

PEMBERDAYAAN ATLET DISABILITAS MELALUI PENGUATAN LIFE SKILL DAN KETERAMPILAN MASSAGE UNTUK MENDORONG WIRAUSAHA UMKM INKLUSIF

Iis Marwan¹⁾, Ida Wahidah²⁾, Agus Arief Rahmat³⁾, Endah Listyasari⁴⁾; Sri Wanto⁵⁾, Nia Rohayati⁶⁾

^{1); 2); 3); 4)} Penjas FKIP Universitas Siliwangi

⁵⁾ Teknik Universitas Siliwangi

⁶⁾ Universitas Galuh

iismarwan@unsil.ac.id¹⁾, idawahidah@unsil.ac.id²⁾, agusarieframat@unsil.ac.id³⁾, endahlistyasari@unsil.ac.id⁴⁾, sriwanto@unsil.ac.id⁵⁾, niarohayati@unigall.ac.id⁶⁾

Abstrak

Atlet disabilitas merupakan kelompok produktif yang memiliki potensi besar dalam bidang olahraga, sosial, dan ekonomi. Namun, keterbatasan akses terhadap pelatihan keterampilan, pendampingan usaha, jejaring pemasaran, serta modal sosial-ekonomi sering menjadi hambatan dalam meningkatkan kemandirian pascakompetisi. National Paralympic Committee Indonesia (NPCI) Kota Tasikmalaya sebagai organisasi pembinaan atlet disabilitas memiliki peran strategis dalam mendorong pengembangan kapasitas anggotanya, tidak hanya pada aspek prestasi olahraga, tetapi juga pada aspek life skill dan kemandirian ekonomi. Program pemberdayaan ini dirancang untuk memperkuat keterampilan hidup, keterampilan massage, dan keterampilan produksi kue saroja sebagai basis pengembangan wirausaha UMKM inklusif bagi atlet disabilitas NPCI Kota Tasikmalaya. Kegiatan mencakup asesmen kebutuhan, pelatihan motivasi dan life skill, pelatihan massage dasar dan sport massage, pelatihan pembuatan kue saroja, pengemasan produk, branding sederhana, manajemen usaha mikro, pemasaran digital, praktik layanan, pendampingan, serta evaluasi hasil. Program ini menempatkan atlet disabilitas sebagai subjek utama pemberdayaan melalui pendekatan partisipatif, inklusif, adaptif, dan berbasis potensi lokal. Target luaran program meliputi meningkatnya pengetahuan dan keterampilan peserta dalam bidang massage dan produksi kue saroja, terbentuknya kelompok usaha rintisan berbasis UMKM inklusif, tersusunnya paket layanan massage, terciptanya produk kue saroja yang layak jual, meningkatnya kepercayaan diri peserta, serta terbentuknya model pemberdayaan ekonomi atlet disabilitas yang dapat direplikasi. Program ini diharapkan mampu memperluas peluang kerja mandiri, menguatkan identitas produktif atlet disabilitas, dan mendorong ekosistem UMKM inklusif di Kota Tasikmalaya.

Kata Kunci : atlet disabilitas, kue saroja, life skill, massage, inklusif

Abstract

Athletes with disabilities constitute a productive group with significant potential in the sporting, social, and economic spheres. However, limited access to skills training, business mentoring, marketing networks, and socio-economic capital often hinders their post-competition independence. The National Paralympic Committee Indonesia (NPCI) of Tasikmalaya City, as an organization dedicated to supporting athletes with disabilities, plays a strategic role in fostering its members' capacity development—not only regarding athletic achievement but also in terms of life skills and economic independence. This empowerment program is designed to strengthen life skills, massage techniques, and saroja cookie production skills, serving as a foundation for developing inclusive MSME-based entrepreneurship for NPCI Tasikmalaya athletes. Activities include needs assessment, motivational and life skills training, basic and sports massage training, saroja cookie production training, product packaging, basic branding, micro-business management, digital marketing, service practice, mentoring, and outcome evaluation. The program positions athletes with disabilities as the primary subjects of empowerment through a participatory, inclusive, adaptive, and locally-oriented approach. Targeted outcomes include enhanced participant knowledge and skills in massage and saroja cookie production, the formation of inclusive MSME-based startup business groups, the development of massage service packages, the creation of marketable saroja cookies, increased participant self-confidence, and the establishment of a replicable economic empowerment model for athletes with disabilities. The program aims to expand self-employment opportunities, reinforce the productive identity of athletes with disabilities, and foster an inclusive MSME

ecosystem in Tasikmalaya City.

