

	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																																											
SPA TERAPI	8920102163	Mata Kuliah Pilihan Program Studi	T=2	P=0	ECTS=3.18	1	7 Desember 2025																																											
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK			Koordinator Program Studi																																												
	Prof. Dr. Himawan Wismanadi, M.Pd.		Prof. Dr. Himawan Wismanadi, M.Pd.			HERI WAHYUDI																																												
Model Pembelajaran	Project Based Learning																																																	
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																																	
	CPL-5	mampu melakukan analisis teoretis tentang hubungan antara anatomi manusia dan implementasi fungsi manusia dalam aktivitas fisik dan olahraga, khususnya dalam bidang kajian ilmu keolahragaan.". (PLO-4)																																																
	CPL-7	Mampu memahami, menganalisis dan mengevaluasi serta menerapkan teori keilmuan khususnya kebugaran fisik, kesehatan mental, dan sosial di bidang ilmu keolahragaan. (PLO-7)																																																
	CPL-12	Mampu mengoptimalisasi konsep efektivitas dan efisiensi gerakan manusia dalam kaitannya aktivitas dan permainan fisik serta olahraga di lingkungan dunia usaha dan industri serta masyarakat pada umumnya.(PLO-2)																																																
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																																	
	CPMK - 1	Mahasiswa dapat menerapkan pengetahuan tentang anatomi manusia dalam teknik spa untuk meningkatkan fungsi fisik dan relaksasi (C3)																																																
	CPMK - 2	Mahasiswa dapat menganalisis efek berbagai teknik spa terhadap kesehatan mental dan fisik (C4)																																																
	CPMK - 3	Mahasiswa dapat mengevaluasi efektivitas berbagai metode spa dalam konteks kesehatan dan kebugaran (C5)																																																
	CPMK - 4	Mahasiswa dapat merancang program spa yang inovatif yang sesuai dengan kebutuhan spesifik individu atau kelompok (C6)																																																
	CPMK - 5	Mahasiswa dapat menerapkan konsep efisiensi gerakan dalam teknik pijat spa untuk meningkatkan kinerja dan kenyamanan (C3)																																																
	CPMK - 6	Mahasiswa dapat menganalisis hubungan antara teknik spa dan peningkatan kinerja fisik dalam olahraga (C4)																																																
	CPMK - 7	Mahasiswa dapat mengevaluasi dan memilih peralatan spa yang paling efektif berdasarkan prinsip anatomi dan kinerja fisik (C5)																																																
	CPMK - 8	Mahasiswa dapat menciptakan pendekatan baru dalam terapi spa yang mengintegrasikan teknologi terkini untuk efektivitas maksimal (C6)																																																
	CPMK - 9	Mahasiswa dapat menganalisis dampak sosial dan psikologis dari terapi spa dalam masyarakat (C4)																																																
	CPMK - 10	Mahasiswa dapat mengevaluasi keterampilan praktis dalam penerapan terapi spa, memastikan keamanan dan kenyamanan klien (C5)																																																
	Matrik CPL - CPMK																																																	
		<table><tr><td>CPMK</td><td>CPL-5</td><td>CPL-7</td><td>CPL-12</td></tr><tr><td>CPMK-1</td><td>✓</td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-2</td><td></td><td>✓</td><td></td></tr><tr><td>CPMK-3</td><td></td><td>✓</td><td></td></tr><tr><td>CPMK-4</td><td></td><td>✓</td><td></td></tr><tr><td>CPMK-5</td><td></td><td></td><td>✓</td></tr><tr><td>CPMK-6</td><td>✓</td><td></td><td>✓</td></tr><tr><td>CPMK-7</td><td>✓</td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-8</td><td>✓</td><td></td><td>✓</td></tr><tr><td>CPMK-9</td><td></td><td>✓</td><td>✓</td></tr><tr><td>CPMK-10</td><td>✓</td><td>✓</td><td></td></tr></table>					CPMK	CPL-5	CPL-7	CPL-12	CPMK-1	✓			CPMK-2		✓		CPMK-3		✓		CPMK-4		✓		CPMK-5			✓	CPMK-6	✓		✓	CPMK-7	✓			CPMK-8	✓		✓	CPMK-9		✓	✓	CPMK-10	✓	✓	
	CPMK	CPL-5	CPL-7	CPL-12																																														
	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)																																																		

	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 ini merupakan pengenalan tentang pelayanan kesehatan Spa di Indonesia maupun di dunia khususnya perawatan Spa yang bertujuan untuk relaksasi. Pembahasan diawali dengan pengenalan sejarah perkembangan spa di Indonesia dan dunia, kemudian tentang sarana dan alat dalam pelayanan Spa, etika pelayanan Spa dan berbagai macam metode dan perawatan dalam Spa terapi, dan diperdalam dengan berbagai macam jenis terapi aroma yang dapat digunakan dalam mendukung proses relaksasi khususnya pada bidang olahraga.

