

Silabus Mata Kuliah

1. Identitas Matakuliah

Nama Program Studi	: Ilmu Keolahragaan
Nama Matakuliah	: Masase Olahraga
Kode Matakuliah	: 1208
Kelompok Matakuliah	: MKIK/MKBS
Bobot sks	: 2 SKS
Jenjang	: S1
Semester	:
Prasyarat	: -
Status (wajib/pilihan)	: Wajib
Nama Dosen	: Dr Gede Doddy Tisna MS., S.Or., M.Or

2. Deskripsi Perkuliahan

Mata Kuliah ini membahas tentang sejarah masase dan tujuan, pengaruh masase terhadap organ tubuh, kontraindikasi masase olahraga, faktor-faktor yang mempengaruhi pelaksanaan masase, masase dalam latihan dan periode transisi, masase dalam bermacam-macam bentuk aktivitas olahraga, prosedur masase olahraga, kondisi dan peraturan praktik masase, teknik masase partial dan general, dan masase terapi cedera olahraga. Aktivitas di dalam mata kuliah ini meliputi menggunakan proses pembelajaran blended learning dengan menggunakan metode problem base learning dan project base learning. Asesmen yang digunakan adalah observasi, tes tertulis secara formatif dan sumatif, tes lisan melalui tanya jawab dan presentasi proyek.

3. Capaian Pembelajaran Program Studi yang Dirujuk

CPL1S	<ol style="list-style-type: none">1. Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara, dan kemajuan peradaban berdasarkan Pancasila.2. Berperan sebagai warga negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada negara dan bangsa.3. Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan.
CPL2P	<ol style="list-style-type: none">1. Memiliki kemampuan pedagogik terkait dengan mata kuliah TP. Pembelajaran Masase Olahraga.2. Menguasai pengetahuan tentang peserta didik, teori dan metodologi pembelajaran, model, prinsip, prosedur dan evaluasi pembelajaran mata kuliah TP. Pembelajaran Masase Olahraga dengan penerapan IPTEKOR.3. Menguasai pengetahuan tentang teori dan praktik masase dan terapi olahraga yang berkaitan dengan sejarah masase, pengaruh masase terhadap organ tubuh, kontraindikasi masase olahraga, faktor-faktor yang mempengaruhi pelaksanaan masase, masase dalam latihan dan periode transisi, masase dalam bermacam-macam bentuk aktivitas olahraga, prosedur masase olahraga, kondisi dan peraturan praktik masase, teknik masase partial dan general dan

	<p>masase terapi cedera olahraga.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Mampu memanfaatkan berbagai sumber belajar, media pembelajaran dan potensi lingkungan masyarakat dalam melaksanakan penelitian tentang mata kuliah TP. Pembelajaran Masase Olahraga. 5. Mampu menjalin hubungan professional dan interpersonal secara konstruktif dan bertanggungjawab untuk membantu menyelesaikan persoalan dalam pembelajaran mata kuliah TP. Pembelajaran Masase Olahraga baik secara individu maupun kelompok
CPL3KU	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mampu mempraktikkan keterampilan masase olahraga. 2. Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur tentang mata kuliah TP. Masase Olahraga. 3. Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok pada mata kuliah TP. Pembelajaran Masase Olahraga. 4. Menguasai Keterampilan tentang pemanfaatan perangkat teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung pembelajaran TP. Masase Olahraga.
CPL4KK	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mampu mempraktikkan keterampilan masase olahraga yang meliputi: prosedur masase olahraga, teknik masase partial dan general, dan masase olahraga. 2. Mampu merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran TP. Pembelajaran Masase Olahraga yang inspiratif, kreatif, inovatif, menantang, menyenangkan dan memotivasi. 3. Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan pada mata kuliah TP. Pembelajaran Masase Olahraga. 4. Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan kualitas proses pembelajaran TP. Pembelajaran Masase Olahraga.

4. Materi Pembelajaran

sejarah masase dan tujuan, pengaruh masase terhadap organ tubuh, kontraindikasi masase olahraga, faktor-faktor yang mempengaruhi pelaksanaan masase, masase dalam latihan dan periode transisi, masase dalam bermacam-macam bentuk aktivitas olahraga, prosedur masase olahraga, kondisi dan peraturan praktik masase, teknik masase partial dan general, dan masase terapi cedera olahraga.)

5. Metode Pembelajaran

Pembelajaran kolaboratif, pembelajaran berbasis masalah, pembelajaran berbasis proyek diskusi kelompok

6. Metode Penilaian

Observasi, partisipasi, tes lisan, unjuk kerja

7. Daftar Referensi

1. Masase Olahraga, (A Rahim, 1987)
2. Masase Olahraga, Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan dan Pendidikan Kesehatan (Mashoed dan Soetatmo, 1979)
3. Masase, *Principles and Techniques* (Wood E. C., 1974)
4. Massage Therapy: *Principle and Practice* (Susan. G. Salvo, 2002)
5. Terapi Masase Frirage (Graha S, Ali dan Bambang Priyonoadi, 2008)
6. Fondy, T. (2016). *Sport Massage: Panduan Praktis Merawat & Mereposisi Cedera*. Gramedia Pustaka Utama.
7. Wibowo, Ari Kurniawan, 2020. *Sport Massage Pijat Kebugaran*, Tulungagung: Akademika Pustaka
8. Sanusi, R., Surahman, F., & Yeni, H. O. (2020). Pengembangan Buku Ajar Penanganan dan Terapi Cedera Olahraga. *Journal Sport Area*, 5(1), 40-50
9. Tisna, G. D., Kusuma, K. C. A., Muliarta, I. W., & Darmawan, G. E. B. (2023). Content validity of D-MESS: Articulate storyline 3-based learning media in sport massage courses. *Journal Sport Area*, 8(1), 105-116