


## RTM 1

	<b>UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA</b> <b>FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN</b> <b>ILMU KEOLAHRAGAAN</b>
<b>RENCANA TUGAS MAHASISWA</b>	
<b>MATA KULIAH</b>	<b>Masase Olahraga</b>
<b>KODE</b>	<b>IKOS119603</b>
<b>DOSEN</b>	<b>Gede Doddy Tisna MS</b>
<b>BENTUK TUGAS</b>	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Penelitian dan Identifikasi.</li><li>2. Pembuatan Laporan</li><li>3. Diskusi Kelompok</li><li>4. Presentasi Hasil</li></ol>	
<b>JUDUL TUGAS</b>	
RTM 1. Memberikan analisis yang mendalam tentang sejarah dan tujuan masase olahraga. Sejarah masase di dunia dan berbagai tujuan yang didapatkan ketika diberikan terapi masase pada pasien.	
<b>SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN</b>	
RTM 1 Mahasiswa mampu menjelaskan dan memiliki pemahaman tentang sejarah masase olahraga dan tujuan masase olahraga	
<b>DESKRIPSI TUGAS</b>	
<p>RTM 1. Memberikan analisis yang mendalam tentang sejarah dan tujuan masase olahraga. Sejarah masase di dunia dan berbagai tujuan yang didapatkan ketika diberikan terapi masase pada pasien.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>Sejarah massage olahraga</b><ol style="list-style-type: none"><li>a. Mahasiswa memahami sejarah dan perkembangan masase olahraga dari awal peradaban sampai perkembangan olahraga.</li><li>b. Fokus mengkaji pada sejarah dan perkembangan masase kajian aspek olahraga</li></ol></li><li>2. <b>Tujuan Masase Olahraga</b><ol style="list-style-type: none"><li>a. Mahasiswa memahami terkait tujuan masase olahraga</li><li>b. Mampu mengidentifikasi masase yang berhubungan dengan tujuan masase olahraga</li></ol></li><li>3. <b>Laporan dan Presentasi</b><ol style="list-style-type: none"><li>a. Mahasiswa Menyusun laporan hasil analisis dan menghubungkan temuan dari kajian sejarah masase dan tujuan masase olahraga.</li></ol></li></ol>	

b. Presentasi hasil analisis di kelas
<b>METODE Pengerjaan Tugas</b>
<b>RTM 1. PROBLEM BASE LEARNING</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penelitian dan Identifikasi Masalah <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa mengidentifikasi masalah yang relevan dengan topik pembelajaran.</li> <li>• Mereka melakukan penelitian untuk memahami masalah tersebut secara mendalam</li> </ul> </li> <li>2. Pembutan Laporan <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa menyusun hasil penelitian mereka dalam bentuk laporan</li> <li>• Laporan ini mencakup analisis masalah, solusi yang diusulkan dan pemahaman mereka tentang topik</li> </ul> </li> <li>3. Diskusi Kelompok. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa berkolaborasi dalam kelompok untuk membahas masalah dan mencari solusi</li> <li>• Diskusi ini memungkinkan mereka berbagi ide, memperluas pemahaman dan memecahkan masalah. bersama</li> </ul> </li> <li>4. Presentasi Hasil. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa mempersentasikan berbagai temuan dan solusi dengan teman sekelasnya</li> </ul> </li> </ol>
<b>BENTUK DAN FORMAT LUARAN</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Obyek Garapan : Sejarah dan Tujuan Masase</li> <li>b. Bentuk Luaran : 1. Laporan, 2. Presentasi</li> </ol>
<b>INDIKATOR, KRETERIA DAN BOBOT PENILAIAN</b>
<b>RTM 2</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Sejarah massage olahraga (40 %)</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Mahasiswa memahami sejarah dan perkembangan masase olahraga dari awal peradaban sampai perkembanagan olahraga.</li> <li>b. Fokus mengkasi pada sejarah dan perkembangan masase kajian aspek olahraga</li> </ol> </li> <li>2. <b>Tujuan Masase Olahraga (40%)</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Mahasiswa memahami terkait tujuan masase olahraga</li> <li>b. Mampu mengidentifikasi masase yang berhubungan dengan tujuan masase olahraga</li> </ol> </li> <li>3. <b>Laporan dan Presentasi (10%)</b></li> </ol>

