



## Pelatihan Pijat dan Lulur untuk Meningkatkan *Skill* Serta Pertumbuhan Ekonomi Warga Binaan Panti Sosial PGOT Mardi Utomo

### *Massage and Body Scrub Training to Improve Skills and Economic Growth for Residents of the PGOT Mardi Utomo Social Welfare Home*

Aulia Romadona<sup>1\*</sup>, Kuswidyaningrum N.J<sup>2</sup>

<sup>1-2</sup> Akademi Kesejahteraan Sosial Ibu Kartini, Semarang, Indonesia

Korespondensi penulis : [aularomadona8@gmail.com](mailto:aularomadona8@gmail.com)\*

#### **Article History:**

Received: Juli 08, 2025;

Revised: Juli 27, 2025;

Accepted: Agustus 18, 2025;

Published: Agustus 20, 2025;

**Keywords:** Economic Growth, Body Massage, Non-Formal Training, Social Welfare Institutions, Street Children, Tri Dharma of Higher Education.

**Abstract:** *Massage and Scrub Training to Improve Skills and Economic Growth for Residents of the PGOT Mardi Utomo Social Home. This training will begin with theory and practice. The theory refers to client diagnosis, followed by five basic movements and cost calculations. After receiving t Massage and Scrub Training to Improve Skills and Economic Growth for Residents of the PGOT Mardi Utomo Social Home. This training will begin with theory and practice. The theory refers to client diagnosis, followed by five basic movements and cost calculations. After receiving the training, inmates will also gain an understanding of spa and body scrub massage. The training's rationale is to respond to the needs of inmates and to assist with their individual needs. These massage and body scrub services are services for body care, such as relaxation. The training's rationale is to respond to the needs of inmates and to assist with their individual needs. These massage and body scrub services are services for body care, such as relaxation. he training, inmates will also gain an understanding of spa and body scrub massage. The training's rationale is to respond to the needs of inmates and to assist with their individual needs. These massage and body scrub services are services for body care, such as relaxation. Ongoing activities, assisting partners in implementing activities and additions to the Tri Dharma of Higher Education*

#### **Abstrak**

Pelatihan Pijat Dan Lulur Untuk Meningkatkan Skill Serta Pertumbuhan Ekonomi Warga Binaan Panti Sosial PGOT Mardi Utomo pelatihan tersebut akan dimulai dari teori dan praktek, teori yang di maksud dimaksud disini adalah diagnosa pelanggan kemudian 5 gerakan dasar serta penghitungan cost untuk warga binaan setelah mendapatkan pelatihan, juga dapat pengertian tentang SPA dan pijat lulur. Pelatihan Pijat Dan Lulur Untuk Meningkatkan Skill Serta Pertumbuhan Ekonomi Warga Binaan Panti Sosial PGOT Mardi Utomo pelatihan tersebut akan dimulai dari teori dan praktek, teori yang di maksud dimaksud disini adalah diagnosa pelanggan kemudian 5 gerakan dasar serta penghitungan cost untuk warga binaan setelah mendapatkan pelatihan, juga dapat pengertian tentang SPA dan pijat lulur. Dasar pemikirannya pelatihan ini untuk merespon kebutuhan warga binaan agar dapat membantu kebutuhan masing masing individu. Jasa layanan pijat dan lulur ini adlah layanan untuk merawat badan seperti rileksasi. Dasar pemikirannya pelatihan ini untuk merespon kebutuhan warga binaan agar dapat membantu kebutuhan masing masing individu. Jasa layanan pijat dan lulur ini adlah layanan untuk merawat badan seperti rileksasi. Berlangsungnya kegiatan, membantu mitra dalam melaksanakan kegiatan dan tambahan dari Tri Dharma Perguruan Tinggi.

**Kata Kunci :** Anak Jalanan, Panti Sosial, Pelatihan Non Formal, Pertumbuhan Ekonomi, Pijat Badan, Tri Dharma Perguruan Tinggi.

