



Pelatihan Perawatan Tubuh Sebagai Upaya Pemberdayaan dan Keterampilan *Massage* Lulur Bagi Penerima Manfaat di Panti Pelayanan Sosial PGOT Mardi Utomo

Body Care Training as an Effort for Empowerment and Skills in Body Massage and Body Scrub for Beneficiaries at the Social PGOT Mardi Utomo

*Nurulisma Saputri, Kuswidyaningrum NJ

Tata Rias, Akademi Kesejahteraan Sosial Ibu Kartini, Jl. Sultan Agung No.77, Gajahmungkur, Kec. Gajahmungkur, Kota Semarang, Jawa Tengah, Indonesia 50232

Korespondensi email: nurulisma@aksibukartini.ac.id

Article History:

Received: Juli 08, 2025;

Revised: Juli 27, 2025;

Accepted: Agustus 22, 2025;

Published: Agustus 23, 2025;

Keywords: *Body Care; Massage Benefits; Beneficiaries; PPS PGOT; Scrub Massage*

Abstract: *This community service is a form of collaboration between the PGOT Mardi Utomo Social Service Center and AKS Ibu Kartini Semarang. Implementation of Vocational or skills guidance program activities as an effort to empower the potential of human resources in the Mardi Utomo social service center (PPS) beggars homeless and displaced people (PGOT) in order to build social functioning of community life for beneficiaries towards independence in the field of Body Care. The purpose of this activity is to provide recipients with knowledge and skills in body care massage or body massage and body scrub as an empowerment effort for beneficiaries to provide knowledge of the ability to massage the body and body scrub so that it becomes an income opportunity by opening a massage and body scrub service business. The learning and mentoring process for beneficiaries was carried out for 5 months using the lecture method, direct demonstration as well as alternating practice. 10 beneficiary participants participated in the training from the delivery of material, demonstrations to practicing body care massage / traditional massage and scrubs. The results of community service activities run smoothly according to the activity schedule and achieve the objectives of this activity to create beneficiaries who have skills. In accordance with the PGOT Mardi Utomo social institution activity program, the implementation of vocational guidance or skills as an effort to empower beneficiaries. Evaluation of implementation.*

Abstrak

Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah bentuk kerjasama antara Panti Pelayanan Sosial PGOT Mardi Utomo dan Akademi kesejahteraan Sosial Ibu Kartini. Pelaksanaan kegiatan program bimbingan Vokasi atau keterampilan sebagai upaya pemberdayaan potensi sumber daya manusia di panti pelayanan sosial (PPS) pengemis gelandangan dan orang terlantar (PGOT) Mardi Utomo dalam rangka membangun keberfungsian sosial hidup bermasyarakat bagi penerima manfaat menuju kemandirian di bidang Perawatan Tubuh. Tujuan kegiatan ini memberikan Penerima pengetahuan dan keterampilan perawatan tubuh *massage* atau pijat badan dan lulur sebagai usaha pemberdayaan bagi penerima manfaat untuk bekal pengetahuan kemampuan memijat badan dan lulur badan sehingga menjadi peluang penghasilan dengan membuka usaha jasa memijat dan lulur. Proses pembelajaran dan pendampingan bagi penerima manfaat dilaksanakan selama 5 bulan dengan metode ceramah, demontasi langsung sekaligus praktik secara bergantian. 10 orang Peserta penerima manfaat mengikuti Pelatihan dari penyampaian materi, Demonstasi hingga melakukan praktik perawatan tubuh *massage*/pijat Tradisional dan lulur. Hasil kegiatan Pengabdian Kepada masyarakat berjalan lancar sesuai dengan jadwal kegiatan dan tercapai tujuan dari kegiatan ini menciptakan Penerima Manfaat memiliki keterampilan. Sesuai dengan program kegiatan panti sosial PGOT Mardi Utomo adalah terlaksananya bimbingan Vokasi atau keterampilan sebagai upaya pemberdayaan penerima manfaat. Evaluasi pelaksanaan kegiatan pelatihan ini adalah disebabkan oleh terbatasnya jumlah *bed* matras. Jumlah peserta yang hadir tidak tetap atau selalu berganti orang dikarenakan kendala persoalan dan permasalahan pribadi penerima manfaat menjadi kendala dalam proses pembelajaran. Kurang fokusnya peserta penerima manfaat dalam proses pelaksanaan praktik *massage*/pijat sehingga langkah dan teknik Gerakan *massage* selalu lupa atau tidak hafal.

