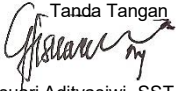
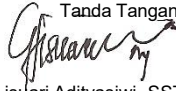





SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
S1 S1 FISIOTERAPI

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)	KODE	Rumpun MK	Bobot (sks)	SEMESTER	Tgl Penyusunan
TERAPI LATIHAN I	FIS22403		2	4	21 Februari 2024
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK		Ketua PRODI
	 Tanda Tangan Gian Lisuari Adityasiwi, SST., Ftr., M.Fis.		 Tanda Tangan Gian Lisuari Adityasiwi, SST., Ftr., M.Fis.		 Tanda Tangan Gian Lisuari Adityasiwi, SST., Ftr., M.Fis.



Peduli Penuh Kasih



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
S1 S1 FISIOTERAPI

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

Capaian Pembelajaran
(CP)

CPL-PRODI yang dibebankan pada MK

Sikap

1. Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius;
2. Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika;
3. Berperan sebagai warga negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggungjawab pada negara dan bangsa;
4. Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara berdasarkan Pancasila;
5. Bekerja sama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan; menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama, dan kepercayaan, serta pendapat atau temuan orisinal orang lain;
6. Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara;
7. Menunjukkan sikap bertanggungjawab atas pekerjaan di bidang keahliannya secara mandiri;
8. Menginternalisasi nilai, norma, dan etika akademik;
9. Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan, dan kewirausahaan;
10. Mampu bersikap etis dan peka budaya dalam pemberian layanan fisioterapi;
11. Memiliki sikap menghormati hak privasi, nilai budaya yang dianut dan martabat klien, menghormati hak klien untuk memilih dan menentukan sendiri pelayanan kesehatan khususnya pelayanan fisioterapi yang diberikan, serta bertanggung jawab atas kerahasiaan dan keamanan informasi tertulis, verbal dan elektronik yang diperoleh dalam kapasitas sesuai dengan lingkup tanggung jawabnya.

Keterampilan Umum

1. Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora yang sesuai dengan bidang keahliannya;
2. Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu, dan terukur;
3. Mampu mengkaji implikasi pengembangan atau implementasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengan keahliannya berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik seni;
4. Mampu menyusun deskripsi saintifik hasil kajian tersebut di atas dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir, dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi;
5. Mampu mengambil keputusan secara tepat dalam konteks penyelesaian masalah di bidang keahliannya, berdasarkan hasil analisis informasi dan data.

Pengetahuan

1. Menguasai konsep teoritis pada bidang keilmuan fisioterapi dan mampu melakukan penyelesaian masalah berdasarkan prosedural yang baku;
2. Menguasai konsep teoritis tentang biomekanik dan teknologi sumber fisis, serta memformulasikan penyelesaian masalah pada tubuh manusia yang berkaitan dengan pelayanan fisioterapi;
3. Mampu menguasai konsep teoritis dalam IPTEK, laboratorium dan radiologi, psikososial, yang berhubungan dengan fungsi dan gerak sebagai dasar dalam pelayanan fisioterapi;
4. Menguasai konsep teoritis pelaksanaan manajemen fisioterapi secara teori dan komprehensif pada muskuloskeletal, neuromuscular, kardiorespirasi, integumen, kesehatan reproduksi, pediatri, geriatri, olahraga dengan gerak dan fungsi sepanjang kehidupan manusia dengan menggunakan teknik fisioterapi yang dilakukan secara mandiri dan atau berkelompok;
5. Menguasai konsep teoritis sosialisasi kesehatan berkaitan dengan promotif dan preventif yang berkaitan dengan gerak dan fungsi;
6. Menguasai konsep teoritis tentang sistem pelayanan fisioterapi dan kesehatan nasional, dan pengetahuan faktual tentang sistem informasi, legislasi dan regulasi yang terkait dengan fisioterapi;
7. Menguasai konsep teoritis prinsip-prinsip K3, hak dan perlindungan kerja fisioterapi;
8. Menguasai konsep teoritis komunikasi terapeutik;
9. Menguasai konsep metode dan pelaksanaan penelitian ilmiah