## 1. PENDAHULUAN

Anak jalanan dan orang terlantar adalah permasalahan yang krusial yang terjadi di Indonesia saat ini (Jannah, 2021). Kehidupan masa sekarang, khususnya di kota-kota besar, sangat sering dan tergolong banyak ditemui anak jalanan dan orang terlantar. Hal ini menarik perhatian pemerintah, terlebih karena anak jalanan dan orang terlantar sangat rentan terkena kekerasan, eksploitasi, penjerumusan ke perilaku buruk, dan tindakan kriminal (Zaradiva & Megawati, 2023).

Masalah anak jalanan dan orang terlantar ini sangat kompleks bahkan menjadi perhatian dunia Internasional, perhatian tersebut di tuangkan dalam pengaturan hak sipil, ekonomi, politik dan kultural (Yusrizal & Asmara, 2022). Berdasarkan data Kementerian Sosial yang diperoleh dari Dashboard Data Terpadu Kesejahteraan Sosial (DTKS) per 15 Desember 2020, jumlah anak terlantar di Indonesia sebanyak 67.368 orang, termasuk didalamnya anak yang hidup di jalanan.

Sesuai dengan (Mugianti & Winarni, 2025) Dalam mengatasi permasalahan yang ada saat ini pemerintah membentuk lembaga sosial dan panti dinas sosial, hingga pihak lembaga swasta, dengan metode pertolongan terhadap anak jalanan dan orang terlantar (Albe, 2024). Kegiatan ini berpedoman dengan konsep pertolongan pelayanan sosial dalam lingkup pekerja sosial yang dimana konsep pemberdayaan. Program pemberdayaan dapat dikatakan solusi anak jalanan. Pendapat (Mustangin, 2020) secara konsep pemberdayaan memiliki fokus bagaimana individu, kelompok, maupun komunitas berusaha mengontrol kehidupan mereka sendiri.

Pelatihan ini di latar belakang oleh program pemerintah yang bertujuan memberikan keterampilan kepada masyarakat untuk meningkatkan kreatifitas yang dapat menambah perekonomian para warga binaan (Candra et al., 2024). Hingga mengurangi angka pengangguran yang ada di Indonesia. Upaya pemerintah ini dapat di buktikan dengan mengadakan pelatihan untuk anak jalanan dan orang terlantar sehingga memiliki skill yang layak untuk meningkatkan perekonomian warga binaan setelah mendapatkan pelatihan.

Pelatihan ini di laksanakan dan di garab oleh dinas sosial yang mempercayai Panti sosial PGOT Mardi Utomo. Dalam hal ini pelatihan yang dilakukan adalah perawatan badan yaitu Massage dan lulur, untuk meningkatkan perekonomian warga binaan.

Pelatihan massage dan lulur ini diharapkan dapat menjadi lading usaha untuk warga binaan panti PGOT Mardi Utomo dan mengatasi pengangguran serta dapat menjadi pencarian utama.

Menurut (Sestri, 2025) mengatakan massase lulur saat ini sangat berdampak besar dalam meningkatkan mata pencarian dikarenakan treatment yang di lakukan dapat menjadi usaha Home Service, karena di masa saat ini home service banyak menjadi pilihan para konsumen. Kegiatan ini berjalan Karena kerjasama antara AKS Ibu Kartini dengan Pansti Sosial Mardi Utomo.

Pada dasarnya pelatihan Massage dan Lulur ini melibatkan banyak tubuh anggota tubuh yang bergerak karena menggunakan tekanan yang berasal dari badan. Sejalan dengan yang di tulis oleh (Minerva, 2022) perawatan tubuh memberikan banyak manfaat yang menjadikan kulit sehat, kulit segar dan lebih bercahaya,serta menikatkan percaya diri seseorang untuk tampil di depan umum. Dengan melakukan perawatan secara teratur, massage dan lulur juga menutrisi kulit dengan baik sehingga kulit tetap sehat dan terlihat baik,perawatan tubuh juga dapat di lakukan di salon, ataupun di rumah.ustri jasa massage dan lulur mengalami peningkatan kebutuhan wanita akan penampilannya dan pertumbuhan popilasi serta perkembangan gaya hidup yang setiap tahun meningkat.