- a. Mahasiswa Menyusun laporan hasil analisis dan menghubungkan temuan dari kajian sejarah masase dan tujuan masasae olahraga.
- b. Presentasi hasil analisis di kelas

#### KETERANGAN LAIN


##### Struk Laporan

1. Pendahuluan
  - Deskripsi singkat terkait topik yang dibahas.
  - Tujuan dan Relevansi tugas
2. Landasan Teori
  - Penjelasan konsep-konsep yang relevan dengan topik.
  - Referensi Pustaka yang digunakan
3. Kesimpulan
  - Ringkasan temuan utama
  - Implikasi dan saran
4. Daftar Pustaka
  - Daftar semua referensi

#### DAFTAR RUJUKAN

1. Masase Olahraga, (A Rahim, 1987)
2. Masase Olahraga, Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan dan Pendidikan Kesehatan (Mashoed dan Soetatmo, 1979)
3. Masase, *Priciples 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

## RTM II

	<b>UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA</b> <b>FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN</b> <b>ILMU KEOLAHRAGAAN</b>
<b>RENCANA TUGAS MAHASISWA</b>	
<b>MATA KULIAH</b>	<b>Massae Olahraga</b>
<b>KODE</b>	IKOS119603
<b>DOSEN</b>	<b>Gede Doddy Tisna MS</b>
<b>BENTUK TUGAS</b>	
1. Penelitian dan Identifikasi. 2. Pembuatan Laporan 3. Diskusi Kelompok 4. Presentasi Hasil	
<b>JUDUL TUGAS</b>	
RTM 2 Memberikan analisis memberikan pemahaman yang mendalam pengaruh masase terhadap organ tubuh, pengaruh masase terhadap kulit, pengaruh masase terhadap jaringan konjungtiva, pengaruh masase terhadap elemen- elemen alat pengokoh dan gerakan, pengaruh masase terhadap sirkulasi darah dan limfa, pengaruh masase terhadap sistem saraf, pengaruh terhadap jaringan dan organ dalam	
<b>SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN</b>	
RTM 2 Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh masase terhadap kulit, pengaruh masase terhadap jaringan konjungtiva, pengaruh masase terhadap elemen- elemen alat pengokoh dan gerakan, pengaruh masase terhadap sirkulasi darah dan limfa, pengaruh masase terhadap sistem saraf.	
<b>DESKRIPSI TUGAS</b>	
RTM 2. Memberikan analisis memberikan pemahaman yang mendalam pengaruh masase terhadap organ tubuh, pengaruh masase terhadap kulit, pengaruh masase terhadap jaringan konjungtiva, pengaruh masase terhadap elemen- elemen alat pengokoh dan gerakan, pengaruh masase terhadap sirkulasi darah dan limfa, pengaruh masase terhadap sistem saraf, pengaruh terhadap jaringan dan organ	
<div style="margin-left: 20px;"> <b>1. Pengaruh masase terhadap organ tubuh</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh masase terhadap kulit.</li> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh masase terhadap jaringan konjungtiva</li> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh masase terhadap elemen- elemen alat pengokoh dan gerakan.</li> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh masase terhadap sirkulasi darah dan limfa.</li> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh masase terhadap sistem saraf.</li> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh terhadap jaringan dan organ dalam</li> </ul> </div>	

## **2. Laporan dan Presentasi**

- Mahasiswa Menyusun laporan hasil analisis dan menghubungkan temuan dari kajian sejarah masase dan tujuan masasae olahraga.
- Presentasi hasil analisis di kelas

### **METODE Pengerjaan Tugas**

#### **RTM 1. PROBLEM BASE LEARNING**

##### **1. Penelitian dan Identifikasi Masalah**

- Mahasiswa mengidentifikasi masalah yang relevan dengan topik pembelajaran.
- Mereka melakukan penelitian untuk memahami masalah tersebut secara mendalam

##### **2. Pembutan Laporan**

- Mahasiswa menyusun hasil penelitian mereka dalam bentuk laporan
- Laporan ini mencakup analisis masalah, solusi yang diusulkan dan pemahaman mereka tentang topik

##### **3. Diskusi Kelompok.**

- Mahasiswa berkolaborasi dalam kelompok untuk membahas masalah dan mencari solusi
- Diskusi ini memungkinkan mereka berbagi ide, memperluas pemahaman dan memecahkan masalah. bersama

##### **4. Prsentasi Hasil.**

- Mahasiswa mempersentasikan berbagai temuan dan solusi dengan teman sekelasnya

### **BENTUK DAN FORMAT LUARAN**

- a. Obyek Garapan : Pengaruh masase terhadap organ tubuh
- b. Bentuk Luaran : 1. Laporan, 2. Presentasi

### **INDIKATOR, KRETERIA DAN BOBOT PENILAIAN**

#### **RTM 2.**

##### **1. Pengaruh masase terhadap organ tubuh (90 %)**

- Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh masase terhadap kulit.
- Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh masase terhadap jaringan konjungtiva
- Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh masase terhadap elemen- elemen alat pengokoh dan gerakan.
- Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh masase terhadap sirkulasi darah dan limfa.

- Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh masase terhadap sistem saraf.
- Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh terhadap jaringan dan organ dalam

## 2. Laporan dan Presentasi (10%)

- Mahasiswa Menyusun laporan hasil analisis dan menghubungkan temuan dari kajian sejarah masase dan tujuan masasae olahraga.
- Presentasi hasil analisis di kelas

### KETERANGAN LAIN

#### Struk Laporan

##### 1. Pendahuluan

- Deskripsi singkat terkait topik yang dibahas.
- Tujuan dan Relevansi tugas

##### 2. Landasan Teori

- Penjelasan konsep-konsep yang relevan dengan topik.
- Referensi Pustaka yang digunakan

##### 3. Kesimpulan

- Ringkasan temuan utama
- Implikasi dan saran


##### 4. Daftar Pustaka

- Daftar semua referensi

### DAFTAR RUJUKAN

1. Masase Olahraga, (A Rahim, 1987)
2. Masase Olahraga, Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan dan Pendidikan Kesehatan (Mashoed dan Soetatmo, 1979)
3. Masase, *Priciples 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

### RTM 3

	<b>UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA</b> <b>FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN</b> <b>ILMU KEOLAHRAGAAN</b>
<b>RENCANA TUGAS MAHASISWA</b>	
<b>MATA KULIAH</b>	<b>Massae Olahraga</b>
<b>KODE</b>	<b>IKOS119603</b>
<b>DOSEN</b>	<b>Gede Doddy Tisna MS</b>
<b>BENTUK TUGAS</b>	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Penelitian dan Identifikasi.</li><li>2. Pembuatan Laporan</li><li>3. Diskusi Kelompok</li><li>4. Presentasi Hasil</li></ol>	
<b>JUDUL TUGAS</b>	
RTM 3 Memberikan analisis memberikan pemahaman yang mendalam tentang menjelaskan kontra indikasi masase olahraga. Menjelaskan dan memiliki informasi mengenai pasien (orang yang akan dimasase). Melakukan observasi terhadap bagian yang akan dimasase. Melakukan palpasi terhadap bagian yang akan dimasase Menejelaskan kondisi yang bagaimana bisa dimasase. Menjelaskan Kondisi yang bagaimana tidak boleh dimasase.	
<b>SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN</b>	
RTM 3 Mahasiswa mampu menjelaskan dan memiliki informasi mengenai pasien (orang yang akan dimasase), melakukan observasi terhadap bagian yang akan dimasase, melakukan palpasi terhadap bagian yang akan dimasase, menejelaskan kondisi yang bagaimana bisa dimasase , menjelaskan Kondisi yang bagaimana tidak boleh dimasase	
<b>DESKRIPSI TUGAS</b>	
<p>RTM 3. Memberikan analisis memberikan pemahaman yang mendalam yang mendalam tentang menjelaskan kontra indikasi masase olahraga. Menjelaskan dan memiliki informasi mengenai pasien (orang yang akan dimasase). Melakukan observasi terhadap bagian yang akan dimasase. Melakukan palpasi terhadap bagian yang akan dimasase Menejelaskan kondisi yang bagaimana bisa dimasase. Menjelaskan Kondisi yang bagaimana tidak boleh dimasase.</p> <p><b>1. Pengaruh masase terhadap organ tubuh</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mampu menjelaskan kontra indikasi masase olahraga</li><li>• Mahasiswa mampu menjelaskan dan memiliki informasi mengenai pasien (orang yang akan dimasase)</li><li>• Mahasiswa mampu melakukan observasi terhadap bagian yang akan dimasase</li><li>• Mahasiswa mampu melakukan palpasi terhadap bagian yang akan dimasase</li></ul>	