Keywords: *athletes with disabilities, saroja cookies, life skills, massage, inclusive*

I. PENDAHULUAN

Penyandang disabilitas memiliki hak yang sama untuk memperoleh kesempatan pendidikan, pekerjaan, pelatihan, pengembangan diri, dan partisipasi ekonomi. Dalam konteks pembangunan inklusif, pemberdayaan penyandang disabilitas tidak hanya diarahkan pada pemenuhan kebutuhan sosial, tetapi juga pada penguatan kapasitas produktif agar mampu berperan sebagai pelaku ekonomi yang mandiri. Atlet disabilitas merupakan bagian dari kelompok penyandang disabilitas yang memiliki kedisiplinan, daya juang, ketahanan mental, serta kemampuan beradaptasi yang tinggi. Potensi tersebut dapat dikembangkan menjadi modal penting dalam membangun keterampilan kerja dan kewirausahaan.

NPCI Kota Tasikmalaya menjadi wadah pembinaan dan pengembangan atlet disabilitas di tingkat daerah. Organisasi ini tidak hanya berfungsi sebagai lembaga olahraga prestasi, tetapi juga memiliki posisi strategis dalam meningkatkan kualitas hidup atlet. Atlet disabilitas yang tergabung dalam NPCI Kota Tasikmalaya memiliki latar belakang, jenis disabilitas, kemampuan fisik, pengalaman, dan kebutuhan ekonomi yang beragam. Sebagian atlet masih menghadapi tantangan dalam memperoleh pekerjaan tetap, mengakses pelatihan keterampilan, mengembangkan usaha, serta memasarkan produk atau jasa secara berkelanjutan.

II. BAHAN DAN METODE/METODOLOGI

Program ini menggunakan metode pemberdayaan partisipatif, pelatihan berbasis praktik, pendampingan usaha, dan evaluasi berkelanjutan. Pendekatan partisipatif menempatkan atlet disabilitas sebagai subjek utama kegiatan, sedangkan pelaksana program berperan sebagai fasilitator, instruktur, dan pendamping. Metode disusun agar sesuai dengan kebutuhan, kemampuan, dan potensi peserta.

1. Tahap persiapan

Tahap persiapan dilakukan untuk memastikan program berjalan sesuai kebutuhan mitra.

2. Tahap sosialisasi program

Sosialisasi dilakukan kepada pengurus dan peserta untuk menjelaskan tujuan, manfaat, alur kegiatan, peran peserta, dan target luaran. Sosialisasi juga menekankan nilai inklusi, kemandirian, kerja sama,

dan profesionalitas. Pada tahap ini peserta memperoleh gambaran mengenai peluang usaha massage dan kue saroja.

3. Tahap pelatihan life skill

Pelatihan life skill dilaksanakan sebelum pelatihan teknis agar peserta memiliki kesiapan mental dan sosial. Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif, diskusi kelompok, simulasi, permainan peran, dan refleksi pengalaman. Materi difokuskan pada kepercayaan diri, komunikasi, etika kerja, kerja sama, disiplin, literasi keuangan, dan motivasi wirausaha.

4. Tahap pelatihan massage

Pelatihan massage dilakukan melalui metode demonstrasi dan praktik langsung. Instruktur memperagakan teknik dasar, kemudian peserta mempraktikkan secara bertahap dengan pendampingan. Fasilitator memberikan koreksi terkait posisi tubuh, tekanan tangan, alur gerakan, kenyamanan pelanggan, dan kebersihan layanan. Peserta juga berlatih menyusun paket layanan dan melakukan simulasi komunikasi pelanggan.

5. Tahap pelatihan pembuatan kue saroja

Pelatihan pembuatan kue saroja dilakukan melalui praktik produksi dari awal hingga akhir. Peserta mempelajari pemilihan bahan, penimbangan, pencampuran adonan, pencetakan, penggorengan, penirisan, pengemasan, dan pelabelan. Setiap tahap dilengkapi evaluasi kualitas produk, meliputi rasa, bentuk, kerenyahan, warna, kebersihan, dan tampilan kemasan.

6. Tahap pelatihan kewirausahaan dan pemasaran

Pelatihan kewirausahaan dilakukan untuk menghubungkan keterampilan teknis dengan praktik usaha.