Meskipun bisnis ini tidak menjanjikan keuntungan besar dengan modal kecil, namun perencanaan yang matang. (Dewi, 2021) juga mengatakan bahwa pijat dan lulur dapat di peruntukkan wisatawan yang sedang berlibur di tempat wisata sehingga menbah income bagi masyarakat.Pelatihan Pijat Dan Lulur Untuk Meningkatkan Skill Serta Pertumbuhan Ekonomi Warga Binaan Panti Sosial PGOT Mardi Utomo pelatihan tersebut akan dimulai dari teori dan praktek, teori yang di maksud dimaksud disini adalah diagnosa pelanggan kemudian 5 gerakan dasar serta penghitungan cost untuk warga binaan setelah mendapatkan pelatihan, juga dapat pengertian tentang SPA dan pijat lulur.

Dasar pemikirannya pelatihan ini untuk merespon kebutuhan warga binaan agar dapat membantu kebutuhan masing masing individu. Jasa layanan pijat dan ulur ini adlah layanan untuk merawat badan seperti rileksasi.Anak jalanan dan orang terlantar adalah permasalahan yang krusial yang terjadi di Indonesia saat ini. Kehidupan masa sekarang kususny di kota kota besar sangat sering dan tergolong banyak di temui anak jalanan dan orang terlantar. Hal ini menarik perhatian pemerintah terlebih karena anak jalanan dan ornag terlantar sangat rentan terkena kekerasan, eksploitasi,penjerumusan ke perilaku buruk dan tindakan kriminal.

Masalah anak jalanan dan orang terlantar ini sangat kompleks bahkan menjadi perhatian dunia Internasional, perhatian tersebut di tuangkan dalam pengaturan hak hak sipil, ekonomi, politik dan kultural. Berdasarkan data Kementrian Sosial yang diperoleh dari (Sosial, 2020)Dasbor Terpadu Kesejahteraan social 15Desember2020, jumlah anak terlantar di Indonesia sebanyak 67.368 orang, termasuk didalamnya anak yang hidup di jalanan.

Sependapat dengan (Mugianti & Winarni, 2025) Dalam mengatasi permasalahan yang ada saat ini pemerintah membentuk lembaga social dan panti dinas social, hingga pihak lembaga swasta, dengan metode pertolongan terhadap anak jalanan dan orang terlantar. Kegiatan ini berpedoman dengan konsep pertolongan pelayanan social dalam lingkup pekerja social yang dimana konsep pemberdayaan. Program pemberdayaan dapat dikatakan solusi anak jalanan. Pendapat (Mustangin, 2020) secara konsep pemberdayaan memiliki focus bagaimana individu, kelompok, maupun komunitas berusaha mengontrol kehidupan mereka sendiri.

(Fatoni, 2020) menyebutkan dalam tulisannya dimana pendidikan adalah posisi yang netral dalam pembangunan karena menunjukkan kualitas suatu negara. Pendapat tersebut juga di nyatakan oleh (Raharjo, 2018) dengan memberikan anak jalan dan orang terlantar dapat memenuhi pencapaian dan penyerataan ilmu. Pelatihan ini di latar belakang oleh program pemerintah yang bertujuan memberikan keterampilan kepada masyarakat untuk meningkatkan kreatifitas yang dapat menambah perekonomian para warga binaan. Hingga mengurangi angka pengangguran yang ada di Indonesia. (Phamungkas, 2017) Upaya pemerintah ini dapat di buktikan dengan mengadakan pelatihan untuk anak jalanan dan orang terlantar sehingga memiliki skill yang layak untuk meningkatkan perekonomian warga binaan setelah mendapatkan pelatihan.

Pelatihan ini di laksanakan dan di garap oleh dinas social yang mempercayai Panti social PGOT Mardi Utomo. Dalam hal ini pelatihan yang dilakukan adalah perawatan badan yaitu Massage dan lulur, untuk meningkatkan perekonomian warga binaan.