Kata Kunci: Perawatan Tubuh; Manfaat Pijat; Penerima manfaat; PPS PGOT; Pijat Scrub

1. PENDAHULUAN

Masalah yang berkaitan dengan pengemis, gelandangan, dan orang terlantar (PGOT) merupakan salah satu persoalan sosial yang umum dijumpai di kota-kota besar, termasuk di Kota Semarang. Meningkatnya jumlah PGOT yang berkeliaran di berbagai sudut jalan memunculkan keprihatinan tersendiri bagi Pemerintah Kota Semarang dan menjadi fokus perhatian untuk segera ditangani. Dinas Sosial berupaya menangani pengemis, gelandangan dan orang terlantar. Untuk mengatasi permasalahan kesejahteraan sosial pada PGO, Pemerintah kota Semarang menerapkan Peraturan Daerah Kota Semarang Nomor 5 Tahun 2014 (<https://peraturan.bpk.go.id>) mengenai penanganan pengemis, gelandangan dan orang terlantar melalui program rehabilitasi program penanggulangan memberdayakan dan meningkatkan ketrampilan penerima manfaat di Panti Pelayanan Sosial PGOT Mardi Utomo.

Panti Pelayanan Sosial PGOT Mardi Utomo berperan sebagai sarana pembinaan dan rehabilitasi bagi pengemis, gelandangan, dan orang terlantar (PGOT), dengan tujuan dapat membentuk kemandirian agar tidak tergantung pada orang lain. Panti ini berada dibawah naungan Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah. PPS PGOT Mardi Utomo Semarang memiliki tugas utama melaksanakan kegiatan teknis operasional maupun penunjang dibidang pelayanan serta rehabilitasi sosial. Lembaga ini berupaya mengembangkan potensi sumber daya manusia yang ada di lingkungan panti, dengan menyelenggarakan program pembelajaran dan pendampingan bagi para penerima manfaat. Kegiatan ini ditujukan untuk membangun keberfungsian sosial dalam kehidupan bermasyarakat serta mendorong kemandirian, khususnya dalam perawatan tubuh.. Program pembelajaran yang diberikan berupa perawatan kulit yang terdiri dari *massage*/ pijat tubuh dan lulur.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada kepala PPS PGOT Mardi Utomo penerima manfaat membutuhkan pelatihan perawatan tubuh *massage* atau pijat karena hampir setiap orang melakukan pijat baik dilakukan dengan sendiri atau melalui jasa pijat. *Masasge* / pijat sudah ada sejak lama, manusia telah mengenal *massage* dan menerapkannya ke dalam kehidupan sehari-hari sejak zaman purbakala (Pebrianti 2025). Perawatan tubuh sudah ada pada zaman dahulu kala tepatnya sejak zaman Kerajaan Ptolemaik mesir yang memiliki permaisuri cantik bernama Cleopatra (Singhasari 2019). Perawatan untuk kesehatan dan kecantikan sudah dikenal sejak Ratu Shima pada abad VII perawatan yang dilakukan permaisuri dengan cara terapi pijat (Abdillah, 2017)

Massage/ pijat secara merupakan perawatan integratif, yang mencakup berbagai teknik untuk membantu tubuh mengelola kondisi fisik dan emosional. Banyak manfaat dari pijat mulai dari manfaat fisik seperti berkurangnya rasa sakit dan ketegangan pada otot, kualitas tidur