Keterampilan khusus

1. Mampu melakukan interview, prosedur asesmen, observasi, tes fisioterapi, behavioral dan skoring tes Fisioterapi yang sesuai dengan prinsip diagnosis Fisioterapi dipakai di lapangan kerja serta diperbolehkan sesuai kode etik fisioterapi Indonesia.
2. Mampu mengembangkan instrumen pengukuran fisioterapi berlandaskan pada kaidah-kaidah psikometri.
3. Mampu menganalisis persoalan fisioterapis non-klinis dan persoalan perilaku, serta menyajikan alternatif pemecahan masalahnya yang sudah ada.
4. Mampu menyampaikan gagasan secara tertulis, menampilkan presentasi secara efektif, dan menggunakan teknologi informasi secara bertanggungjawab
5. Mampu memiliki sikap ilmiah dengan mengakses artikel jurnal ilmiah, buku, melakukan penelitian serta menghasilkan karya ilmiah dalam bidang fisioterapi.
6. Mampu merencanakan dan mengembangkan karier dirinya sendiri (Career and Personal Development).
7. Mampu bertanggung jawab pada bidang pekerjaan yang membutuhkan keahlian fisioterapi, mempunyai integritas keilmuan dan dapat bekerja dalam kelompok
8. Mampu melakukan evaluasi diri, mengelola penyuluhan secara mandiri, dapat secara efektif mengkomunikasikan informasi dan ide dengan berbagai bentuk media kepada masyarakat

Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)

1. Menguasai konsep teoritis pada bidang keilmuan fisioterapi dan mampu melakukan penyelesaian masalah berdasarkan prosedural yang baku (P1)
2. Mampu menguasai konsep teoritis dalam IPTEK, laboratorium dan radiologi, psikososial, yang berhubungan dengan fungsi dan gerak sebagai dasar dalam pelayanan fisioterapi; (P3)
3. Menguasai konsep teoritis pelaksanaan manajemen fisioterapi secara teori dan komprehensif pada muskuloskeletal, neuromuscular, kardiorespirasi, integumen, kesehatan reproduksi, pediatri, geriatri, olahraga dengan gerak dan fungsi sepanjang kehidupan manusia dengan menggunakan teknik fisioterapi yang dilakukan secara mandiri dan atau berkelompok; (P4)
4. Mampu melakukan interview, prosedur asesmen, observasi, tes fisioterapi, behavioral dan skoring tes Fisioterapi yang sesuai dengan prinsip diagnosis Fisioterapi dipakai di lapangan kerja serta diperbolehkan sesuai kode etik fisioterapi Indonesia. (KK1)
5. Mampu mengembangkan instrumen pengukuran fisioterapi berlandaskan pada kaidah-kaidah psikometri. (KK2)
6. Mampu bertanggung jawab pada bidang pekerjaan yang membutuhkan keahlian fisioterapi, mempunyai integritas keilmuan dan dapat bekerja dalam kelompok (KK7)

Deskripsi Singkat MK

Terapi Latihan I adalah matakuliah yang di ajarkan dalam perkuliahan Fisioterapi. Mata Kuliah Terapi Latihan I akan mempelajari tentang Konsep terapi latihan dasar yang dapat digunakan untuk menjadi pilihan terapi dalam memberikan pemulihan ataupun rehabilitasi pada pasien-pasien. Tujuan diberikan terapi latihan untuk memulihkan fungsi fisik, mengurangi rasa sakit, meningkatkan fleksibilitas, kekuatan otot, dan keseimbangan.



