

## 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 sejarah perkembangan masase.
Indikator Ketercapaian	: Mahasiswa memahami sejarah perkembangan masase yang meliputi perkembangan masase dunia dan perkembangan masase di Indonesia.
Materi Pokok/Penggalan Materi	: 1. Perkembangan masase dunia. 2. Perkembangan masase di Indonesia.

### KEGIATAN PERKULIAHAN

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi/Sumber Bahan
Pendahuluan.	1. Salam, berdoa, dan presensi. 2. Menyampaikan tujuan pembelajaran. 3. Apersepsi.	20 menit.	1. Ceramah. 2. Tanya jawab. 3. Tugas.	OHP.	A: 1, 2, 3. B: 1.
Inti.	1. Menjelaskan perkembangan masase dunia. 2. Menjelaskan perkembangan masase di Indonesia.	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. Kapan masase mulai ada? Jelaskan!
- b. Apa saja yang dapat dijadikan sebagai bukti keberadaan masase? Jelaskan!
- c. Jelaskan secara singkat perkembangan masase di Tiongkok, India Kuno, Mesir Kuno, Israel, Romawi dan Yunani Kuno!

- d. Jelaskan secara singkat perkembangan masase di Indonesia!
2. Tugas Terstruktur:  
Lakukan observasi tentang keberadaan masase yang berkembang di masyarakat, baik yang modern maupun yang tradisional!
3. Tugas Mandiri:  
Bacalah bahan dari buku wajib dan buku anjuran yang membahas tentang perkembangan, masase dunia dan perkembangan masase di Indonesia!

## 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. Tjiptoseroso. (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