7. Tahap praktik usaha dan simulasi pasar

Peserta melaksanakan praktik layanan massage dan produksi kue saroja dalam format simulasi pasar. Kegiatan dapat dilakukan melalui uji coba layanan internal, bazar kecil, promosi kepada komunitas olahraga, atau pemesanan terbatas. Tahap ini bertujuan mengukur kesiapan peserta menghadapi pelanggan nyata dan menilai respons pasar terhadap produk serta jasa.

8. Tahap pendampingan

Pendampingan dilakukan setelah pelatihan untuk memastikan keterampilan peserta berkembang

menjadi aktivitas usaha.

9. Tahap monitoring dan evaluasi

Monitoring dilakukan sepanjang kegiatan untuk mengetahui perkembangan peserta. Evaluasi dilakukan pada akhir program untuk menilai pencapaian indikator.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1). Peningkatan kapasitas personal atlet disabilitas

Program pemberdayaan ini menghasilkan peningkatan kapasitas personal peserta dalam bentuk tumbuhnya kepercayaan diri, motivasi berusaha, keberanian berkomunikasi, dan kesiapan mengikuti kegiatan produktif. Penguatan life skill menjadi fondasi penting karena atlet disabilitas tidak hanya membutuhkan keterampilan teknis, tetapi juga kemampuan mengelola diri dalam situasi sosial dan ekonomi. Melalui diskusi, simulasi, dan praktik kelompok, peserta belajar menyampaikan pendapat, menerima umpan balik, bekerja sama, serta memahami peran masing-masing dalam aktivitas usaha.

Tabel 1. Indikator keberhasilan program

No.	Indikator	Target
1	Peserta mengikuti pelatihan life skill	Minimal 80% peserta aktif
2	Peserta mampu mempraktikkan teknik massage dasar	Minimal 70% peserta kompeten dasar
3	Peserta mampu membuat kue saroja layak jual	Minimal 70% peserta mampu memproduksi
4	Terbentuk kelompok usaha rintisan	Minimal 1 kelompok usaha
5	Tersusun paket layanan massage	Minimal 3 paket layanan
6	Tercipta produk kue saroja berkemasan	Minimal 1 produk utama dan 2 varian
7	Peserta memahami pencatatan keuangan sederhana	Minimal 70% peserta mampu mencatat transaksi dasar
8	Tersusun media promosi sederhana	Minimal katalog/label/daftar harga tersedia
9	Terlaksana praktik pasar	Minimal 1 kali uji coba penjualan/layanan
10	Tersusun rencana tindak lanjut usaha	Minimal 1 dokumen rencana usaha kelompok

Peningkatan kapasitas personal terlihat dari kemampuan peserta mengikuti alur pelatihan, mencoba praktik baru, dan menunjukkan minat terhadap peluang usaha. Bagi atlet disabilitas, perubahan ini penting karena proses pemberdayaan tidak hanya mengarah pada peningkatan pendapatan, tetapi juga penguatan martabat, kemandirian, dan identitas sebagai individu produktif.

2). Penguatan keterampilan massage sebagai peluang jasa

Pelatihan massage memberikan hasil berupa meningkatnya pemahaman peserta mengenai

teknik dasar layanan kebugaran dan relaksasi. Peserta memperoleh pengetahuan tentang kebersihan layanan, etika pelayanan, komunikasi pelanggan, posisi tubuh yang aman, dan teknik dasar massage. Keterampilan ini memiliki peluang ekonomi karena kebutuhan layanan kebugaran dan relaksasi terus berkembang, terutama di lingkungan olahraga, komunitas pekerja, dan masyarakat umum.

Tabel 2. Paket layanan yang dapat dikembangkan

Paket	Durasi	Fokus Layanan	Sasaran Pelanggan
Massage Relaksasi Singkat	30 menit	Bahu, punggung, lengan, kaki	Pelanggan umum dan peserta event
Massage Kebugaran	45 menit	Punggung, tungkai, bahu, kaki	Komunitas olahraga dan pekerja
Sport Massage Dasar	60 menit	Relaksasi otot pascaaktivitas	Atlet dan masyarakat aktif

Tabel 3. Varian produk yang dapat dikembangkan

Varian	Karakteristik	Peluang Pasar
Saroja Original	Rasa gurih-manis klasik	Pasar tradisional, keluarga, acara lokal
Saroja Pedas Gurih	Rasa lebih modern dan kuat	Remaja, komunitas, bazar
Saroja Wijen	Aroma dan tampilan lebih premium	Hantaran, pesanan acara
Saroja Mini	Ukuran kecil, praktis	Snack box dan paket oleh-oleh