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
S1 S1 FISIOTERAPI

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

Bahan Kajian / Materi Pembelajaran	<ol style="list-style-type: none"> 1. MOBILITY – GENERAL 2. Gait/locomotion 3. Posture, balance, coordination, agility, dexterity, Core Exercise 4. Ambulatory devices - canes, crutches, walkers, walking poles, wheelchairs 5. Assistive, adaptive, protective devices -splints, taping/wrapping, bandaging, braces, orthotics, garments, collars dan Prosthetic devices - upper and lower limb types 6. Compression therapies - compression garments, taping and bandaging, vaso pneumatic devices dan Mechanical devices - standing frames, tilt table, body weight support devices 7. Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fungsi (Range of Motion Exercise) , kemampuan handling 8. Terapi Latihan Dasar dan Latihan Kekuatan (Strengthening) 9. Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fleksibilitas (Flexibility) 10. Terapi Latihan Dasar dan Latihan Keseimbangan (Balance Training) 11. Terapi Latihan Dasar dan Latihan Stabilitas (Stability) 12. Terapi Latihan Dasar dan Latihan Proprioseptif 13. Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fungsional 14. Terapi Latihan Rehabilitatif
---	--

Pustaka	<p>Utama:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kisner, Carolyn & Allen Colby, Lynn Therapeutic Exercise (Foundations & Techniques Six Edition, 2007) 2. Basmajian, John V, Therapeutic Exercise (Third edition). <p>Pendukung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adityasiwi, G. L., SST., Ftr., M.Fis. (2023). Aerobic in water is better than aerobic on land in the treatment of overweight teenage women. • Hermando, I., M.Kes., Sp.S. (2023). Masyarakat Sehat dan Produktif Bebas dari Osteoporosis dengan Pendekatan Fisioterapi pada Jemaat Gereja Paroki Tyas Dalem Gusti Yesus, Macanan. • Winajarko, F. (2023). Peningkatan Kualitas Hidup Lansia dengan Fisioterapi pada Lansia di GKJ Wonosari. • Triyanto. (2023). Peningkatan Kualitas Hidup Lansia dengan Fisioterapi pada Lansia di GKJ Wonosari. • Adityasiwi, G. L., SST., Ftr., M.Fis., & Triyanto Nugroho, SST., Ftr., M.Fis. (2023). Optimalisasi Vertical Jump: Studi Cross-Sectional Membandingkan Atlet Voli dan Basket. • Wijanarko, F., ST.Ft., Ftr., MKM. (2023). Dynamic Neuromuscular Stabilization Lebih Meningkatkan Fleksibilitas Lumbal Daripada Static Stretching. • Adityasiwi, G. L., SST., Ftr., M.Fis. (2023). Skrining Penyakit Hypertensi dan Pemeriksaan Gula Darah pada Lansia: Terapi Latihan dan Fisiologi Latihan.
----------------	---

Media Pembelajaran	<p>Perangkat lunak:</p> <p>Siacad Zoom Gmeet E-book Youtube</p>	<p>Perangkat keras:</p> <p>Laptop LCD Alat tulis Bed Peralatan praktik Lapangan Kolam Redang</p>
---------------------------	--	---

Dosen Pengampu	Gian Lisuari Adityasiwi, SST., Ftr., M.Fis.
-----------------------	---

Matakuliah Syarat	
--------------------------	--

Rencana Pembelajaran							
Mg Ke-	Sub-CPMK (Kemampuan akhir tiap tahap belajar)	Penilaian	Bentuk Pembelajaran, Metode Pembelajaran, Penugasan Mahasiswa [Estimasi Waktu]	Materi Pembelajaran [Pustaka]	Bobot Penilaian (%)		
(1)	(2)	Indikator (3)	Kriteria & Bentuk (4)	Luring (offline) (5)	Daring (online) (6)	(7)	(8)
1	Mampu menjelaskan tentang Mobility General	Pemahaman tentang mobility general.	Kesesuaian diskusi tentang mobility general.	1. Kuliah 2. Diskusi: - TM 1mg (2 sks x 50) 3. Tugas:	1. Diskusi - Pemaparan hasil observasi via Zoom 2. Evaluasi - E-Learning pembahasan hasil penyusunan tugas	MOBILITY – GENERAL	5
2	Mampu menjelaskan tentang Gait/locomotion	Pemahaman tentang Gait/locomotion	Kesesuaian diskusi tentang Gait/locomotion	1. Kuliah 2. Diskusi: - TM 1mg (2 sks x 50) 3. Tugas:	1. Diskusi - Pemaparan hasil observasi via Zoom 2. Evaluasi - E-Learning pembahasan hasil penyusunan tugas	Gait/locomotion	8
3	Mampu menjelaskan tentang Posture, balance, coordination, agility, dexterity, Core Exercise	Pemahaman tentang Posture, balance, coordination, agility, dexterity, Core Exercise	Kesesuaian diskusi tentang Posture, balance, coordination, agility, dexterity, Core Exercise	1. Kuliah 2. Diskusi: - TM 1mg (2 sks x 50) 3. Tugas:	1. Diskusi - Pemaparan hasil observasi via Zoom 2. Evaluasi - E-Learning pembahasan hasil penyusunan tugas	Posture, balance, coordination, agility, dexterity, Core Exercise	8
4	Mampu menjelaskan tentang Ambulatory devices - canes, crutches, walkers, walking poles, wheelchairs	Pemahaman tentang Ambulatory devices - canes, crutches, walkers, walking poles, wheelchairs	Kesesuaian diskusi tentang Ambulatory devices - canes, crutches, walkers, walking poles, wheelchairs	1. Kuliah 2. Diskusi: - TM 1mg (2 sks x 50) 3. Tugas:	1. Diskusi - Pemaparan hasil observasi via Zoom 2. Evaluasi - E-Learning pembahasan hasil penyusunan tugas	Ambulatory devices - canes, crutches, walkers, walking poles, wheelchairs	5