- Mahasiswa mampu menjelaskan kondisi yang bagaimana bisa dimasase
- Mahasiswa mampu menjelaskan Kondisi yang bagaimana tidak boleh dimasase

## 2. Laporan dan Presentasi

- Mahasiswa Menyusun laporan hasil analisis dan menghubungkan temuan dari kajian sejarah masase dan tujuan masasae olahraga.
- Presentasi hasil analisis di kelas

### **METODE Pengerjaan Tugas**

#### **RTM 1. PROBLEM BASE LEARNING**

##### 1. Penelitian dan Identifikasi Masalah

- Mahasiswa mengidentifikasi masalah yang relevan dengan topik pembelajaran.
- Mereka melakukan penelitian untuk memahami masalah tersebut secara mendalam

##### 2. Pembutan Laporan

- Mahasiswa menyusun hasil penelitian mereka dalam bentuk laporan
- Laporan ini mencakup analisis masalah, solusi yang diusulkan dan pemahaman mereka tentang topik

##### 3. Diskusi Kelompok.

- Mahasiswa berkolaborasi dalam kelompok untuk membahas masalah dan mencari solusi
- Diskusi ini memungkinkan mereka berbagi ide, memperluas pemahaman dan memecahkan masalah. bersama

##### 4. Prsentasi Hasil.

- Mahasiswa mempersentasikan berbagai temuan dan solusi dengan teman sekelasnya

### **BENTUK DAN FORMAT LUARAN**

- Obyek Garapan : Pengaruh masase terhadap organ tubuh
- Bentuk Luaran : 1. Laporan, 2. Presentasi

### **INDIKATOR, KRETERIA DAN BOBOT PENILAIAN**


#### **RTM 3.**

- **Pengaruh masase terhadap organ tubuh (90%)**

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mampu menjelaskan kontra indikasi masase olahraga</li> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan dan memiliki informasi mengenai pasien (orang yang akan dimasase)</li> <li>• Mahasiswa mampu melakukan observasi terhadap bagian yang akan dimasase</li> <li>• Mahasiswa mampu melakukan palpasi terhadap bagian yang akan dimasase</li> <li>• Mahasiswa mampu menejelaskan kondisi yang bagaimana bisa dimasase</li> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan Kondisi yang bagaimana tidak boleh dimasase</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Laporan dan Presentasi (10%)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa Menyusun laporan hasil analisis dan menghubungkan temuan dari kajian sejarah masase dan tujuan masasae olahraga.</li> <li>• Presentasi hasil analisis di kelas</li> </ul> </li> </ul>
<b>KETERANGAN LAIN</b>
<p>Struk Laporan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pendahuluan <ul style="list-style-type: none"> <li>• Deskripsi singkat terkait topik yang dibahas.</li> <li>• Tujuan dan Relevansi tugas</li> </ul> </li> <li>2. Landasan Teori <ul style="list-style-type: none"> <li>• Penjelasan konsep-konsep yang relevan dengan topik.</li> <li>• Referensi Pustaka yang digunakan</li> </ul> </li> <li>3. Kesimpulan <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ringkasan temuan utama</li> <li>• Implikasi dan saran</li> </ul> </li> <li>4. Daftar Pustaka <ul style="list-style-type: none"> <li>• Daftar semua referensi</li> </ul> </li> </ol>
<b>DAFTAR RUJUKAN</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Masase Olahraga, (A Rahim, 1987)</li> <li>2. Masase Olahraga, Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan dan Pendidikan Kesehatan (Mashoed dan Soetatmo, 1979)</li> <li>3. Masase, <i>Principles and Techniques</i> (Wood E. C., 1974)</li> <li>4. Massage Therapy: <i>Principle and Practice</i> (Susan. G. Salvo, 2002)</li> <li>5. Terapi Masase Frirage (Graha S, Ali dan Bambang Priyonoadi, 2008)</li> <li>6. Fondy, T. (2016). <i>Sport Massage: Panduan Praktis Merawat &amp; Mereposisi Cedera</i>. Gramedia Pustaka Utama.</li> </ol>