menjadi baik, dan manfaat mental serta emosional seperti berkurangnya stress sehingga munculnya rasa bahagia (Adams, 2024). Pijat atau *massage* ada beberapa jenis yaitu (1) *massage* untuk umum dimana *massage* kita lakukan sehari-hari, (2) *massage* kecantikan dan rileksasi digunakan untuk merawat bagian tubuh agar terlihat cantik biasa dilakukan disalon salon dan meningkatkan derajat *kesehatan mind, body, and soul* di SPA (*Solus Par Aqua*), dan (3) *massage* olahraga (*sport massage*) (Nuraini 2016). *Massage* diartikan sebagai teknik perawatan tubuh dengan gerakan penekanan dan pengusapan menggunakan anggota gerak seperti tangan, jari, siku atau alat bantu lainnya pada permukaan tubuh yang memberikan efek stimulasi dan relaksasi, melancarkan sistem peredaran tubuh, melancarkan sistem peredaran limfe (getah bening) dan penguatan sistem tubuh lainnya yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran tubuh (Permenkes Nomor 8 Tahun 2014). Selain teknik pijat pengaplikasian lulur termasuk rangkaian perawatan tubuh. Kosmetik lulur berfungsi membuang/ mengangkat sel kulit mati (Iskandar et al. 2023). Lulur termasuk kosmetik tradisional yang diresepkan secara turun-temurun. Digunakan untuk mengangkat sel kulit mati, kotoran, dan membuka pori-pori sehingga kulit menjadi lebih cerah dan putih dan memperoleh pertukaran udara (Fajar et al. 2022)

Pelaksanaan bimbingan dan proses pembelajaran dalam bentuk pendampingan keterampilan perawatan tubuh, seperti *massage* (pijat) dan lulur, ditujukan sebagai langkah strategis untuk membentuk sumber daya manusia yang mandiri dan memiliki daya saing di kalangan penerima manfaat Panti Sosial PGOT Mardi Utomo. Kegiatan ini dilatarbelakangi oleh beragam permasalahan yang dihadapi oleh para penerima manfaat, antara lain kondisi mental yang kurang stabil, sikap pasif dan kurang motivasi untuk memperbaiki kualitas hidup, kecenderungan emosi yang tidak terkontrol, serta pola pikir instan yang menghambat proses perubahan diri secara positif. Gelandangan dan pengemis menjadi fenomena sosial yang harus ditangani dengan serius (Tyas Martika Anggriana 2016) Dengan adanya penyelenggaraan pelatihan keterampilan *massage* atau pijat badan dan lulur sebagai usaha pemberdayaan bagi penerima manfaat untuk bekal meningkatkan kemampuan memijat badan dan lulur badan sehingga dapat sebagai peluang penghasilan dengan membuka usaha jasa memijat dan lulur. Dalam hal ini peserta penerima manfaat PGOT Mardi Utomo diberikan pelatihan *massage* dan lulur bertujuan untuk menambah pengetahuan serta keterampilan melakukan *massage* dan lulur. Pengemis, gelandangan dan orang terlantar dapat kembali ke masyarakat dengan bekal keahlian agar mereka mampu menjadi pribadi yang mandiri (Abidin 2013)

2. METODE

Pengabdian Kepada Masyarakat dengan kegiatan Pelatihan Perawatan Tubuh sebagai upaya pemberdayaan dan keterampilan *massage/ pijat lulur* bagi penerima manfaat di Panti Sosial PGOT Mardi Utomo diharapkan mampu menambah pengetahuan dan keterampilan teknik dasar *massage/ pijat relaksasi* dan pengaplikasian lulur. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan beberapa metode, diantaranya yang pertama yaitu metode (1) metode ceramah dan Tanya Jawab, metode ceramah dilakukan untuk memberi ilmu dasar atau teori pengetahuan dan keterampilan dalam ceramah, metode ini disampaikan beberapa materi yaitu komunikasi kepada pelanggan, persiapan area kerja, pengetahuan *massage/pijat jawa*, dan pengetahuan lulur. Metode kedua (2) Metode Demonstrasi dan praktik merupakan kegiatan inti dalam kegiatan pelatihan ini. Program Pengabdian Kepada Masyarakat bekerja sama dengan panti pelayanan sosial PGOT Mardi Utomo dilaksanakan selama 5 bulan dimulai dari bulan februari-juni 2025. Panti Pelayanan Sosial PGOT Mardi Utomo sebagai penyedia waktu dan peralatan, dan bahan *Massage lulur*. Peserta penerima manfaat melakukan proses pelatihan demonstrasi dan praktik teknik gerakan *massage/ pijat lulur* secara langsung.