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
S1 S1 FISIOTERAPI

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

5	Mampu menjelaskan tentang Assistive, adaptive, protective devices -splints, taping/wrapping, bandaging, braces, orthotics, garments, collars dan Prosthetic devices - upper and lower limb types	Pemahaman tentang Assistive, adaptive, protective devices - splints, taping/wrapping, bandaging, braces, orthotics, garments, collars dan Prosthetic devices - upper and lower limb types	Kesesuaian diskusi tentang Assistive, adaptive, protective devices -splints, taping/wrapping, bandaging, braces, orthotics, garments, collars dan Prosthetic devices - upper and lower limb types	1. Kuliah 2. Diskusi: - TM 1mg (2 sks x 50) 3. Tugas:	1. Diskusi - Pemaparan hasil observasi via Zoom 2. Evaluasi - E-Learning pembahasan hasil penyusunan tugas	Assistive, adaptive, protective devices - splints, taping/wrapping, bandaging, braces, orthotics, garments, collars dan Prosthetic devices - upper and lower limb types	5
6	Mampu menjelaskan tentang Compression therapies - compression garments, taping and bandaging, vaso pneumatic devices dan Mechanical devices - standing frames, tilt table, body weight support devices	Pemahaman tentang Compression therapies - compression garments, taping and bandaging, vaso pneumatic devices dan Mechanical devices - standing frames, tilt table, body weight support devices	Kesesuaian diskusi tentang Compression therapies - compression garments, taping and bandaging, vaso pneumatic devices dan Mechanical devices - standing frames, tilt table, body weight support devices	1. Kuliah 2. Diskusi: - TM 1mg (2 sks x 50) 3. Tugas:	1. Diskusi - Pemaparan hasil observasi via Zoom 2. Evaluasi - E-Learning pembahasan hasil penyusunan tugas	Compression therapies - compression garments, taping and bandaging, vaso pneumatic devices dan Mechanical devices - standing frames, tilt table, body weight support devices	5
7	Mampu menjelaskan tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fungsi (Range of Motion Exercise) , kemampuan handling	Pemahaman tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fungsi (Range of Motion Exercise) , kemampuan handling: Gerak aktif, gerak apsis, gerak isometris, isotonik, konsentrik, isotonik, hold relax, kontrak relax	Kesesuaian diskusi tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fungsi (Range of Motion Exercise) , kemampuan handling	1. Kuliah 2. Diskusi: - TM 1mg (2 sks x 50) 3. Tugas:	1. Diskusi - Pemaparan hasil observasi via Zoom 2. Evaluasi - E-Learning pembahasan hasil penyusunan tugas	Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fungsi (Range of Motion Exercise) , kemampuan handling	8
8	UJIAN TENGAH SEMESTER TEORI	UJIAN TENGAH SEMESTER TEORI	UJIAN TENGAH SEMESTER TEORI	UJIAN TENGAH SEMESTER TEORI	UJIAN TENGAH SEMESTER TEORI	UJIAN TENGAH SEMESTER TEORI	
9	Mampu menjelaskan tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Kekuatan (Strengthening)	Pemahaman tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Kekuatan (Strengthening)	Kesesuaian diskusi tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Kekuatan (Strengthening)	1. Kuliah 2. Diskusi: - TM 1mg (2 sks x 50) 3. Tugas:	1. Diskusi - Pemaparan hasil observasi via Zoom 2. Evaluasi - E-Learning pembahasan hasil penyusunan tugas	Terapi Latihan Dasar dan Latihan Kekuatan (Strengthening)	8