Pelatihan massage dan lulur ini diharapkan dapat menjadi lading usaha untuk warga binaan panti PGOT Mardi Utomo dan mengatasi pengangguran serta dapat menjadi pencarian utama.

Menurut (Sestri, 2025) mengatakan massage lulur saat ini sangat berdampak besar dalam meningkatkan mata pencarian dikarenakan treatment yang di lakukan dapat menjadi usaha Home Service, karena di masa saat ini home service banyak menjadi pilihan para konsumen.

Kegiatan ini berjalan Karena kerjasama antara AKS Ibu Kartini dengan Pansti Sosial Mardi Utomo. Pada dasarnya pelatihan Massage dan Lulur ini melibatkan banyak tubuh anggota tubuh yang bergerak karena menggunakan tekanan yang berasal dari badan. Sejalan dengan yang di tulis oleh (Minerva, 2022) perawatan tubuh memberikan banyak manfaat yang menjadikan kulit sehat, kulit segar dan lebih bercahaya,serta meningkatkan percaya diri seseorang untuk tampil di depan umum. Menurut (Nilawati, 2021) Dengan melakukan perawatan secara teratur, massage dan lulur juga menutrisi kulit dengan baik sehingga kulit

tetap sehat dan terlihat baik, perawatan tubuh juga dapat dilakukan di salon, ataupun di rumah. Ujri jasa massage dan lulur mengalami peningkatan kebutuhan wanita akan penampilannya dan pertumbuhan populasi serta perkembangan gaya hidup yang setiap tahun meningkat. Meskipun bisnis ini tidak menjanjikan keuntungan besar dengan modal kecil, namun perencanaan yang matang. (Dewi, 2021) juga mengatakan bahwa pijat dan lulur dapat di peruntukkan wisatawan yang sedang berlibur di tempat wisata sehingga menbah income bagi masyarakat. Berdasarkan hasil penelitian (Novaldi, 2024) mengatakan bahwa praktek dan teori dalam pelatihan tak dapat di pisahkan karena mengandung pembelajaran tentang anatomi fisiologi yang wajib di ketahui oleh teerapist.

Pelatihan Pijat Dan Lulur Untuk Meningkatkan Skill Serta Pertumbuhan Ekonomi Warga Binaan Panti Sosial PGOT Mardi Utomo pelatihan tersebut akan dimulai dari teori dan praktek, teori yang di maksud dimaksud disini adalah diagnosa pelanggan kemudian 5 gerakan dasar serta penghitungan *cost* untuk warga binaan setelah mendapatkan pelatihan, juga dapat pengertian tentang SPA dan pijat lulur.

Dasar pemikirannya pelatihan ini untuk merespon kebutuhan warga binaan agar dapat membantu kebutuhan masing masing individu. Jasa layanan pijat dan lulur ini adalah layanan untuk merawat badan seperti rileksasi. Sarana prasarana yang digunakan dalam pelatihan pijat dan lulur adalah 1) Ruang Kelas; 2) Washom Pencuci Kaki; 3) Kursi; 4) Matras; 5) Spray; 6) Selimut; 7) Cawan; 8) Wash Lap; 9) Washkom sedang

## 2. METODE

Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ini selalu di adakan secara rutin setahun 2 kali di Panti PGOT Mardi Utomo yang bertempat di Jalan Mulawarman, Kramas Semarang. Kegiatan ini diikuti oleh 10 orang warga binaan yang dimana wargabinaan tersebut merupakan Pengemis anak jalanan dan orang terlantar. Dosen tata rias menggunakan metode ceramah dan tanya jawab dan praktek dalam mengisi acara pengabdian . cerama dilakukan untuk memberi motivasi dan materi untuk warga binaan Panti PGOT Mardi Utomo, metode tanya jawab juga diberikan kepada warga binaan sejauh mana mereka mengetahui tentang pijat badan dan lulur, dan sesi praktek adalah mempraktekan apa yang sudah mereka pelajari agar mereka tidak lupa, dikarenakan kondisi fisik dan mental yang kurang baik dari sebelumnya.