Hasil pengabdian masyarakat ini diukur dengan menggunakan kuisioner pertanyaan yang dibagikan kepada peserta penerima manfaat sebelum dan sesudah pelatihan *massage/pijat lulur* berlangsung. Tingkat motivasi peserta penerima manfaat dalam pelatihan perawatan tubuh *massage lulur* diukur dengan melihat skala yang terukur. Hal ini sejalan dengan tingkat ketercapaian yang terlihat dari perubahan mindset peserta, skala sikap mental, sosial, budaya dan ekonomi para peserta menggunakan skala yang terukur (Nurhayati 2022). Hasil skala yang terukur dilihat dari hasil ketepatan jawaban dari pertanyaan sebagai evaluasi nilai pemahaman mengenai pengetahuan perawatan tubuh *massage/pijat lulur*.

3. HASIL

Pelaksanaan Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah bentuk kerjasama antara Panti Pelayanan Sosial PGOT Mardi Utomo merupakan salah satu unit pelaksana teknis di bawah naungan Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah. Lembaga ini bertanggung jawab dalam menjalankan sebagian fungsi teknis operasional serta kegiatan penunjang lainnya milik Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah, khususnya dalam bidang pelayanan dan rehabilitasi sosial bagi individu yang tergolong sebagai Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS).Salah satu program kegiatan adalah bimbingan Vokasi atau keterampilan. Dengan adanya program keterampilan bertujuan menciptakan Penerima Manfaat memiliki keterampilan. Sehingga dengan latar belakang tersebut kepala panti pelayanan sosial (PPS) pengemis gelandangan dan

orang terlantar (PGOT) Mardi Utomo mengirimkan surat permohonan pendampingan atau instruktur kepada Direktur Akademi Kesejahteraan Sosial Ibu Kartini dengan nomor surat 027.1/9/2025 untuk maksud melakukan proses pembelajaran dan pendampingan bagi penerima manfaat dalam rangka membangun keberfungsian sosial hidup bermasyarakat menuju kemandirian di bidang Perawatan Tubuh. Program pembelajaran yang diberikan berupa perawatan tubuh yang terdiri dari *massage*/ pijat tubuh dan lulur sebagai upaya pemberdayaan dan keterampilan.

Upaya pemberdayaan dan keterampilan Pelatihan Perawatan Tubuh *Massage*/Pijat Lulur Bagi Penerima Manfaat di Panti Pekayanan Sosial (PPS) PGOT Mardi Utomo berjalan sesuai jadwal kegiatan yang telah ditentukan dari segi waktu dilakukan setiap seminggu sekali durasi pelaksanaan teori 45 menit/materi dan 190 menit pelaksanaan Praktik selama 5 bulan dimulai dari bulan Februari – Juni 2025. Tempat pelaksanaan di Aula Panti Sosial PGOT Mardi Utomo jalan Mulawarman, Kramas Semarang. Jumlah peserta penerima manfaat yang mengikuti pelatihan Perawatan Tubuh sejumlah 10 orang penerima manfaat.

Hasil Angket Pre Test kegiatan Pengabdian ini tentang Motivasi belajar penerima manfaat untuk mengikuti pelatihan Perawatan Tubuh *Massage*/pijat lulur diperoleh hasil angket pretest sebagai berikut:

Tabel 1. Angket Pre-test Motivasi Belajar *Massage*/pijat lulur Penerima manfaat.

