

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Fakultas	: Ilmu Keolahragaan (IK).
Program Studi	: Ilmu Keolahragaan (Ikora).
Nama Mata Kuliah dan Kode	: Masase; SOR 203.
Jumlah SKS	: Teori = 1 SKS; Praktik = 1 SKS.
Semester dan Waktu	: IV; 100 Menit.
Kompetensi Dasar	: Memahami konsep masase.
Indikator Ketercapaian	: Mahasiswa memahami konsep masase yang meliputi pengertian masase, fungsi masase, prosedur masase, dan persyaratan <i>masseure</i> dan <i>masseuse</i> .
Materi Pokok/Penggalan Materi	: 1. Definisi masase. 2. Fungsi masase. 3. Prosedur masase. 4. Persyaratan <i>masseure</i> dan <i>masseuse</i> .

### KEGIATAN PERKULIAHAN

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi/Sumber Bahan
Pendahuluan.	1. Salam, berdoa, dan presensi. 2. Pengantar: tata tertib, silabus. 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran. 4. Apersepsi.	20 menit.	1. Ceramah. 2. Tanya jawab. 3. Tugas.	OHP.	A: 1, 2, 3. B: 1.
Inti.	1. Menjelaskan beberapa definisi masase. 2. Menjelaskan fungsi masase. 3. Menjelaskan prosedur masase. 4. Menjelaskan persyaratan <i>masseure</i> dan <i>masseuse</i> .	70 menit.	1. Ceramah. 2. Tanya jawab. 3. Tugas.	OHP.	A: 1, 2, 3. B: 1.
Penutup.	1. Menyampaikan rangkuman materi. 2. Menyelenggarakan tes formatif. 3. Berdoa dan salam.	10 menit.	1. Ceramah. 2. Tanya jawab.	OHP.	A: 1, 2, 3. B: 1.

### EVALUASI

1. Tes Formatif:

- a. Apa yang dimaksud dengan masase?
- b. Ada berapa macam fungsi masase? Jelaskan masing-masing!
- c. Ada berapa macam prosedur masase? Jelaskan masing-masing!
- d. Apa saja persyaratan seorang *masseure* dan *masseuse* itu? Jelaskan!

2. Tugas Terstruktur:

Carilah artikel tentang masase dari koran, majalah, atau internet!

3. Tugas Mandiri:

Bacalah bahan dari buku wajib dan buku anjuran yang membahas tentang definisi masase, fungsi masase, prosedur masase, dan persyaratan *masseure* dan *masseuse*!

## REFERENSI/SUMBER BAHAN

### A. Wajib

1. A. Rahim S. (1980). *Masase Olahraga: Teori, Metode, Teknik*. Jakarta: PT Masa Merdeka.
2. Sadoso S. (1981). *Sport Masase*. Bandung: Depdikbud.
3. Tjiptoosoero. (1983). *Sport Masase*. Yogyakarta: IKIP YOGYAKARTA.

### B. Anjuran

1. Serizawa, Katsusuke. (1989). *Tsubo: Terapi Titik Tekan*. Semarang: Dahara Prize.

Yogyakarta, 29 Agustus 2008

Mengetahui:  
Ketua Jurusan PKR,

Dosen Pengampu,

Sumarjo, M.Kes.  
NIP 131873966

Yustinus Sukarmin, M.S.  
NIP 131411062