

MATA KULIAH (MK)		KODE	Rumpun MK		BOBOT (sks)		SEMESTER	Tgl Penyusunan
MASASE MUSKULOSKELETAL		8920403009			T=2	P=1	ECTS=4.77	3 25 Agustus 2025
OTORISASI		Pengembang RPS		Koordinator RMK		Koordinator Program Studi		
						JOESOEF ROEPAJADI		
Model Pembelajaran	Project Based Learning							
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK							
	CPL-2	Menunjukkan karakter tangguh, kolaboratif, adaptif, inovatif, inklusif, belajar sepanjang hayat, dan berjiwa kewirausahaan						
	CPL-6	Menguasai konsep anatomi, fisiologi, dan biomekanika tubuh manusia terkait terapi masase						
	CPL-9	Mampu berkomunikasi efektif dengan klien, tim kesehatan, dan masyarakat dan menggunakan teknologi informasi untuk mendokumentasikan asesmen dan evaluasi terapi						
	CPL-11	Merancang dan menerapkan protokol terapi masase berbasis kebutuhan klien (kesehatan, kebugaran, rehabilitasi atau kecantikan)						
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)							
	CPMK - 1	Menerapkan prinsip-prinsip anatomi dan biomekanika dalam melakukan teknik masase muskuloskeletal (C3)						
	CPMK - 2	Menganalisis kebutuhan klien berdasarkan kondisi muskuloskeletal untuk menentukan pendekatan terapi masase yang tepat (C4)						
	CPMK - 3	Mengevaluasi efektivitas terapi masase muskuloskeletal berdasarkan respon klien dan perubahan kondisi fisik (C5)						
	CPMK - 4	Menciptakan variasi teknik masase muskuloskeletal yang disesuaikan dengan kebutuhan spesifik klien (C6)						
	CPMK - 5	Menerapkan komunikasi efektif dalam menjelaskan prosedur dan manfaat terapi masase muskuloskeletal kepada klien (C3)						
	CPMK - 6	Menganalisis indikasi dan kontraindikasi terapi masase muskuloskeletal berdasarkan kondisi klien (C4)						
	CPMK - 7	Mengevaluasi perkembangan klien secara berkala dan menyesuaikan protokol terapi masase muskuloskeletal (C5)						
	CPMK - 8	Menciptakan dokumentasi terapi masase muskuloskeletal yang sistematis dan berbasis teknologi informasi (C6)						
	CPMK - 9	Menerapkan sikap tangguh dan adaptif dalam menghadapi tantangan selama praktik terapi masase muskuloskeletal (C3)						
	CPMK - 10	Menganalisis kasus kompleks terkait gangguan muskuloskeletal dan merancang solusi terapi masase yang inovatif (C4)						
Matrik CPL - CPMK								