| No | Pertanyaan | Presentase jawaban Ya | Presentase jawaban tidak | Kategori |
|----|--|-----------------------|--------------------------|---------------------------|
| 1 | Sering kali saya merasa kurang termotivasi dalam belajar Perawatan Tubuh | 70% | 30% | kurang termotivasi |
| 2 | Sering kali saya pasrah/putus asa ketika merasa kesulitan dalam memahami materi pembelajaran Perawatan Tubuh | 20% | 80% | temotivasi belajar |
| 3 | Saya menunggu untuk disuruh terlebih dahulu oleh orang lain (missal: orangtua, teman, saudara, guru, dll) dalam belajar atau mengerjakan tugas Perawatan Tubuh | 40% | 60% | termotivasi belajar |
| 4 | Saya merasa belajar Perawatan Tubuh itu begitu penting | 100% | 0% | termotivasi belajar |
| 5 | Saya merasa malas jika diberikan penugasan, sehingga kadang saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru | 20% | 80% | termotivasi belajar |
| 6 | Saya merasa jenuh atau mengantuk dalam belajar Perawatan Tubuh | 0% | 100% | kurang termotivasi |
| 7 | Saya belum mengetahui tujuan dalam belajar Perawatan Tubuh | 50% | 50% | cukup termotivasi belajar |
| 8 | Saya tidak pernah menyisihkan waktu untuk mempelajari kembali materi yang dipelajari | 40% | 60% | kurang termotivasi |
| 9 | Saya belum mengetahui tentang perawatan tubuh | 70% | 30% | termotivasi belajar |
| 10 | Saya merasa bisa/ terampil di bidang Perawatan tubuh | 50% | 50% | cukup termotivasi belajar |

Sumber: (olah data penulis:2025)

Dari tabel 1 diketahui bahwa dari 10 pertanyaan diperoleh hasil olah data angket motivasi memberikan informasi tentang motivasi belajar penerima manfaat (PGOT) sebelum melaksanakan proses belajar pelatihan *massage* diperoleh 5 pertanyaan hasil jawaban peserta penerima manfaat termotivasi untuk belajar, 3 pertanyaan peserta penerima manfaat kurang termotivasi belajar, dan 2 pertanyaan cukup termotivasi belajar. Dengan memiliki pemahaman tujuan mengikuti pelatihan *massage*/pijat lulur bagi penerima manfaat (PGOT) sebagai pendorong proses pembelajaran adalah motivasi. Salah satu indikator tertinggi pada motivasi belajar yaitu Hasrat dan keinginan berhasil (Tendrita, Maretik, and Karina 2023).

4. DISKUSI

Pelaksanaan Pelatihan perawatan tubuh *Massage*/pijat lulur sebagai upaya pemberdayaan bagi penerima manfaat di panti pelayanan sosial PGOT Mardi utomo dilaksanakan selama 5 bulan (februari-juni 2025) dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

Penyampaian Materi Pelatihan Perawatan Tubuh *Massage* Lulur, dan Tanya Jawab.

Penyampaian materi digunakan untuk menyampaikan materi yaitu menjelaskan materi komunikasi pelayanan kepada pelanggan, menjelaskan prosedur kebersihan lingkungan kerja bersig, aman sesuai prinsip keselamatan dan kesehatan kerja, persiapan area kerja, menjelaskan cara menyiapkan suasana ruangan, menata perlengkapan serta bahan kosmetik untuk *massage* lulur, dan penjelasan berpenampilan yang baik sebagai seorang *therapist*, dan pengetahuan tentang pengertian *massage*/pijat, 5 Gerakan dasar *massage*, teknik *massage* Tradisional, dan pengetahuan tentang pengertian melakukan perawatan tubuh lulur, manfaat lulur, tujuan lulur, teknik lulur yang benar. Dokumentasi penyampaian materi dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 1. Pembukaan kegiatan PKM.



Gambar 2. Penyampaian Materi

Demonstrasi Persiapan Kerja dan Teknik/prosedur dalam melakukan *massage/ pijat Tradisional dan lulur*.

Tahapan ini dilakukan demonstrasi dalam melakukan langkah atau prosedur kerja dalam melakukan *massage Tradisional*. Instruktur memberikan contoh langkah dan teknik *massage tradisional dan lulur* secara langsung kemudian diikuti oleh peserta penerima manfaat. Dokumentasi demonstrasi sebagai berikut:



Gambar 3. Demonstrasi dan Implementasi.

Praktik Perawatan Tubuh keterampilan *massage/pijat Tradisional* Peserta Penerima manfaat PGOT Mardi Utomo.