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

## RTM 4

	<p style="text-align: center;"><b>UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA</b> <b>FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN</b> <b>ILMU KEOLAHRAGAAN</b></p>
<b>RENCANA TUGAS MAHASISWA</b>	
<b>MATA KULIAH</b>	<b>Massae Olahraga</b>
<b>KODE</b>	<b>IKOS119603</b>
<b>DOSEN</b>	<b>Gede Doddy Tisna MS</b>
<b>BENTUK TUGAS</b>	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Penelitian dan Identifikasi.</li><li>2. Pembuatan Laporan</li><li>3. Diskusi Kelompok</li><li>4. Presentasi Hasil</li></ol>	
<b>JUDUL TUGAS</b>	
RTM 4 Memberikan analisis memberikan pemahaman yang mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pelaksanaan masase. Menjelaskan faktor masase terkait cabang olahraga yang dilakuka, menjelaskan kondisi tubuh olahragawan, menjelaskan keadaan psikis olahragawan, menjelaskan waktu yang tersedia, menjelaskan pengaruh akomodasi yang digunakan, menjelaskan pengaruh keadaan cuaca, menjelaskan faktor lamanya dan intersitas ketegangan .	
<b>SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN</b>	
RTM 4 Mahasiswa mampu menjelaskan dan memiliki informasi mengenai Mahasiswa menjelaskan faktor masase terkait cabang olahraga yang dilakukan, kondisi tubuh olahragawan, waktu yang tersedia, akomodasi yang digunakan, keadaan cuac dan faktor lamanya dan intersitas ketegangan	
<b>DESKRIPSI TUGAS</b>	
<p>RTM 4. Dalam pelaksanaan pertandingan di pengaruhi oleh cuaca dalam bertanding, proses dalam pertandingan, psikis atlet, anggota tubuh yang terlibat banyak dalam olahraga tersebut, waktu yang tersedia. Sebagai seorang masiur maka kita harus menegtahu faktor-faktor yang mmpengaruhi pelaksanaan masase. menjelaskan pengaruh keadaan cuaca, menjelaskan faktor lamanya dan intersitas ketegangan</p> <p><b>1. Faktor yang mempengaruhi pelaksanaan masase</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mahasiswa menjelaskan faktor masase terkait cabang olahraga yang dilakukan</li><li>• Mahasiswa mampu menjelaskan kondisi tubuh olahragawan</li><li>• Mahasiswa mampu menjelaskan waktu yang tersedia</li><li>• Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh akomodasi yang digunakan</li></ul>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh keadaan cuaca</li> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan faktor lamanya dan intensitas ketegangan</li> </ul> <p><b>2. Laporan dan Presentasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa Menyusun laporan hasil analisis dan menghubungkan temuan dari kajian sejarah masase dan tujuan masasae olahraga.</li> <li>• Presentasi hasil analisis di kelas</li> </ul>
<b>METODE Pengerjaan Tugas</b>
<p><b>RTM 4. PROBLEM BASE LEARNING</b></p> <p>1. Penelitian dan Identifikasi Masalah</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa mengidentifikasi masalah yang relevan dengan topik pembelajaran.</li> <li>• Mereka melakukan penelitian untuk memahami masalah tersebut secara mendalam</li> </ul> <p>2. Pembutan Laporan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa menyusun hasil penelitian mereka dalam bentuk laporan</li> <li>• Laporan ini mencakup analisis masalah, solusi yang diusulkan dan pemahaman mereka tentang topik</li> </ul> <p>3. Diskusi Kelompok.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa berkolaborasi dalam kelompok untuk membahas masalah dan mencari solusi</li> <li>• Diskusi ini memungkinkan mereka berbagi ide, memperluas pemahaman dan memecahkan masalah. bersama</li> </ul> <p>4. Prrsentasi Hasil.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa mempersentasikan berbagai temuan dan solusi dengan teman sekelasnya</li> </ul>
<b>BENTUK DAN FORMAT LUARAN</b>
<p>a. Obyek Garapan : Faktor yang mempengaruhi pelaksanaan masase</p> <p>b. Bentuk Luaran : 1. Laporan, 2. Presentasi</p>
<b>INDIKATOR, KRETERIA DAN BOBOT PENILAIAN</b>
<p><b>RTM 4</b></p> <p><b>1. Faktor yang mempengaruhi pelaksanaan masase (90%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa menjelaskan faktor masase terkait cabang olahraga yang dilakukan</li> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan kondisi tubuh olahragawan</li> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan waktu yang tersedia</li> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh akomodasi yang digunakan</li> </ul>

- Mahasiswa mampu menjelaskan pengaruh keadaan cuaca
- Mahasiswa mampu menjelaskan faktor lamanya dan intensitas ketegangan