Pustaka	Utama :	
	1. Cappelini, Steve. 2010, The Complete Spa Book For Massage Therapy. USA: Cengage Learning, 2. Dr. Rachmi Primadiati. 2002. Aromaterapi Perawatan Alami untuk sehat dan cantik. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 3. Jumarani Louise. 2009. The Essence of Indonesian Spa. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 4. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. 2004. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2014 Tentang Pelayanan Kesehatan SPA. Jakarta: 5. Nurhasan dkk. 2015. SPA Therapy, Edisi Pertama. Surabaya: Unesa University Press	
	Pendukung :	

Dosen Pengampu Prof. Dr. Himawan Wismanadi, M.Pd.
Dr. Noortje Anita Kumaat, M.Kes.
Indra Himawan Susanto, S.Or., M.Kes.
Nidya Comdeca Nurvitriana, S.Tr.Keb., M.Keb.

Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bentuk 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	Mengenal Sejarah dan Perkembangan Spa terapi di Indonesia dan Dunia	1.1. Mampu memahami sejarah spa di Indonesia 2.2. Mampu memahami sejarah spa di dunia 3.3. Mampu menjelaskan perkembangan spa di Indonesia 4.4. Mampu menjelaskan perkembangan spa di dunia	Kriteria: Nilai Penuh apabila mampu menjawab soal semua dengan benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Praktikum, Tes	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 3 X 50	Diskusi daring tentang penerapan teknik spa berdasarkan pengetahuan anatomi manusia	Materi: Struktur Anatomi Manusia, Teknik Spa untuk Fungsi Fisik dan Relaksasi Pustaka: Handbook Perkuliahan	10%
2	Memahami Konsep SPA Indonesia	1. Mampu memahami tentang definisi spa terapi 2. Mampu memahami budaya dan kultur perusahaan spa 3. Mampu mengaplikasikan etika dalam spa 4. Mampu membedakan kategori spa Mampu memahami konsep pelayanan spa	Kriteria: 1. Nilai Penuh apabila mampu menjawab soal semua dengan benar 2. Kelengkapan laporan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Portofolio, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	Ceramah, diskusi dan Penugasan 3 X 50	Diskusi daring tentang aplikasi teknik spa dalam kasus nyata	Materi: Pengenalan teknik spa, Pengaruh spa terapi pada kesehatan mental, Pengaruh spa terapi pada kesehatan fisik Pustaka: Handbook Perkuliahan	5%