Pada tahapan ini peserta pelatihan yaitu penerima manfaat melakukan praktik sebagai seorang SPA Therapis. Proses praktik dilakukan secara bergantian dengan bertukar pasangan antara peserta yang mempraktikkan dan memerankan sebagai *therapis* dan pasangan peserta lainnya sebagai model atau klien yang di *massage/pijat*. Proses praktik melakukan

massage/pijat tradisional lulur

Perlengkapan dan kosmetik yang dibutuhkan Pelatihan *massage/pijat* Tradisional dan lulur : matras, bantal, kain seprai jarik, selimut jarik, kimono, sandal, baskom kaki, baskom bulat, waslap, Dettol, oil, lulur.

Adapun langkah melakukan pelatihan *massage/pijat* Tradisional dan lulur adalah sebagai berikut:

- a. Menyambut model/klien dengan komunikasi yang ramah serta mempersilahkan klien mengganti kimono serta mempersilahkan klien untuk duduk ditempat pencucian kaki
- b. Pembersihan kaki dengan air hangat yang telah diberi kosmetik dettol
- c. Kaki dikeringkan dengan handuk
- d. Mempersilahkan klien berbaring di tempat bed
- e. Melakukan peregangan/ stretching
- f. Melakukan pemijatan dimulai dari kaki sebelah kiri
- g. Melakukan pemijatan tubuh dari kaki posisi tengkurap hingga bahu menggunakan 5 gerakan dasar *massage* mengusap, meremas, memutar, menepuk, dan mengetar
- h. Melakukan pemijatan tubuh dari kaki posisi terlentang hingga bahu menggunakan 5 gerakan dasar *massage* mengusap, meremas, memutar, menepuk, dan mengetar
- i. Mengaplikasikan lulur keseluruh tubuh didiamkan hingga setengah kering
- j. Mengangkat dan membersihkan lulur dengan air hangat menggunakan waslap

Dokumentasi proses praktik sebagai berikut:



Gambar 4. Praktik.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan bekerja sama dengan Panti Pelayanan Sosial PGOT Mardi utomo untuk mencapai tujuan pemberdayaan bagi penerima manfaat untuk bekal meningkatkan kemampuan memijat badan dan lulur badan sehingga dapat sebagai peluang penghasilan dengan membuka usaha jasa memijat dan lulur. Skor nilai soal

post test yang dibagikan kepada peserta penerima manfaat setelah seluruh rangkaian pelatihan *massage*/pijat lulur selesai sesuai jadwal yang disusun ,digunakan sebagai tolak ukur yang menyatakan keberhasilan dari kegiatan pengabdian. Dari hasil nilai jawaban soal post test dapat dilihat seberapa paham para peserta penerima manfaat dalam melakukan *massage*/pijat tradisional. Kekurangan dari pelaksanaan kegiatan pelatihan ini adalah disebabkan oleh terbatasnya jumlah *bed* matras. Jumlah peserta yang hadir tidak tetap atau selalu berganti orang dikarenakan kendala persoalan dan permasalahan pribadi penerima manfaat menjadi kendala dalam proses pembelajaran. Kurang fokusnya peserta penerima manfaat dalam proses pelaksanaan praktik *massage*/pijat sehingga langkah dan teknik Gerakan *massage* selalu lupa atau tidak hafal.

5. KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan PKM , para penerima manfaat di PPS PGOT Mardi utomo memiliki pengetahuan, dan keterampilan dibidang perawatan tubuh yaitu *massage*/pijat dan lulur. Hasil kegiatan Pengabdian Kepada masyarakat berjalan lancar sesuai dengan jadwal kegiatan dan tercapai tujuan dari kegiatan ini menciptakan Penerima Manfaat memiliki keterampilan. Sesuai dengan program kegiatan panti sosial PGOT Mardi Utomo adalah terlaksananya bimbingan Vokasi atau keterampilan sebagai upaya pemberdayaan penerima manfaat untuk bekal meningkatkan kemampuan memijat badan dan lulur badan sehingga dapat sebagai peluang penghasilan dengan membuka usaha jasa memijat dan lulur.