		<table><tr><td>CPMK</td><td>CPL-2</td><td>CPL-6</td><td>CPL-9</td><td>CPL-11</td></tr><tr><td>CPMK-1</td><td></td><td>✓</td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-2</td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td></tr><tr><td>CPMK-3</td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td></tr><tr><td>CPMK-4</td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td></tr><tr><td>CPMK-5</td><td></td><td></td><td>✓</td><td></td></tr><tr><td>CPMK-6</td><td></td><td>✓</td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-7</td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td></tr><tr><td>CPMK-8</td><td></td><td></td><td>✓</td><td></td></tr><tr><td>CPMK-9</td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-10</td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td></tr></table>	CPMK	CPL-2	CPL-6	CPL-9	CPL-11	CPMK-1		✓			CPMK-2				✓	CPMK-3				✓	CPMK-4				✓	CPMK-5			✓		CPMK-6		✓			CPMK-7				✓	CPMK-8			✓		CPMK-9	✓				CPMK-10				✓																																																																																																																																																				
CPMK	CPL-2	CPL-6	CPL-9	CPL-11																																																																																																																																																																																																									
CPMK-1		✓																																																																																																																																																																																																											
CPMK-2				✓																																																																																																																																																																																																									
CPMK-3				✓																																																																																																																																																																																																									
CPMK-4				✓																																																																																																																																																																																																									
CPMK-5			✓																																																																																																																																																																																																										
CPMK-6		✓																																																																																																																																																																																																											
CPMK-7				✓																																																																																																																																																																																																									
CPMK-8			✓																																																																																																																																																																																																										
CPMK-9	✓																																																																																																																																																																																																												
CPMK-10				✓																																																																																																																																																																																																									
Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																																																																																																																																																																																													
		<table><tr><td rowspan="2">CPMK</td><td colspan="16">Minggu Ke</td></tr><tr><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><tr><td>CPMK-1</td><td></td><td>✓</td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-2</td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-3</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-4</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-5</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-6</td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-7</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-8</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-9</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-10</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	CPMK	Minggu Ke																1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	CPMK-1		✓	✓														CPMK-2				✓													CPMK-3					✓												CPMK-4																	CPMK-5																	CPMK-6	✓																CPMK-7																	CPMK-8																	CPMK-9																	CPMK-10								✓								
CPMK	Minggu Ke																																																																																																																																																																																																												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																																																																																																																																																																													
CPMK-1		✓	✓																																																																																																																																																																																																										
CPMK-2				✓																																																																																																																																																																																																									
CPMK-3					✓																																																																																																																																																																																																								
CPMK-4																																																																																																																																																																																																													
CPMK-5																																																																																																																																																																																																													
CPMK-6	✓																																																																																																																																																																																																												
CPMK-7																																																																																																																																																																																																													
CPMK-8																																																																																																																																																																																																													
CPMK-9																																																																																																																																																																																																													
CPMK-10								✓																																																																																																																																																																																																					
Deskripsi Singkat MK	Mata kuliah Masase Muskuloskeletal membahas konsep, prinsip, dan aplikasi masase muskuloskeletal untuk pencegahan, pemulihan, dan rehabilitasi gangguan otot, sendi, dan jaringan lunak. Mahasiswa akan mempelajari teori dasar anatomi–fisiologi sistem muskuloskeletal, teknik evaluasi, serta keterampilan praktik masase berbasis evidence-based practice.																																																																																																																																																																																																												
Pustaka	Utama :																																																																																																																																																																																																												
	1. 1. Hendrick, P., & Hale, L. (2021). Massage Therapy for Sports and Rehabilitation. Routledge. 2. 2. Ernst, E., & Posadzki, P. (2020). Evidence-Based Massage Therapy. Elsevier. 3. 3. Benjamin, P. J., & Lamp, S. P. (2022). Understanding Sports Massage: A Comprehensive Guide. Human Kinetics.																																																																																																																																																																																																												
	Pendukung :																																																																																																																																																																																																												
	1. 4. Smith, J., & Weiss, D. (2021). Musculoskeletal Assessment and Treatment. Elsevier. 2. 5. Hopper, C., & Hamer, P. (2023). Clinical Sports Massage. Churchill Livingstone.																																																																																																																																																																																																												
Dosen Pengampu	JOESOEUF ROEPAJADI MOCHAMAD AZHAR ILMU Mochamad Azhar Ilmi, S.Or., M.Kes. Mochamad Azhar Ilmi, S.Or., M.Kes. Dr. Joesoef Roepajadi, M.Pd. Dr. Joesoef Roepajadi, M.Pd.																																																																																																																																																																																																												
Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bantuk 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 menerapkan prinsip anatomi dan biomekanika dalam teknik masase muskuloskeletal secara tepat dan efektif.	Partisipasi diskusi	Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	Ceramah interaktif, diskusi 3 x 50 menit	Diskusi Online (LMS) 3 x 50 menit	Materi: Kontrak kuliah & pengantar masase muskuloskeletal Pustaka: 1. <i>Hendrick, P., & Hale, L. (2021). Massage Therapy for Sports and Rehabilitation. Routledge.</i>	0%
2			Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah, video interaktif 3 x 50 menit	Kuis online 3 x 50 menit	Materi: Anatomi & fisiologi muskuloskeletal (otot, sendi, jaringan lunak) Pustaka: 2. <i>Ernst, E., & Posadzki, P. (2020). Evidence-Based Massage Therapy. Elsevier.</i>	0%
3			Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Studi Kasus, Ceramah, Simulasi 3 x 50 menit	Video pembelajaran 3 x 50 menit	Materi: Dasar biomekanika & kinesiologi pada masase Pustaka: 3. <i>Benjamin, P. J., & Lamp, S. P. (2022). Understanding Sports Massage: A Comprehensive Guide. Human Kinetics.</i>	0%
4			Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	Diskusi kelompok, ceramah interaktif 3 x 50 menit	Diskusi online 3 x 50 menit	Materi: Prinsip, tujuan, dan indikasi masase muskuloskeletal Pustaka: 4. <i>Smith, J., & Weiss, D. (2021). Musculoskeletal Assessment and Treatment. Elsevier.</i>	0%
5			Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	Diskusi kelompok, ceramah interaktif 3 x 50 menit	Diskusi online 3 x 50 menit	Materi: Teknik palpasi & identifikasi jaringan muskuloskeletal Pustaka: 5. <i>Hopper, C., & Hamer, P. (2023). Clinical Sports Massage. Churchill Livingstone.</i>	0%

6				3 x 50 menit	3 x 50 menit	Materi: Teknik dasar masase muskuloskeletal (efleurage, petrissage, friction) Pustaka: 3. Benjamin, P. J., & Lamp, S. P. (2022). <i>Understanding Sports Massage: A Comprehensive Guide. Human Kinetics.</i>	0%
7				3 x 50	3 x 50 menit		5%
8			Bentuk Penilaian : Tes	Ujian Tulis dan Praktek 3 x 50 menit	Ujian Tulis dan Praktik 3 x 50 menit	Materi: Materi pertemuan 1 sampai 7 Pustaka: 1. Hendrick, P., & Hale, L. (2021). <i>Massage Therapy for Sports and Rehabilitation. Routledge.</i>	10%
9			Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	3 x 50 menit			0%
10							0%
11							0%
12							0%
13							0%
14							0%
15							0%
16							0%

Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

No	Evaluasi	Persentase
1.	Tes	10%
		10%

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.