## 2. Laporan dan Presentasi (10%)

- Mahasiswa Menyusun laporan hasil analisis dan menghubungkan temuan dari kajian sejarah masase dan tujuan masasae olahraga.
- Presentasi hasil analisis di kelas

### KETERANGAN LAIN

#### Struk Laporan

##### 1. Pendahuluan

- Deskripsi singkat terkait topik yang dibahas.
- Tujuan dan Relevansi tugas

##### 2. Landasan Teori

- Penjelasan konsep-konsep yang relevan dengan topik.
- Referensi Pustaka yang digunakan

##### 3. Kesimpulan

- Ringkasan temuan utama
- Implikasi dan saran


##### 4. Daftar Pustaka

- Daftar semua referensi

### DAFTAR RUJUKAN

1. Masase Olahraga, (A Rahim, 1987)
2. Masase Olahraga, Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan dan Pendidikan Kesehatan (Mashoed dan Soetatmo, 1979)
3. Masase, *Priciples 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

## RTM V

	<b>UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA</b> <b>FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN</b> <b>ILMU KEOLAHRAGAAN</b>
<b>RENCANA TUGAS MAHASISWA</b>	
<b>MATA KULIAH</b>	<b>Massae Olahraga</b>
<b>KODE</b>	<b>IKOS119603</b>
<b>DOSEN</b>	<b>Gede Doddy Tisna MS</b>
<b>BENTUK TUGAS</b>	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Penelitian dan Identifikasi.</li><li>2. Pembuatan Laporan</li><li>3. Diskusi Kelompok</li><li>4. Presentasi Hasil</li></ol>	
<b>JUDUL TUGAS</b>	
RTM 5 Memberikan analisis memberikan pemahaman yang mendalam tentang kondisi dan peraturan praktik masase, ruangan masase, perlengkapan masase, syarat fisik maesiur, pasien, waktu, pelicin dan latihan seorang mesiur..	
<b>SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN</b>	
RTM 5 Mahasiswa mampu menjelaskan dan memiliki informasi mengenai Mahasiswa menjelaskan ruangan masase, perlengkapan masase, syarat fisik maseur Pasien, waktu, pelicin, dan latihan seorang maseur	
<b>DESKRIPSI TUGAS</b>	
<p>RTM 5. Pemberian masase harus dilakukan dengan SOP yang jelas. Banyak orang yang memberikan massase dengan tahapan dan teknik yang kurang tepat. Oleh karena itu buatlah makalah terkait kondisi dan peraturan praktik masase, ruangan masase, perlengkapan masase, syarat fisik maesiur, pasien, waktu, pelicin dan latihan seorang mesiur.</p> <ol style="list-style-type: none"><li><b>1. Kondisi dan peraturan praktik masase</b><ul style="list-style-type: none"><li>• Mahasiswa menjelaskan ruangan masase</li><li>• Mahasiswa mampu menjelaskan perlengkapan masase</li><li>• Mahasiswa mampu menjelaskan syarat fisik maseur Pasien, waktu, pelicin, dan latihan seorang maseu</li></ul></li><li><b>2. Laporan dan Presentasi</b><ul style="list-style-type: none"><li>• Mahasiswa Menyusun laporan hasil analisis dan menghubungkan temuan dari kajian sejarah masase dan tujuan masasae olahraga.</li></ul></li></ol>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentasi hasil analisis di kelas</li> </ul>
<b>METODE Pengerjaan Tugas</b>
<b>RTM 4. PROBLEM BASE LEARNING</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penelitian dan Identifikasi Masalah <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa mengidentifikasi masalah yang relevan dengan topik pembelajaran.</li> <li>• Mereka melakukan penelitian untuk memahami masalah tersebut secara mendalam</li> </ul> </li> <li>2. Pembutan Laporan <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa menyusun hasil penelitian mereka dalam bentuk laporan</li> <li>• Laporan ini mencakup analisis masalah, solusi yang diusulkan dan pemahaman mereka tentang topik</li> </ul> </li> <li>3. Diskusi Kelompok. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa berkolaborasi dalam kelompok untuk membahas masalah dan mencari solusi</li> <li>• Diskusi ini memungkinkan mereka berbagi ide, memperluas pemahaman dan memecahkan masalah. bersama</li> </ul> </li> <li>4. Prsentasi Hasil. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa mempersentasikan berbagai temuan dan solusi dengan teman sekelasnya</li> </ul> </li> </ol>
<b>BENTUK DAN FORMAT LUARAN</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Obyek Garapan : Kondisi dan Peraturan Praktik masase</li> <li>b. Bentuk Luaran : 1. Laporan, 2. Presentasi</li> </ol>
<b>INDIKATOR, KRETERIA DAN BOBOT PENILAIAN</b>
<b>RTM 5</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Kondisi dan peraturan praktik masase (90 %)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa menjelaskan ruangan masase</li> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan perlengkapan masase</li> <li>• Mahasiswa mampu menjelaskan syarat fisik maseur Pasien, waktu, pelicin, dan latihan seorang maseu</li> </ul> </li> <li>2. <b>Laporan dan Presentasi (10%)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa Menyusun laporan hasil analisis dan menghubungkan temuan dari kajian sejarah masase dan tujuan masasae olahraga.</li> <li>• Presentasi hasil analisis di kelas</li> </ul> </li> </ol>