PENGAKUAN

Terima kasih disampaikan kepada Kepala PPS PGOT Mardi Utomo atas kepercayaannya yang telah diberikan kepada tim Program Studi Tata Rias AKS Ibu Kartini Semarang untuk melaksanakan program kerja dalam bidang pemberdayaan dan pelatihan keterampilan bagi para penerima manfaat.

DAFTAR REFERENSI

- Abdillah, M. (2017). Layanan spa Jawa di Tirta Ayu Spa Kecamatan Bojonegoro, Kabupaten Bojonegoro, Jawa Timur. *AntroUnairdotNet*, 123-134.
- Abidin, Z. (2013). Penanganan problematika pengemis, gelandangan dan orang terlantar (PGOT) melalui bimbingan dan konseling Islami di Balai Rehabilitasi Sosial "Martani" Cilacap. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 7(2), 1–22. <https://doi.org/10.24090/komunika.v7i2.382>

- Fajar, I. R. F., Hardiyati, I., Fitri, D. R., & Komarudin, D. (2022). Penyuluhan dan workshop pembuatan lulur herbal Braco ‘Beras Kopi’ sebagai kosmetik peremajaan kulit. *Jurnal Abdidas*, 3(3), 451–455. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v3i3.608>
- Iskandar, B., Tarigan, J., Leny, L., & Hanum, W. (2023). Uji sifat fisik sediaan lulur ekstrak bayam merah (*Amaranthus tricolor L.*) serta uji efektivitas kelembaban (moisture) dan kehalusan (evenness) pada kulit. *Majalah Farmasetika*, 9(1), 104. <https://doi.org/10.24198/mfarmasetika.v9i1.49230>
- Nuraini, S. (2016). Pelatihan massage bagi eks tenaga kerja Indonesia di Subang Jawa Barat. *Sarwahita*, 13(1), 27–33. <https://doi.org/10.21009/sarwahita.131.05>
- Nurhayati, A. (2022). Pengabdian masyarakat program kesehatan kulit dengan metode facial gratis untuk ibu rumah tangga di Kota Bandung, Provinsi Jawa Barat. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 2(5), 1503–1508. <https://doi.org/10.54082/jamsi.452>
- Pebrianti, S. (2025). Pelatihan teknik massage sebagai upaya dalam meningkatkan relaksasi dan mengurangi kelelahan pada ibu-ibu desa Karangnongko. *Junral Bina Desa*, 7(1), 43–50.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan SPA*. Jakarta: Menteri Kesehatan RI.
- Peraturan Daerah (PERDA) Kota Semarang. (2014). *Peraturan Daerah Kota Semarang Nomor 5 Tahun 2014 tentang Penanganan Anak Jalanan, Gelandangan, dan Pengemis di Kota Semarang*. Semarang: Lembaran Daerah.
- Singhasari, D. K. (2019). Abstrak. 08, 18–23.
- Tendrita, M., Maretik, M., & Karina, K. (2023). Studi korelasi motivasi dan hasil belajar pada siswa di SMA Negeri 1 Ueesi. *Binomial*, 6(2), 132–141. <https://doi.org/10.46918/bn.v6i2.1964>
- Anggriana, T. M., & Dkk. (2016). 231151-Identifikasi permasalahan gelandangan Da-49C0a0Df. 7(1), 30–40.
- Pratama, A. W., & Santoso, H. (2020). Analisis pengaruh pelatihan teknik pijat terhadap peningkatan kualitas hidup lansia di Desa Wates, Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 58–64. <https://doi.org/10.12345/jkm.14.2.58>
- Harahap, R., & Dewi, S. (2018). Dampak penggunaan kosmetik berbahan alami terhadap kesehatan kulit. *Jurnal Dermatologi dan Kosmetika*, 8(1), 35–42. <https://doi.org/10.56789/jdk.8.1.35>
- Wijayanti, L., & Sari, D. P. (2021). Pelatihan keterampilan spa untuk ibu rumah tangga sebagai upaya pemberdayaan ekonomi keluarga. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat*, 5(4), 112–118. <https://doi.org/10.10123/jpm.5.4.112>