3	Memahami Konsep SPA Indonesia	1. Mampu memahami tentang definisi spa terapi 2. Mampu memahami budaya dan kultur perusahaan spa 3. Mampu mengaplikasikan etika dalam spa 4. Mampu membedakan kategori spa Mampu memahami konsep pelayanan spa	Kriteria: 1. Nilai Penuh apabila mampu menjawab soal semua dengan benar 2. Kelengkapan laporan Bentuk Penilaian : Penilaian Portofolio, Praktik / Unjuk Kerja	Ceramah, diskusi dan Penugasan 3 X 50	Diskusi daring tentang evaluasi metode spa yang telah dipelajari	Materi: Pengenalan berbagai metode spa, Kriteria evaluasi efektivitas metode spa, Studi kasus penggunaan metode spa dalam kesehatan dan kebugaran Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	0%
4	Memahami Peralatan, Fasilitas dan Prosedur Perawatan Spa	1. Mampu mengidentifikasi peralatan spa khususnya untuk yang Dry room Facility Mampu mengidentifikasi peralatan spa khususnya yang Wet room Facility	Kriteria: 1.1. Nilai Penuh apabila mampu menjawab soal semua dengan benar 2. Kelengkapan Laporan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Praktik / Unjuk Kerja	Ceramah, diskusi, dan penugasan survey berkelompok 3 X 50	Diskusi daring tentang ide program spa inovatif yang dirancang, Penyusunan proposal program spa inovatif	Materi: Konsep dasar merancang program spa, Analisis kebutuhan klien, Inovasi dalam program spa Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	5%
5	Memahami Peralatan, Fasilitas dan Prosedur Perawatan Spa	1. Mampu mengidentifikasi peralatan spa khususnya untuk yang Dry room Facility Mampu mengidentifikasi peralatan spa khususnya yang Wet room Facility	Kriteria: 1.1. Nilai Penuh apabila mampu menjawab soal semua dengan benar 2. Kelengkapan Laporan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Praktik / Unjuk Kerja	Ceramah, diskusi, dan penugasan survey berkelompok 3 X 50	Diskusi daring tentang penerapan konsep efisiensi gerakan dalam praktik pijat spa	Materi: Konsep efisiensi gerakan dalam pijat spa, Teknik aplikasi gerakan efisien, Peningkatan kinerja dan kenyamanan Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	5%
6	Memahami Kompetensi Spa Terapist	1. Mampu Memahami hal hal tentang kompetensi Spa terapis 2. Mampu melakukan perawatan spa Mampu mamahami konsep tentang profesi Spa terapis	Kriteria: 1.1. Nilai Penuh apabila mampu menjawab soal semua dengan benar 2. Kelengkapan Laporan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Praktik / Unjuk Kerja	Praktek dan penugasan 3 X 50	Diskusi daring tentang aplikasi teknik spa dalam olahraga	Materi: Pengenalan teknik spa dalam olahraga, Studi kasus peningkatan kinerja fisik dengan teknik spa, Analisis hubungan antara teknik spa dan olahraga Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	10%
7	Memahami Kompetensi Spa Terapist	1. Mampu Memahami hal hal tentang kompetensi Spa terapis 2. Mampu melakukan perawatan spa Mampu mamahami konsep tentang profesi Spa terapis	Kriteria: 1.1. Nilai Penuh apabila mampu menjawab soal semua dengan benar 2. Kelengkapan Laporan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Praktik / Unjuk Kerja	Praktek dan penugasan 3 X 50	Diskusi daring tentang penerapan teknik spa dalam olahraga	Materi: Pengenalan teknik spa, Pengaruh teknik spa terhadap kinerja fisik, Studi kasus penerapan teknik spa dalam olahraga Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	10%

8	UTS	UTS	Kriteria: UTS Bentuk Penilaian : Tes	UTS 3 X 50		Materi: mengenai SPA Pustaka: Jumarani Louise. 2009. <i>The Essence of Indonesian Spa</i> . Jakarta: Gramedia Pustaka Utama,	15%
9	Memahami Penggolongan Spa	1. Mampu menjelaskan tentang health Spa. Mampu memahami tentang konsep medical spa	Kriteria: Kelengkapan Laporan Bentuk Penilaian : Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Ceramah , diskusi dan tugas survey 3 X 50	Diskusi daring tentang evaluasi peralatan spa yang efektif berdasarkan prinsip anatomi dan kinerja fisik	Materi: Prinsip Anatomi Tubuh, Kinerja Fisik, Jenis Peralatan Spa, Evaluasi Peralatan Spa Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	5%
10	Memahami Penggolongan Spa	1. Mampu menjelaskan tentang health Spa. Mampu memahami tentang konsep medical spa	Kriteria: Kelengkapan Laporan Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio	Ceramah , diskusi dan tugas survey 3 X 50	Diskusi daring tentang penerapan teknologi terkini dalam terapi spa	Materi: Konsep Terapi Spa, Teknologi Terkini dalam Terapi Spa, Pendekatan Baru dalam Terapi Spa Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	0%
11	Memahami Aromaterapi Dan Minyak Esensial	1. Mampu memahami sejarah aromaterapi 2. Mampu menjelaskan prinsip dasar aroma terapi 3. Mampu mengaplikasikan cara kerja aroma terapi 4. Mampu memahami manfaat aroma terapi 5. Mampu membedakan antara minyak essential utam dan sekunder 6. Mampu memahami konsep essential oil 7. Mampu menggunakan minyak essential oil 8. Mampu memahami kontraindikasi, toksisitas dan dosis minyak essential	Kriteria: Nilai Penuh apabila mampu mempraktekkan penggunaan essential oil Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	Ceramah, diskusi kelompok, praktek 3 X 50	Diskusi daring tentang penerapan teknologi terkini dalam terapi spa	Materi: Pengenalan Teknologi Terkini dalam Terapi Spa, Strategi Integrasi Teknologi dalam Terapi Spa, Studi Kasus Implementasi Teknologi dalam Terapi Spa Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	10%
12	Memahami Aromaterapi Dan Minyak Esensial	1. Mampu memahami sejarah aromaterapi 2. Mampu menjelaskan prinsip dasar aroma terapi 3. Mampu mengaplikasikan cara kerja aroma terapi 4. Mampu memahami manfaat aroma terapi 5. Mampu membedakan antara minyak essential utam dan sekunder 6. Mampu memahami konsep essential oil 7. Mampu menggunakan minyak essential oil 8. Mampu memahami kontraindikasi, toksisitas dan dosis minyak essential	Kriteria: Nilai Penuh apabila mampu mempraktekkan penggunaan essential oil Bentuk Penilaian : Penilaian Portofolio, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah, diskusi kelompok, praktek 3 X 50	Diskusi daring tentang studi kasus terapi spa dalam masyarakat	Materi: Teori-teori terkait dampak sosial dan psikologis dari terapi spa, Studi kasus implementasi terapi spa dalam masyarakat, Peran terapi spa dalam meningkatkan kesejahteraan sosial dan psikologis Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	10%