## KETERANGAN LAIN

### Struk Laporan

#### 1. Pendahuluan

- Deskripsi singkat terkait topik yang dibahas.
- Tujuan dan Relevansi tugas

#### 2. Landasan Teori

- Penjelasan konsep-konsep yang relevan dengan topik.
- Referensi Pustaka yang digunakan

#### 3. Kesimpulan

- Ringkasan temuan utama
- Implikasi dan saran


#### 4. Daftar Pustaka

- Daftar semua referensi

## DAFTAR RUJUKAN

1. Masase Olahraga, (A Rahim, 1987)
2. Masase Olahraga, Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan dan Pendidikan Kesehatan (Mashoed dan Soetatmo, 1979)
3. Masase, *Priciples 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


## RTM VI

	<b>UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA</b> <b>FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN</b> <b>ILMU KEOLAHRAGAAN</b>
<b>RENCANA TUGAS MAHASISWA</b>	
<b>MATA KULIAH</b>	<b>Massae Olahraga</b>
<b>KODE</b>	<b>IKOS119603</b>
<b>DOSEN</b>	<b>Gede Doddy Tisna MS</b>
<b>BENTUK TUGAS</b>	
Vidio Masase	
<b>JUDUL TUGAS</b>	
RTM 6 Memberikan analisis memberikan pemahaman yang mendalam tentang jenis-jenis manipulasi masase. manipulasi pokok dalam masase, prosedur gerakan masase.	
<b>SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN</b>	
RTM 6 Mahasiswa mampu menjelaskan dan mempraktikkan manipulasi pokok dalam masase, Mahasiswa mampu menejelaskan dan mempraktikkan prosedur gerakan masase, Mahasiswa mampu menejelaskan dan mempraktikkan Bermacam- macam prosedur masase lainnya	
<b>DESKRIPSI TUGAS</b>	
<p>RTM 6. Pemberian masase harus dilakukan dengan SOP yang jelas. Banyak orang yang memberikan massase dengan tahapan dan teknik yang kurang tepat. Oleh karena itu buatlah video manipulasi masase.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Manipulasi Masase (70%)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa menjelaskan rmanipulasi massage dalam video</li> <li>• Mahasiswa melakukan manipulasi dengan baik</li> </ul> </li> <li><b>2. Vidio (30%)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa membuat video dengan baik, durasi tidak panjang, gambar dan suara jelas</li> </ul> </li> </ol>	
<b>METODE Pengerjaan Tugas</b>	
<b>RTM 4. PROBLEM BASE LEARNING</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Penelitian dan Identifikasi Masalah</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa mengidentifikasi masalah yang relevan dengan topik pembelajaran.</li> </ul> </li> </ol>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mereka melakukan penelitian untuk memahami masalah tersebut secara mendalam</li> </ul> <p>2. Pembuatan Laporan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa membuat video</li> <li>• video ini mencakup analisis masalah, solusi yang diusulkan dan pemahaman mereka tentang topik</li> </ul> <p>3. Diskusi Kelompok.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa berkolaborasi dalam kelompok untuk membahas masalah dan mencari solusi</li> <li>• Diskusi ini memungkinkan mereka berbagi ide, memperluas pemahaman dan memecahkan masalah. bersama</li> </ul> <p>4. Presentasi Hasil.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa membuat video</li> </ul>
<b>BENTUK DAN FORMAT LUARAN</b>
<p>c. Obyek Garapan : Teknik manipulasi massage</p> <p>d. Bentuk Luaran : Video Massage</p>
<b>INDIKATOR, KRETERIA DAN BOBOT PENILAIAN</b>
<p>RTM 6</p> <p><b>1. Manipulasi Masase (70 %)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa menjelaskan manipulasi massage dalam video</li> <li>• Mahasiswa melakukan manipulasi dengan baik</li> </ul> <p><b>2. Video (30%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa membuat video dengan baik, durasi tidak panjang, gambar dan suara jelas</li> </ul>
<b>KETERANGAN LAIN</b>
<p>Struktur Video</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Salam pembuka/perkenalan</li> <li>• Isi Video</li> <li>• Penutup</li> </ul>
<b>DAFTAR RUJUKAN</b>
<p>1. Masase Olahraga, (A Rahim, 1987)</p>