Tabel 4. Contoh perhitungan sederhana kue saroja

Komponen	Perkiraan Biaya
Tepung dan bahan utama	Rp75.000
Telur, santan, bumbu, minyak	Rp100.000
Gas dan operasional	Rp25.000
Kemasan dan label	Rp50.000
Total biaya produksi	Rp250.000
Jumlah kemasan	50 bungkus
Biaya per bungkus	Rp5.000
Harga jual per bungkus	Rp8.000
Perkiraan laba per bungkus	Rp3.000
Perkiraan laba total	Rp150.000

Tabel 5. Contoh perhitungan sederhana kue saroja

Komponen	Perkiraan Biaya
Tepung dan bahan utama	Rp75.000
Telur, santan, bumbu, minyak	Rp100.000
Gas dan operasional	Rp25.000
Kemasan dan label	Rp50.000
Total biaya produksi	Rp250.000
Jumlah kemasan	50 bungkus
Biaya per bungkus	Rp5.000
Harga jual per bungkus	Rp8.000
Perkiraan laba per bungkus	Rp3.000
Perkiraan laba total	Rp150.000

Tabel 6. Contoh perhitungan sederhana layanan massage

Paket	Tarif	Biaya Operasional	Perkiraan Pendapatan Bersih
30 menit	Rp30.000	Rp5.000	Rp25.000
45 menit	Rp45.000	Rp7.000	Rp38.000
60 menit	Rp60.000	Rp10.000	Rp50.000

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

Program pemberdayaan atlet disabilitas melalui penguatan life skill dan keterampilan massage untuk mendorong wirausaha UMKM inklusif merupakan langkah strategis dalam meningkatkan kemandirian sosial-ekonomi atlet disabilitas NPCI Kota Tasikmalaya. Program ini mengintegrasikan pelatihan mental, keterampilan teknis, kewirausahaan, pemasaran, dan pendampingan usaha sehingga peserta memperoleh bekal yang lebih utuh untuk memasuki dunia usaha.

Permasalahan utama mitra meliputi keterbatasan akses pelatihan produktif, minimnya life skill kewirausahaan, belum optimalnya keterampilan massage, belum adanya produk UMKM unggulan, keterbatasan literasi keuangan, akses pasar yang terbatas, stigma sosial, keterbatasan sarana, dan belum adanya model pendampingan berkelanjutan. Solusi yang ditawarkan mencakup pelatihan life skill, pelatihan massage dasar dan sport massage, pelatihan pembuatan kue saroja, pembentukan kelompok usaha rintisan, penyusunan standar

operasional, penguatan branding, pendampingan manajemen usaha, dan pengembangan jejaring kemitraan.

Hasil yang diharapkan dari program ini adalah meningkatnya kepercayaan diri dan kapasitas peserta, meningkatnya keterampilan massage, meningkatnya kemampuan produksi kue saroja, terbentuknya kelompok UMKM inklusif, tersusunnya paket layanan dan produk berkemasan, meningkatnya literasi usaha, serta terbukanya peluang pemasaran. Program ini juga memiliki dampak sosial berupa penguatan citra positif atlet disabilitas sebagai pelaku usaha produktif dan profesional.

Dengan dukungan pengurus NPCI Kota Tasikmalaya, jejaring mitra, dan pendampingan berkelanjutan, program ini berpotensi menjadi model pemberdayaan ekonomi inklusif berbasis komunitas olahraga disabilitas. Keterampilan massage dan produksi kue saroja dapat menjadi pintu masuk bagi atlet disabilitas untuk membangun pendapatan mandiri, memperluas partisipasi sosial, dan memperkuat ekosistem UMKM inklusif di Kota Tasikmalaya.

1. Penguatan pendampingan pascapelatihan

Pendampingan perlu dilakukan secara berkala agar keterampilan yang diperoleh peserta dapat berkembang menjadi kegiatan usaha nyata. Pendampingan dapat difokuskan pada evaluasi teknik massage, pengendalian kualitas kue saroja, pencatatan keuangan, promosi, dan pengelolaan kelompok usaha.

2. Pembentukan unit usaha resmi di bawah koordinasi NPCI Kota Tasikmalaya

NPCI Kota Tasikmalaya dapat membentuk unit usaha inklusif yang menaungi layanan massage dan produksi kue saroja. Unit ini dapat menjadi wadah koordinasi, produksi, promosi, pembagian tugas, pengelolaan alat, dan pengembangan kerja sama.