Berlangsungnya kegiatan, membantu mitra dalam melaksanakan kegiatan dan tambahan dari Tri Dharma Perguruan Tinggi. Pengabdian Kepada Masyarakat memiliki tahapan yaitu: Mempersiapkan Administrasi yang surat permohonan pengabdian dari PGOT maupun dari AKS Ibu Kartini pada tahapan awal kegiatan. Tahapan selanjutnya adalah dosen

dosen tatarias dan mahasiswa melaksanakan kegiatan tersebut dengan metode ceramah tanya jawab dan praktek. Kegiatan PKM ini dilaksanakan di AULA Panti Sosial PGOT Mardi Utomo jl. Mulawarman, Kramas, Semarang. Setelah kegiatan Pembukaan pelatihan masuklah kepada kegiatan teori yang meliputi diskusi pendekatan secara emosional dan penjabaran terkait pijat dan lulur, pemasaran produk, materi tersebut di paparkan Pelatihan Pijat Dan Lulur Untuk Meningkatkan Skill Serta Pertumbuhan Ekonomi Warga Binaan Panti Sosial PGOT Mardi Utomorkan oleh dosen tatarias. Kemudian tahapan tanya jawab di berikan oleh narasumber untuk warga binaan terkait pembelajaran serta pengalaman yang mereka temukan seputar pijat dan lulur dengan begitu warga binaan yang mengikuti pelatihan paham secara mekanisme kegiatan. Setelah pelatihan selesai kegiatan di tutup oleh penyelenggara kegiatan dan foto bersama.



**Gambar 1.** Pelaksanaan Kegiatan

### 3. HASIL

Pelaksanaan kegiatan pelatihan dengan 5 teknik gerakan dasar pijat badan dan lulur di Panti Sosial PGOT Mardi Utomo diawali dari gerakan mengusap, mencubit/meremas, rotasi/memutar/menepuk. Kemudian memberikan praktek di mulai dari peregangan.

Waktu yang digunakan untuk pelatihan sebanyak 28 jam pertemuan. Pada kegiatan pelatihan ini sehari sebanyak 2 jam pelajaran. Kegiatan selanjutnya adalah evaluasi tentang hasil praktek yang telah dilaksanakan oleh warga binaan, dengan harapan warga binaan saling berdiskusi tentang kesulitan yang mereka hadapi selama praktek, tips dan trik tentang penyambutan tamu, mengatur emosional diri, dan memberikan ruang kepada warga binaan untuk berdiskusi secara rileks dengan pertanyaan yang diajukan.

Pengabdian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan dan mengembangkan skill diri terciptanya upaya meningkatkan ekonomi warga binaan. Dengan adanya pelatihan ini membantu pemerintah mengurangi angka pengangguran dan masyarakat

dapat memberikan kehidupan bagi keluarganya sehingga memberikan hidup yang layak.

Melalu 5 gerakan dasar yang di pelajari oleh warga binaan Panti Sosial PGOT Mardi Utomo diatur menjadi 4 set gerakan agar mencapai waktu yang di tentukan, kemudian dilanjutkan dengan lulur yang berfungsi untuk membersihkan kulit, waktu yang mereka pelajari sebanyak 90 menit untuk pijat refleksi dan 60 menit untuk lulur.

Lulur dilakukan menggunakan gerakan *efflurege dan rotasi*, sepanjang pelatihan peserta antusias mengikuti pelajaran yang di sajikan oleh narasumber. Warga binaan merasakan manfaat yang cukup baik untuk mereka sehingga mereka antusias untuk hadir dan aktif selama pelatihan.

#### 4. DISKUSI

Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat:

Gambar di bawah ini adalah gambar kegiatan yang di lakukan selama berlangsungnya kegiatan di Panti Sosial PGOT Mardi Utomo, di mulai dari penyampaian materi hingga praktek yang akan mereka lakukan secara bergantian



**Gambar 2.** Praktek Pijat

## 5. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Pelatihan Pijat Dan Lulur Untuk Meningkatkan Skill Serta Pertumbuhan Ekonomi Warga Binaan Panti Sosial PGOT Mardi Utomo berjalan dengan baik dan seluruh warga binaan di harapkan dapat menjalankan usaha dengan baik sehingga pertumbuhan ekonominya semakin membaik.

