang ini termasuk penataan, perlengkapan dan alat-alat yang harus ada dalam persiapan usaha. Beberapa perlengkapan yang digunakan dalam praktik, diantaranya :

- 1) Panti pijat
- 2) Papan nama
- 3) Ruang tunggu
- 4) Kamar praktik
- 5) Kamar kecil/toilet
- 6) Ruangan untuk praktik harus bersih, tidak lembab dan ventilasi yang cukup,  $\pm$  3m dan lebar 2m.
- 7) Tempat tidur
  - a) Panjang 2m dan lebar 80cm
  - b) Tinggi menyesuaikan dengan masseur. Apabila dipan terlalu rendah akan menyulitkan posisi masseur, dan apabila terlalu tinggi akan mengurangi kekuatan dan berat badan masseur.
  - c) Kasur terbuat dari kapuk supaya tidak panas

- d) Tebal tidak lebih dari 20 cm
  - e) Sprei harus bersih, dengan warna putih atau gelap yang membuat tenang. Hindari warna terang dan bahan katun yang mudah menyerap keringat.
  - f) Bantal dan guling (besar/kecil) terbuat dari kapuk.
- 8) Beberapa yang harus ada di dalam ruangan
- a) Tempat cuci tangan dan tempat sabunnya.
  - b) Rak, handuk, dan kain penutup badan
  - c) Gantungan baju, cermin, dan tempat sisir.
  - d) Krim atau minyak guna melicinkan tubuh dan memudahkan gerakan tangan pada saat memijat.
- 9) Kesehatan Lingkungan dan Individu
- a) Sanitasi (Kesehatan Lingkungan)  
Kegiatan massage juga perlu mengedepankan kesehatan lingkungan sekitar, karena akan memengaruhi kenyamanan antara masseur dan pasien. Adapun prasarana lingkungan menurut standart :
- (1) Kualitas cahaya yang cukup dan tidak remang, tetapi sumber cahaya (lampu) tidak boleh berada tepat di atas dipan.
  - (2) Kualitas udara yang bersih dengan ventilasi yang cukup
  - (3) Kualitas kebisingan yang baik dan suasana yang tenang.
  - (4) Kualitas sarana dan peralatan harus sesuai dengan kesehatan.

b) *Hiegiene* (Kesehatan Individu)

Masseur harus mempunyai tubuh yang bersih, tidak bau badan yang menyengat, tidak banyak keringat pada tubuh dan telapak tangan. Sebelum ataupun sesudah melakukan pijatan, masseur harus mencuci tangan dengan menggunakan cairan antiseptik. Masseur tidak boleh mempunyai kuku yang panjang, tidak menggunakan cincin, dan tidak memakai jam tangan pada saat memberikan pelayanan massage.

c) Untuk Pasien

Setelah dilakukan pijatan, pasien dibersihkan dengan air hangat menggunakan handuk yang bersih dan hanya satu kali pakai (untuk satu pasien).