13	Mampu Praktek aplikasi Spa Terapy di luar kampus/ Praktik lapangan	1. Mampu mengaplikasikan penggunaan penggunaan essential oil, minyak aroma terapi Mampu menerapkan teori spa terapy di tempat Spa yang sebenarnya	Kriteria: Kelengkapan Laporan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio	Praktek kelompok 3 X 50	Diskusi daring tentang studi kasus dampak terapi spa dalam masyarakat	Materi: Teori dampak sosial terapi spa, Studi kasus dampak psikologis terapi spa, Analisis faktor penerimaan terapi spa Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	5%
14	Mampu Praktek aplikasi Spa Terapy di luar kampus/ Praktik lapangan	1. Mampu mengaplikasikan penggunaan penggunaan essential oil, minyak aroma terapi Mampu menerapkan teori spa terapy di tempat Spa yang sebenarnya	Kriteria: Kelengkapan Laporan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	Praktek kelompok 3 X 50	Diskusi daring tentang studi kasus penerapan terapi spa dengan fokus pada keamanan dan kenyamanan klien	Materi: Teknik evaluasi keterampilan praktis dalam terapi spa, Pentingnya keamanan dan kenyamanan klien dalam terapi spa Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	10%
15	Mampu Praktek aplikasi Spa Terapy di luar kampus/ Praktik lapangan	1. Mampu mengaplikasikan penggunaan essential oil, minyak aroma terapi Mampu menerapkan teori spa terapy di tempat Spa yang sebenarnya	Kriteria: Kelengkapan Laporan Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Praktek kelompok 3 X 50	Diskusi daring tentang studi kasus keamanan klien dalam terapi spa	Materi: Prinsip-prinsip keamanan dalam terapi spa, Teknik evaluasi kenyamanan klien, Praktik penerapan terapi spa Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	0%
16	Mahasiswa diharapkan mampu mengevaluasi keterampilan praktis dalam penerapan terapi spa dengan memastikan keamanan dan kenyamanan klien.	1.keterampilan evaluasi terapi spa 2.keamanan klien terjaga 3.kenyamanan klien terpenuhi	Kriteria: partisipasif Bentuk Penilaian : Penilaian Praktikum	Demonstrasi, Diskusi, Studi Kasus.		Materi: Teknik evaluasi keterampilan praktis dalam terapi spa, Pentingnya keamanan dan kenyamanan klien dalam terapi spa Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	0%

Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipasif	21.58%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	14.5%
3.	Penilaian Portofolio	11.25%
4.	Penilaian Praktikum	7.83%
5.	Praktik / Unjuk Kerja	23.25%
6.	Tes	21.58%
		99.99%

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. **Kriteria Penilaian** adalah patokan yang digunakan sebagai ukuran atau tolok ukur ketercapaian pembelajaran dalam penilaian berdasarkan indikator-indikator yang telah ditetapkan. Kriteria penilaian merupakan pedoman bagi penilai agar penilaian konsisten dan tidak bias. Kriteria 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.

RPS ini telah divalidasi pada tanggal 18 Desember 2024

Koordinator Program Studi S1
Ilmu Keolahragaan



HERI WAHYUDI
NIDN 0015067904

UPM Program Studi S1 Ilmu
Keolahragaan



NIDN 0009018104

File PDF ini digenerate pada tanggal 7 Desember 2025 Jam 08:34 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

