

## SILABUS MATA KULIAH

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	: IV.
Mata Kuliah Prasyarat dan Kode	: -
Dosen Pengampu	: Yustinus Sukarmin, M.S.

### DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah ini membahas tentang konsep masase, sejarah masase, macam-macam masase dan kegunaannya, macam-macam manipulasi dan pengaruhnya, indikasi dan kontraindikasi pada masase, alat dan perlengkapan masase, etika masase, dan pedoman praktik masase.

### STANDAR KOMPETENSI MATA KULIAH

Mahasiswa memiliki pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang baik tentang masase untuk memelihara kesehatan dan kebugaran tubuh agar dapat hidup aktif dan produktif.

### RENCANA KEGIATAN

Tatap Muka	Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Strategi Perkuliahan	Referensi/Sumber Bahan
1-2.	Memahami konsep masase.	1. Pengertian masase. 2. Fungsi masase. 3. Prosedur masase. 4. <i>Masseure</i> dan <i>masseuse</i>	1. Perkuliahan tatap muka. 2. Tugas terstruktur.	A: 1, 2, 3. B: 1.

<b>Tatap Muka</b>	<b>Kompetensi Dasar</b>	<b>Materi Pokok</b>	<b>Strategi Perkuliahan</b>	<b>Referensi/Sumber Bahan</b>
3-4.	Memahami sejarah perkembangan masase.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perkembangan masase dunia.</li> <li>2. Perkembangan masase di Indonesia.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perkuliahan tatap muka.</li> <li>2. Tugas individu.</li> <li>3. Presentasi.</li> </ol>	<p>A: 1, 2, 3. B: 1.</p>
5-8.	Memahami macam-macam masase dan kegunaannya.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Macam-macam masase.</li> <li>2. Kegunaan tiap-tiap masase.</li> <li>3. Macam-macam manipulasi.</li> <li>4. Pengaruh tiap-tiap manipulasi.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perkuliahan tatap muka.</li> <li>2. Tugas kelompok.</li> <li>3. Diskusi.</li> </ol>	<p>A: 1, 2, 3. B: 1.</p>
9-11.	Memahami tugas yang harus dilakukan oleh <i>masseure</i> atau <i>masseuse</i> sebelum pelaksanaan masase.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Indikasi dan kontraindikasi pada masase.</li> <li>2. Alat dan perlengkapan masase.</li> <li>3. Hal-hal lain yang terkait dengan masase yang perlu diperhatikan (etika masase).</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perkuliahan tatap muka.</li> <li>2. Tugas kelompok.</li> <li>3. Diskusi.</li> </ol>	<p>A: 1, 2, 3. .</p>
12.	Ujian Tengah Semester (UTS).			

<b>Tatap Muka</b>	<b>Kompetensi Dasar</b>	<b>Materi Pokok</b>	<b>Strategi Perkuliahan</b>	<b>Referensi/Sumber Bahan</b>
13-16.	Menguasai kete-rampilan memasase dalam posisi te-lungkup.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tungkai atas bagian belakang dan samping.</li> <li>2. Tungkai bawah bagian belakang.</li> <li>3. Tumit dan tapak kaki.</li> <li>4. Pinggang dan punggung.</li> <li>5. Pantat.</li> <li>6. Tengkok dan bahu.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perkuliahan tatap muka.</li> <li>2. Tugas kelompok.</li> <li>3. Demonstrasi.</li> </ol>	A: 1, 2, 3.
17-20.	Menguasai kete-rampilan memasase dalam posisi te-lentang.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tungkai atas bagian depan dan samping.</li> <li>2. Tungkai bawah bagian depan.</li> <li>3. Punggung kaki dan tapak kaki.</li> <li>4. Lengan atas dan lengan bawah.</li> <li>5. Tapak tangan dan jari-jari.</li> <li>6. Dada.</li> <li>7. Perut.</li> <li>8. Hidung dan dahi.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perkuliahan tatap muka.</li> <li>2. Tugas kelompok.</li> <li>3. Demonstrasi.</li> </ol>	A: 1, 2, 3.

Tatap Muka	Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Strategi Perkuliahan	Referensi/Sumber Bahan
21-23.	Menguasai kete-rampilan memasase dalam posisi duduk dan setengah duduk.	1. Tungkai atas bagian depan. 2. Tungkai bawah bagian depan dan belakang. 3. Punggung kaki. 4. Lengan atas dan lengan bawah. 5. Punggung tangan dan jari-jari. 6. Dada dan perut. 7. Hidung dan dahi. 8. Tengkok dan bahu.	1. Perkuliahan tatap muka. 2. Tugas kelompok. 3. Demonstrasi.	A: 1, 2, 3.
24.	Ujian Akhir Semester (UAS).			

## 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. Tjiptosoeroso. (1983). *Sport Masase*. Yogyakarta: IKIP YOGYAKARTA.

### B. Anjuran

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

## EVALUASI

No.	Komponen Evaluasi	Bobot (%)
1.	Partisipasi dalam kuliah.	5
2.	Tugas-tugas.	15

3.	Presentasi tugas.	20
4.	Ujian Tengah Semester (UTS).	20
5.	Ujian Akhir Semester (UAS).	40
<b>Jumlah</b>		<b>100</b>

Yogyakarta, 29 Agustus 2008

Mengetahui:  
Ketua Jurusan PKR,

Dosen Pengampu,

Sumarjo, M.Kes.  
NIP 131873966

Yustinus Sukarmin, M.S.  
NIP 131411062