



Universitas Negeri Surabaya
Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan
Program Studi S1 Ilmu Keolahragaan

Kode Dokumen

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)	KODE	Rumpun MK	BOBOT (sks)	SEMESTER	Tgl Penyusunan																																											
Masase terapi Cedera	8920103252		T=2 P=1 ECTS=4.77	7	31 Januari 2025																																											
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK		Koordinator Program Studi																																											
		Dr. Heri Wahyudi, S.Or., M.Pd.																																											
Model Pembelajaran	Project Based Learning																																															
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																															
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																															
	Matrik CPL - CPMK																																															
		CPMK																																														
	Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																															
		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">CPMK</td> <td colspan="15" style="text-align: center;">Minggu Ke</td> </tr> <tr> <td></td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td> </tr> </table>														CPMK	Minggu Ke																1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
CPMK	Minggu Ke																																															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																
Deskripsi Singkat MK	Mata kuliah ini membekali mahasiswa tentang Masase Terapi Cedera yang mempelajari berbagai macam teknik penanganan dalam cedera olahraga maupun cedera-cedera lain pada umumnya.																																															
Pustaka	Utama :																																															
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 1. Jelveus Anders DN and Oddsson, Kristjan (2011) Integrated Sports Massage Therapy A Comprehensive Handbook, Swedish School of Sport and Health Sciences, Stockholm, Sweden 2. 2. Evjenth, Olaf & Hamberg, Jern , 2002. Muscle Stretching In Manual Therapy A Clinical Manual, Alfita Rehab Center Promotion AB, Sweden. 3. 3. Benjamin, W., & Sean, H . (2009). Massage Diagnosa And Management. Sports Medicine Australia. Vol. 47 No. 1. Hal. 15-19. 4. 4. Wright, Kyle C , 2011. Structural Balancing A Clinical Approach. North Carolina, USA. 5. 5. Prentice, William E . 2011. Rehabilitation Technique For sports Medicine And Athletic Training. Department Of Exercise and sport Science University of North Carolina, USA. 																																															
	Pendukung :																																															
Dosen Pengampu	Dr. Joesoef Roepajadi, M.Pd. Mokhammad Nur Bawono, S.Or., M.Kes. Ika Nurmaya, S.K.M., M.Kes. Ns. Caturia Sasti Sulistyana, S.Kep., M.Kep.																																															
Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bantuan Pembelajaran, Metode Pembelajaran, Penugasan Mahasiswa, [Estimasi Waktu]		Materi Pembelajaran [Pustaka]	Bobot Penilaian (%)																																									
		Indikator	Kriteria & Bentuk	Luring (offline)	Daring (online)																																											
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)																																									

1	Mahasiswa mampu memahami secara teori tentang Masase Terapi Cedera	Mahasiswa dapat menjelaskan secara teori tentang Masase Terapi Cedera		Tutorial, demo, tanya jawab 3 X 50			0%
2	Mahasiswa mampu memahami teknik dasar dan jenis-jenis Masase Terapi Cedera	Mahasiswa memenuhi syarat yang diperlukan bagi seorang Terapis		Tutorial, demonstrasi atau praktik 3 X 50			0%
3	Mahasiswa mampu mengidentifikasi kondisi pasien yang mengalami cedera	a. Kondisi pasien b. Indikasi dan kontra indikasi		Tutorial, demo, aplikasi 3 X 50			0%
4	Mahasiswa mampu mengobservasi dan merencanakan tindakan pada pasien yang mengalami cedera	a. Kondisi pasien b. Pengenalan berbagai macam teknik reposisi		Tutorial, demo, aplikasi 3 X 50			0%
5	Mahasiswa mampu memahami dan melakukan teknik reposisi masase terapi cedera pada bahu (Shoulder Pain)	a. Kondisi pasien b. Teknik reposisi bahu (shoulder pain)		Tutorial, demo, tanya jawab 3 X 50			0%
6	Mahasiswa mampu memahami dan melakukan teknik reposisi masase terapi cedera pada siku (elbow pain) dan pergelangan tangan (Wrist Pain)	a. Kondisi pasien b. Teknik reposisi siku (elbow pain) dan pergelangan tangan (wrist pain)		Tutorial, Demo Tanya jawab 3 X 50			0%
7	Mahasiswa mampu memahami dan melakukan teknik reposisi masase terapi cedera pada cedera leher (Neck Pain)	a. Kondisi pasien b. Teknik reposisi leher (neck pain)		Tutorial, Demo, Tanya jawab 3 X 50			0%
8	Ujian Tengah Semester (UTS)			3 X 50			0%
9	Mahasiswa mampu memahami dan melakukan teknik reposisi masase terapi cedera pada daerah pinggang (Lumbar Pain)	a. Kondisi pasien b. Teknik reposisi pinggang (lumbar pain)		Tutorial, Demo, Tanya jawab 3 X 50			0%
10			Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio		Mahasiswa mampu memahami dan melakukan teknik		0%
11			Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio		Review video dan jurnal tentang teknik masase cedera olahraga		0%
12			Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Keaktifan presentasi, portofolio tugas			0%
13							0%
14							0%
15							0%
16							0%

Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

No	Evaluasi	Persentase
		0%

Catatan

1. **Capaian Pembelajaran Lulusan Prodi (CPL - Prodi)** adalah kemampuan yang dimiliki oleh setiap lulusan prodi yang merupakan internalisasi dari sikap, penguasaan pengetahuan dan ketrampilan sesuai dengan jenjang prodinya yang diperoleh melalui proses pembelajaran.
2. **CPL yang dibebankan pada mata kuliah** adalah beberapa capaian pembelajaran lulusan program studi (CPL-Prodi) yang digunakan untuk pembentukan/pengembangan sebuah mata kuliah yang terdiri dari aspek sikap, ketrampilan umum, ketrampilan khusus dan pengetahuan.
3. **CP Mata kuliah (CPMK)** adalah kemampuan yang dijabarkan secara spesifik dari CPL yang dibebankan pada mata kuliah, dan bersifat spesifik terhadap bahan kajian atau materi pembelajaran mata kuliah tersebut.
4. **Sub-CPMK Mata kuliah (Sub-CPMK)** adalah kemampuan yang dijabarkan secara spesifik dari CPMK yang dapat diukur atau diamati dan merupakan kemampuan akhir yang direncanakan pada tiap tahap pembelajaran, dan bersifat spesifik terhadap materi pembelajaran mata kuliah tersebut.
5. **Indikator penilaian** kemampuan dalam proses maupun hasil belajar mahasiswa adalah pernyataan spesifik dan terukur yang mengidentifikasi kemampuan atau kinerja hasil belajar mahasiswa yang disertai bukti-bukti.
6. **Kreteria Penilaian** adalah patokan yang digunakan sebagai ukuran atau tolok ukur ketercapaian pembelajaran dalam penilaian berdasarkan indikator-indikator yang telah ditetapkan. Kreteria penilaian merupakan pedoman bagi penilai agar penilaian konsisten dan tidak bias. Kreteria dapat berupa kuantitatif ataupun kualitatif.
7. **Bentuk penilaian:** tes dan non-tes.
8. **Bentuk pembelajaran:** Kuliah, Responsi, Tutorial, Seminar atau yang setara, Praktikum, Praktik Studio, Praktik Bengkel, Praktik Lapangan, Penelitian, Pengabdian Kepada Masyarakat dan/atau bentuk pembelajaran lain yang setara.
9. **Metode Pembelajaran:** Small Group Discussion, Role-Play & Simulation, Discovery Learning, Self-Directed Learning, Cooperative Learning, Collaborative Learning, Contextual Learning, Project Based Learning, dan metode lainnya yg setara.
10. **Materi Pembelajaran** adalah rincian atau uraian dari bahan kajian yg dapat disajikan dalam bentuk beberapa pokok dan sub-pokok bahasan.
11. **Bobot penilaian** adalah prosentasi penilaian terhadap setiap pencapaian sub-CPMK yang besarnya proposional dengan tingkat kesulitan pencapaian sub-CPMK tsb., dan totalnya 100%.
12. TM=Tatap Muka, PT=Penugasan terstruktur, BM=Belajar mandiri.