3. Peningkatan standar kualitas layanan dan produk

Layanan massage perlu memiliki standar operasional terkait kebersihan, etika pelayanan, teknik dasar, durasi, tarif, dan kenyamanan pelanggan. Produk kue saroja perlu memiliki standar resep, ukuran, rasa, kerenyahan, kemasan, label, dan masa simpan. Standar kualitas akan meningkatkan kepercayaan pasar.

4. Pengembangan branding UMKM inklusif

Branding usaha perlu dikembangkan secara profesional melalui nama usaha, logo, kemasan, katalog, daftar harga, media promosi, dan narasi usaha yang positif. Identitas usaha perlu menonjolkan kualitas produk dan jasa, kemandirian peserta, serta nilai inklusi sosial.

5. Perluasan jejaring pemasaran

Pemasaran perlu diperluas melalui kerja sama dengan komunitas olahraga, sekolah, instansi pemerintah, koperasi, pelaku UMKM, penyelenggara bazar, dan kegiatan masyarakat. Layanan massage dapat dipromosikan pada event olahraga, sedangkan kue saroja dapat dipasarkan melalui pre-order, snack acara, titip jual, dan media sosial.

6. Penguatan literasi keuangan kelompok

Kelompok usaha perlu menggunakan catatan keuangan sederhana yang mencakup modal, biaya produksi, pendapatan, keuntungan, stok bahan, dan pembagian hasil. Pencatatan yang transparan akan mengurangi risiko konflik dan membantu pengambilan keputusan usaha.

7. Penyediaan sarana produksi dan layanan yang memadai

Keberlanjutan usaha membutuhkan dukungan alat yang sesuai. Sarana massage dan produksi kue saroja perlu dikelola secara tertib, dirawat secara berkala, dan digunakan sesuai jadwal. Pengadaan alat tambahan dapat dilakukan bertahap sesuai perkembangan usaha.

8. Pelatihan lanjutan dan sertifikasi keterampilan

Peserta yang menunjukkan minat dan kemampuan tinggi dapat diarahkan mengikuti pelatihan lanjutan, terutama pada bidang massage kebugaran, sport massage, keamanan pangan, pengemasan, pemasaran digital, dan manajemen UMKM. Sertifikasi atau pengakuan kompetensi dapat meningkatkan kepercayaan pelanggan.

9. Replikasi program bagi anggota lain

Model pemberdayaan ini dapat direplikasi kepada anggota NPCI lainnya atau komunitas penyandang disabilitas lain di Kota Tasikmalaya. Replikasi dilakukan setelah model pelatihan, standar operasional, sistem pendampingan, dan strategi pemasaran berjalan stabil.

10. Penguatan dukungan lintas sektor

Keberhasilan UMKM inklusif membutuhkan dukungan berbagai pihak, termasuk pemerintah

daerah, lembaga pendidikan, organisasi sosial, komunitas olahraga, pelaku usaha, dan masyarakat. Kolaborasi lintas sektor dapat memperkuat akses pelatihan, legalitas usaha, modal, promosi, dan perluasan pasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2023). Statistik Indonesia 2023. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- International Labour Organization. (2015). Decent Work for Persons with Disabilities: Promoting Rights in the Global Development Agenda. Geneva: ILO.
- Kementerian Koperasi dan Usaha Kecil dan Menengah Republik Indonesia. (2022). Pengembangan Kewirausahaan dan UMKM Inklusif. Jakarta: Kementerian Koperasi dan UKM RI.
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2020). Pedoman Pemberdayaan Sosial Penyandang Disabilitas. Jakarta: Kementerian Sosial RI.
- Mardikanto, T., & Soebiato, P. (2017). Pemberdayaan Masyarakat dalam Perspektif Kebijakan Publik. Bandung: Alfabeta.
- National Paralympic Committee Indonesia. (2022). Pedoman Pembinaan Olahraga Disabilitas. Surakarta: NPC Indonesia.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 60 Tahun 2020 tentang Unit Layanan Disabilitas Bidang Ketenagakerjaan.
- Suharto, E. (2017). Membangun Masyarakat Memberdayakan Rakyat: Kajian Strategis Pembangunan Kesejahteraan Sosial dan Pekerjaan Sosial. Bandung: Refika Aditama.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas.
- World Health Organization. (2011). World Report on Disability. Geneva: World Health Organization.