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

## RTM VII

	<b>UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA</b> <b>FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN</b> <b>ILMU KEOLAHRAGAAN</b>
<b>RENCANA TUGAS MAHASISWA</b>	
<b>MATA KULIAH</b>	<b>Massae Olahraga</b>
<b>KODE</b>	<b>IKOS119603</b>
<b>DOSEN</b>	<b>Gede Doddy Tisna MS</b>
<b>BENTUK TUGAS</b>	
Vidio Masase	
<b>JUDUL TUGAS</b>	
RTM 6 Memberikan analisis memberikan pemahaman yang mendalam tentang jenis-jenis manipulasi masase. manipulasi pokok dalam masase, prosedur gerakan masase.	
<b>SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN</b>	
RTM 7 Mahasiswa mampu menjelaskan dan mempraktikkan manipulasi pokok dalam masase, Mahasiswa mampu menejelaskan dan mempraktikkan prosedur gerakan masase, Mahasiswa mampu menejelaskan dan mempraktikkan Bermacam- macam prosedur masase lainnya	
<b>DESKRIPSI TUGAS</b>	
<p>RTM 7. Pemberian masase harus dilakukan dengan SOP yang jelas. Banyak orang yang memberikan massase dengan tahapan dan teknik yang kurang tepat. Oleh karena itu buatlah video manipulasi masase.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Manipulasi Masase.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa menjelaskan rmanipulasi massage dalam video</li> <li>• Mahasiswa melakukan manipulasi dengan baik</li> </ul> </li> <li><b>2. Vidio</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa membuat video dengan baik, durasi tidak panjang, gambar dan suara jelas</li> </ul> </li> </ol>	
<b>METODE Pengerjaan Tugas</b>	
<b>RTM 4. PROBLEM BASE LEARNING</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penelitian dan Identifikasi Masalah <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa mengidentifikasi masalah yang relevan dengan topik pembelajaran.</li> </ul> </li> </ol>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mereka melakukan penelitian untuk memahami masalah tersebut secara mendalam</li> </ul> <p>2. Pembuatan Laporan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa membuat video</li> <li>• video ini mencakup analisis masalah, solusi yang diusulkan dan pemahaman mereka tentang topik</li> </ul> <p>3. Diskusi Kelompok.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa berkolaborasi dalam kelompok untuk membahas masalah dan mencari solusi</li> <li>• Diskusi ini memungkinkan mereka berbagi ide, memperluas pemahaman dan memecahkan masalah. bersama</li> </ul> <p>4. Presentasi Hasil.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa membuat video</li> </ul>
<b>BENTUK DAN FORMAT LUARAN</b>
<p>a. Obyek Garapan : Teknik manipulasi massage</p> <p>b. Bentuk Luaran : Video Massage</p>
<b>INDIKATOR, KRETERIA DAN BOBOT PENILAIAN</b>
<p>RTM 6</p> <p><b>1. Manipulasi Masase.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa menjelaskan manipulasi massage dalam video</li> <li>• Mahasiswa melakukan manipulasi dengan baik</li> </ul> <p><b>2. Video</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa membuat video dengan baik, durasi tidak panjang, gambar dan suara jelas</li> </ul>
<b>KETERANGAN LAIN</b>
<p>Struktur Video</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Salam pembuka/perkenalan</li> <li>• Isi Video</li> <li>• Penutup</li> </ul>
<b>DAFTAR RUJUKAN</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Masase Olahraga, (A Rahim, 1987)</li> <li>2. Masase Olahraga, Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan dan Pendidikan Kesehatan (Mashoed dan Soetatmo, 1979)</li> </ol>

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