## PENGAKUAN

Ucapan terimakasih kepada pimpinan Panti Sosial PGOT Mardi Utomo telah memberikan kami Dosen AKS Ibu Kartini dapat memberikan Pengabdian Kepada Masyarakat bawgi warga binaan Panti Sosial PGOT Mardi Utomo.

## DAFTAR REFERENSI

- Albe, U. K. (2024). Efektivitas pelayanan sosial bagi pengemis, gelandangan, dan orang terlantar (PGOT) di Rumah Singgah Dinas Sosial Kabupaten Klaten. Skripsi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Candra, H. M. K., Irayadi, M., & Hermawan, M. B. (2024). Perlindungan hukum komprehensif bagi anak jalanan di Indonesia: Analisis kritis implementasi Undang-Undang No. 35 Tahun 2014 dalam perspektif kriminologi. *Postulat*, 2(1), 12–16. <https://doi.org/10.37010/postulat.v2i1.1456>
- Fatoni. (2020). Wawasan pendidikan (pendidikan dan pendidik). *Mid Pendidikan Dasar Islam*, 3(1), 65–79. <https://doi.org/10.52166/mida.v3i1.1841>
- Jannah, S. (2021). Penanggulangan eksploitasi anak jalanan di Makassar. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Sosiologi*, 5(1).
- Minerva, A., & . (2022). Penerapan standar kompetensi SPA badan pada salon kecantikan di Padang Utara. *ResearchGate*, 4, 4–35. <https://doi.org/10.24036/jitrk.v4i1.93>
- Mugianti, S., & Winarni, S. P. (2025). Faktor penyebab remaja menjadi anak jalanan. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 7, 25–31. <https://doi.org/10.31290/jpk.v7i1.292>
- Mustangin. (2020). Analisis proses perencanaan program pendidikan nonformal bagi anak jalanan di klinik jalanan Samarinda. *Pepatusdu: Media Pendidikan dan Sosial Keemasyarakatan*, 16, 2–9. <https://doi.org/10.35329/fkip.v16i1.656>
- Nilawati, I. K. (2021). Pelatihan massage kebugaran, kesehatan, dan kecantikan untuk menciptakan peluang kerja pada ibu-ibu PKK di Desa Pringsari. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE) Fakultas Ilmu Kesehatan*, 16–20.
- Novaldi, H. (2024). Penerapan standar kompetensi sante per aqua (spa) pada pelayanan home spa di Kota Padang. *Beauty AN Cosmetic Journal*, 5, 1–7.
- Phamungkas. (2017). Program rancangan pendidikan wira usahaan berbasis pendidikan luar sekolah. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Nonformal Universitas Bengkulu*, 1(1), 199–206.
- Raharjo. (2018). Pemberdayaan anak jalanan sebagai upaya penyadaran belajar melalui kesetaraan di Kota Banjarmasin. *Jurnal Pendidikan Non Formal*, 13(2), 63–39.

- Sestri, S. (2025). Pelatihan teknik massage sebagai upaya dalam meningkatkan relaksasi dan mengurangi kelelahan pada ibu-ibu Desa Karangnongko. *Jurnal Bina Desa*, 7, 44–50. Retrieved from <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/jurnalbinadesa>
- Sosial, K. (2020). Data terpadu kesejahteraan sosial. *Dasbor Data*, 1.
- Yusrizal, & Asmara, S. (2022). Mengurai fenomena gelandangan dan pengemis di Indonesia. Dinas Sosial Kota Banda Aceh.
- Zaradiva, A. M., & Megawati, W. (2023). Perlindungan hukum terhadap eksploitasi anak jalanan (studi kasus di Dinas Sosial Kota Semarang). *Unes Journal of Swara Justisia*, 7(3), 854–867. <https://doi.org/10.31933/ujsj.v7i3.384>