

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 tugas yang harus dilakukan oleh <i>masseure</i> atau <i>masseuse</i> sebelum pelaksanaan masase.
Indikator Ketercapaian	: Mahasiswa memahami tugas <i>masseure</i> atau <i>masseuse</i> sebelum masase, seperti menyiapkan alat dan perlengkapan masase dan memperhatikan hal-hal yang terkait dengan masase (etika masase).
Materi Pokok/Penggalan Materi	: 1. Indikasi dan kontraindikasi. 2. Alat dan perlengkapan masase. 3. Hal-hal lain yang terkait dengan masase.

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 indikasi dan kontraindikasi pada masase. 2. Menjelaskan alat dan perlengkapan masase. 3. Menjelaskan hal-hal lain yang terkait dengan masase (etika masase).	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 indikasi dan kontraindikasi? Jelaskan!
 - b. Meliputi apa saja alat dan perlengkapan masase itu? Jelaskan!
 - c. Bagaimanakah seharusnya ruang masase itu? Jelaskan!
 - d. Hal-hal lain apa saja yang terkait dengan masase yang perlu diperhatikan? Jelaskan!
2. Tugas Terstruktur:
Lakukan observasi mengenai alat dan perlengkapan masase yang ada di panti-panti pijat!
3. Tugas Mandiri:
Bacalah bahan dari buku wajib dan buku anjuran yang membahas tentang persiapan yang harus dilakukan oleh *masseure* atau *masseuse* sebelum pelaksanaan masase!

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. Tjiptosero. (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