10	Mampu menjelaskan tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fleksibilitas (Flexibility)	Pemahaman tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fleksibilitas (Flexibility)	Kesesuaian diskusi tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fleksibilitas (Flexibility)	1. Kuliah 2. Diskusi: - TM 1mg (2 sks x 50) 3. Tugas:	1. Diskusi - Pemaparan hasil observasi via Zoom 2. Evaluasi - E-Learning pembahasan hasil penyusunan tugas	Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fleksibilitas (Flexibility)	8
11	Mampu menjelaskan tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Keseimbangan (Balance Training)	Pemahaman tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Keseimbangan (Balance Training)	Kesesuaian diskusi tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Keseimbangan (Balance Training)	1. Kuliah 2. Diskusi: - TM 1mg (2 sks x 50) 3. Tugas:	1. Diskusi - Pemaparan hasil observasi via Zoom 2. Evaluasi - E-Learning pembahasan hasil penyusunan tugas	Terapi Latihan Dasar dan Latihan Keseimbangan (Balance Training)	8
12	Mampu menjelaskan tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Stabilitas (Stability)	Pemahaman tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Stabilitas (Stability)	Kesesuaian diskusi tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Stabilitas (Stability)	1. Kuliah 2. Diskusi: - TM 1mg (2 sks x 50) 3. Tugas:	1. Diskusi - Pemaparan hasil observasi via Zoom 2. Evaluasi - E-Learning pembahasan hasil penyusunan tugas	Terapi Latihan Dasar dan Latihan Stabilitas (Stability)	8
13	Mampu menjelaskan tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Proprioseptif	Pemahaman tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Proprioseptif	Kesesuaian diskusi tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Proprioseptif	1. Kuliah 2. Diskusi: - TM 1mg (2 sks x 50) 3. Tugas:	1. Diskusi - Pemaparan hasil observasi via Zoom 2. Evaluasi - E-Learning pembahasan hasil penyusunan tugas	Terapi Latihan Dasar dan Latihan Proprioseptif	8
14	Mampu menjelaskan tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fungsional	Pemahaman tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fungsional	Kesesuaian diskusi tentang Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fungsional	1. Kuliah 2. Diskusi: - TM 1mg (2 sks x 50) 3. Tugas:	1. Diskusi - Pemaparan hasil observasi via Zoom 2. Evaluasi - E-Learning pembahasan hasil penyusunan tugas	Terapi Latihan Dasar dan Latihan Fungsional	8



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
S1 S1 FISIOTERAPI

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

15	Mampu menjelaskan tentang Terapi Latihan Rehabilitatif	Pemahaman tentang Terapi Latihan Rehabilitatif	Kesesuaian diskusi tentang Terapi Latihan Rehabilitatif	1. Kuliah 2. Diskusi: - TM 1mg (2 sks x 50) 3. Tugas:	1. Diskusi - Pemaparan hasil observasi via Zoom 2. Evaluasi - E-Learning pembahasan hasil penyusunan tugas	Terapi Latihan Rehabilitatif	8
16	UJIAN AKHIR SEMESTER TEORI	UJIAN AKHIR SEMESTER TEORI	UJIAN AKHIR SEMESTER TEORI	UJIAN AKHIR SEMESTER TEORI	UJIAN AKHIR SEMESTER TEORI	UJIAN AKHIR SEMESTER TEORI	



Peduli Penuh Kasih